



# Al-utroha

# الاطروحة

علمية محكمة

صدرت لأول مرة في اب عام ٢٠٠٢

تصدر عن دار الاطروحة للنشر العلمي [www.alutroha.com](http://www.alutroha.com)

## علوم الرياضة

- ★ مستويات معيارية لقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية
- ★ تأثير برنامج ارشاد نفسي لخفض مستوى الحواجز النفسية للاعبى المبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة
- ★ تأثير تمارينات خاصة باستخدام جهاز الموجات الصدمية في تأهيل زوايا مفصل الكاحل للاعبين المتقدمين بكرة السلة
- ★ تأثير تمارينات مركبة مهارية خططية لتطوير الاداء الهجومى للاعبى كرة القدم
- ★ تأثير التعليم المتمايز وفق الانشطة المتدرجة في تعلم مهارتى التمرير والتهديف بكرة القدم للصالات للأعمار (١٥-١٦) سنة
- ★ تحديد درجات ومستويات معيارية لبعض المؤشرات البيوكيميائية والمهارية لانتقاء لاعبى التنس الأرضى الناشئين في منطقتى الفرات الأوسط والجنوب

الذكاء الروهي والاجتماعي وعلاقتهما بالاستقرار  
النفسي للاعبى بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين



# Al-utroha

# الاطروحة

علمية محكمة صدرت لأول مرة في آب عام ٢٠٠٢

تصدر عن دار الاطروحة للنشر العلمي | [www.alutroha.com](http://www.alutroha.com)

## صاحب الامتياز / المشرف العام

ابراهيم زيدان

معتمة من قبل

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / جامعة سامراء  
 وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / جامعة ميسان  
 وزارة التربية / الكلية التربوية المفتوحة  
 وزارة الكهرباء  
 وزارة التخطيط  
 جامعة غرب كردفان السودانية  
 جامعة افريقيا للعلوم الانسانية والتطبيقية الليبية  
 الجامعة الليبية الكندية للعلوم الحديثة  
 جامعة الاستقلال الفلسطينية  
 جامعة القدس المفتوحة  
 جامعة الزهراء (ع) الايرانية  
 كلية الامام الكاظم (ع) للعلوم الاسلامية الجامعة  
 كلية الحكمة الجامعة  
 كلية شط العرب الجامعة  
 كلية المعارف الجامعة

## الاستشار القانوني

احمد عاصي ابراهيم

## العلاقات الخارجية

اشواق جميل الاغا

## العلاقات العامة

محمد الصادق ابراهيم

محمد اسماعيل

## رئيس التحرير

ا.م.د. رحيم حلو علي

جامعة ميسان

## هيئة التحرير

ا.د. صالح راضي اميش / جامعة بغداد  
 ا.د. عبدالودود احمد خطاب الزبيدي / جامعة تكريت  
 ا.د. امجاد عبدالحميد بدر الماجد / الجامعة المستنصرية  
 ا.د. عامر سعيد جاسم / جامعة بابل  
 ا.د. سهاد قاسم سعيد / جامعة بغداد  
 ا.د. نسرین بهجت عبدالله / جامعة صلاح الدين  
 ا.د. ياسين حبيب عزال / جامعة البصرة  
 ا.د. فاضل عبد فيضي / جامعة المثنى  
 ا.د. عمار مكي علي / جامعة الكوفة  
 ا.د. سلمان عكاب سرحان / جامعة الكوفة  
 ا.د. صادق يوسف محمد / جامعة ذي قار  
 ا.د. هشام هنداوي / جامعة القادسية  
 ا.م.د. فاضل دحام منصور / جامعة واسط  
 ا.م.د. عادل نصيف جبر / الجامعة التقنية الوسطى  
 ا.م.د. صفاء عبدالوهاب اسماعيل / جامعة ديالى  
 ا.م.د. نعيمة زيدان خلف / جامعة بغداد  
 ا.م.د. حيدر سلمان محسن / جامعة كربلاء  
 م.د. عماد عودة جودة / جامعة القادسية

## الهيئة الاستشارية العلمية

- ا.د. موسى جاسم محمد الحميش / رئيس جامعة سامراء  
ا.م.د. علي عبد العزيز الشاوي / رئيس جامعة ميسان  
ا.د. سيد علي فضل المولى / رئيس جامعة غرب كردفان السودانية  
ا.د. المبروك مفتاح ابو شينة / رئيس جامعة افريقيا للعلوم الانسانية والتطبيقية الليبية  
ا.د. عبد السلام عصمان بيت المال / رئيس الجامعة الليبية الكندية للعلوم الحديثة  
ا.د. انيسة خزعلي / رئيسة جامعة الزهراء (ع) الايرانية  
ا.د. مجيد جاسب حسين / عميد كلية التربية الانسانية / جامعة ميسان  
ا.د. وائل ابو صالح / عميد البحث العلمي والدراسات العليا / جامعة الاستقلال الفلسطينية  
ا.د. محمود المشهداني / عميد كلية الحكمة الجامعة  
ا.م.د. معاذ عبد العليم عبد الرحمن / عميد كلية المعارف الجامعة  
ا.م.د. عامر جميل عبد الحسين / عميد كلية شط العرب الجامعة  
ا.م.د. محمد عبد الرضا كريم / جامعة ميسان  
ا.د. صادق خالد الحايك / الجامعة الاردنية  
ا.د. آمال محمد ابراهيم / جامعة السودان  
ا.د. ابو بكر بن عبد الكريم / جامعة منوبة التونسية  
ا.م.د. ضرغام عبد السالم نعمة / جامعة البصرة  
ا.م.د. عبد الحافظ المبروك غوار / جامعة الزيتونة الليبية  
ا.م.د. نهاد منير البطيخي / الجامعة الاردنية  
ا.م.د. محمود سيد هاشم علي / جامعة حلوان  
م.د. اسماعيل يوسف اسماعيل / جامعة الحديدة  
ا. محمد حسن عبد الله الشهري / السعودية

## مجلة الاطروحة العلمية المحكمة

### نبذة تاريخية :

تصدر المجلة في بغداد عن ( دار الاطروحة للنشر العلمي ) بموافقة واشراف وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، وقد استأنفت اصدارها في آب عام ٢٠١٦ بعد توقفها عام ٢٠٠٣ ، وقد صدرت منها ستة اعداد ما بين عامي ٢٠٠٢ - ٢٠٠٣ حين كانت تصدر بصيغة ملحق لمجلة ( كلية المعلمين ) بالجامعة المستنصرية ، ثم حصلت موافقة معالي وزير التعليم العالي والبحث العلمي (الاستاذ الدكتور عبد ذياب العجيلي) في عام ٢٠٠٩ على استئناف اصدارها مجلة مستقلة بإشراف الوزارة ، ثم تم تجديد الموافقة في زمن وزير التعليم العالي والبحث العلمي (الاستاذ علي الاديبي) ، فصدر عددها الاستثنائي الاول في آب عام ٢٠١٦ بعد اكتمال اجراءات تسجيلها لدى المركز الدولي لتسجيل الدوريات فحصلت على التصنيف الدولي (ISSN2518-0606) ، كما اعتمدت من قبل وزارات التربية والكهرباء والتخطيط ، ودار الاطروحة للنشر العلمي ومجلتها موقع الكتروني ([www.alutroha.com](http://www.alutroha.com)).

- تصدر المجلة حاليا الان بخمس طبعات متخصصة محكمة في العلوم التالية :

- ١ - العلوم الانسانية
- ٢ - العلوم الصرفة
- ٣ - العلوم التطبيقية
- ٤ - العلوم الهندسية والتكنولوجيا
- ٥ - علوم الرياضة

- تستعد المجلة لإصدار طبعات متخصصة محكمة في المجالات العلمية التالية :

- ١ - العلوم الطبية والصيدلانية
- ٢ - العلوم التربوية والنفسية
- ٣ - العلوم الزراعية والبيطرية
- ٤ - العلوم السياسية
- ٥ - الاعلام والعلاقات العامة
- ٦ - العلوم الادارية والاقتصادية
- ٧ - العلوم السياحية والآثار والتراث
- ٨ - علوم اللغات وآدابها
- ٩ - الدراسات التاريخية
- ١٠ - الدراسات القانونية
- ١١ - الدراسات الدينية وعلوم القرآن
- ١٢ - الدراسات الفلسفية
- ١٣ - العلوم الجغرافية
- ١٤ - تكنولوجيا الاتصالات والمعلوماتية

### اهداف المجلة :

- تسعى الى خدمة البحث العلمي وتنميته لدى اعضاء الهيئات التدريسية وطلاب الدراسات العليا من دون تمييز في الجنسية او العرق او الدين او الطائفة او القومية .
- تسعى الى حفظ الحقوق العلمية والفكرية والثقافية للباحثين من خلال نشرها وتوثيقها .

## شروط النشر

- تنشر المجلة البحوث العلمية في المجالات المعرفية المتعلقة بجميع العلوم في طبعاتها المتخصصة بمنهجية البحث العلمي وخطواته المتعارف عليها عالميا باللغتين العربية والانكليزية على ان تكون مطبوعة بنظام (Word2010) ولم يسبق نشرها ، وفي حالة قبوله يجب الا ينشر في اية دورية من دون اذن كتابي من رئيس تحرير الطبعة المتخصصة .
- يجب الا يزيد البحث في جميع الاحوال عن (٢٠) عشرين صفحة بضمنها المراجع والحواشي والجداول والاشكال والملاحق ، ويكون نوع الحرف المستخدم ( ايريال – Arial ) حجم الحرف للبحث (١٤) وللعنوان الرئيس ٢٤ بولد ولاسم الباحث ١٦ بولد ولاسم الكلية والجامعة ١٤ بولد ، وتكون الهوامش والمصادر في نهاية البحث لأسباب تتعلق بالتصميم بحجم ١٢ بولد ، وفي حال زيادة البحث عن عدد الصفحات المقررة يتحمل الباحث / الباحثة فرقا في الاجور عن كل صفحة زيادة بمبلغ خمسة آلاف دينار ، اما الصفحة الملونة فتكون اجورها بعشرة الاف دينار للعراقيين ، وللعرب والاجانب بعشرة دولارات.
- تنشر البحوث الانسانية باللغة العربية مع ملخص بالإنكليزية، او الإنكليزية مع ملخص بالعربية .
- تنشر البحوث العلمية باللغة الانكليزية فقط مع ترجمة للعنوان الرئيس واسم الباحث ولقبه العلمي واسم الكلية والجامعة بالعربية .
- يكتب عنوان البحث بالإنكليزية ايضا ان كان البحث بالعربية .
- تكون الخلاصات مطبوعة باللغة الانكليزية فضلا عن وجودها باللغة العربية في البحوث الانسانية ، وباللغة العربية فضلا عن وجودها بالإنكليزية بالنسبة للبحوث العلمية .
- ترسل البحوث على البريد الالكتروني للمجلة :

rju@alutroha.com

al.utroha.magazin@gmail.com

### - اجور النشر:

- ١ - بحث الاستاذ للعراقيين ١٠٠ الف دينار+ اشتراك بنسختين
  - ٢ - بحث الاستاذ للعرب والاجانب ١٥٠ دولارا
  - ٣ - بحث الترقية العلمية :
- أ - للعراقيين ١٢٥ الف دينار+ اجور الاشتراك بأربع نسخ ان كان لباحث واحد، وان كان البحث مشتركا يكون الاشتراك بنسختين.

- ب - للعرب والاجانب ٢٠٠ دولار او ما يعادلها باليورو  
 ٤ - اجور نشر (بحث مستل) لطالب الدراسات العليا لغاية ١٠ صفحات ب ٧٥ الف دينار  
 للعراقيين + اشتراك بنسختين ، و٧٥ دولارا للعرب والاجانب .

### - تسديد الاجور :

-يكون التسديد لمن هو خارج العراق بحوالة بنظام ( Western Union ) باسم  
 المشرف العام : (IBRAHIM ZAIDAN KHALAF).

-يكون التسديد بحوالة لمن هو في بغداد او خارجها باسم المشرف العام ( ابراهيم زيدان  
 خلف) ، او نقدا من خلال مراجعة مقر المجلة في بغداد / بغداد الجديدة / مجمع سر من  
 رأى ( الطابق الارضي ) / مجاور شركة الطيف للتحويل المالي/ مقابل مطعم النعمان .

ملاحظة : يتحمل الباحث رسوم الحوالة .

### ملاحظات مهمة جدا

- تخضع البحوث للاستلال  
 - يحال البحث الى محكمين اثنين وفي حال الاختلاف في الرأي يحال الى استاذ محكم  
 ثالث لإبداء الرأي بشأن صلاحيته للنشر ، ويعاد البحث الى الباحث للعمل بملاحظات  
 الاستاذ المحكم ليكون صالحا للنشر .  
 - تعاد الاجور للباحث في حال رفض الاساتذة المحكمين للبحث .

للتواصل معنا على هواتفنا ايضا ( فايبر وواتس اب ايضا )

٠٠٩٦٤٧٧١٣٩٦٥٤٥٨

٠٠٩٦٤٧٩٠٢٧١٤٢٥٨

او زيارة مقرنا في بغداد الجديدة / مجمع سر من رأى ( الطابق الارضي )

/ مجاور شركة الطيف للتحويل المالي / مقابل مطعم النعمان .

## فهرست العدد

الصفحة	الموضوع	
		نبذة عن المجلة
٩	بقلم المشرف العام	اطروحتنا علوم الرياضة لماذا ؟
		ت
١١	أ.د. فارس سامي يوسف شابا السيد حسين محمد العميدي	١ - مستويات معيارية لمقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية
٣١	أ.م.د. رحيم حلوعلي اسراء علي محمد	٢ - تأثير برنامج ارشاد نفسي لخفض مستوى الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة
٤٥	أ.د. ليث فارس الهاشمي زين محمد حسن الأعرجي	٣ - تأثير تمارينات بدنية خاصة بجهاز (VertiMax) لتطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين وبعض المهارات الهجومية للاعبين الشباب بكرة السلة
٦٣	أ.م.د. وسن حنون علي مروة طلال سهيل	٤ - تأثير تمارينات خاصة باستخدام جهاز الموجات الصدمية في تأهيل زوايا مفصل الكاحل للاعبين المتقدمين بكرة السلة
٨١	جاسم مجيد جودة الحسني أ.م.د. لؤي ساطع محمد أ.م.د. صادق جعفر صادق	٥ - تأثير تمارينات مركبة مهارية خطوية لتطوير الاداء الهجومي للاعبين كرة القدم
١٠٣	أ.د. اسماعيل عبد زيد حسين جبار جاسم	٦ - تحديد المعايير والمستويات بعض القدرات البدنية لانتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم
١١٩	أ.د. اسماعيل عبد زيد عاشور م.م. حيدر مجيد شويح	٧ - تأثير التعليم المتميز وفق الأنشطة المتدرجة في تعلم مهارتي التمرير والتهديف بكرة القدم للصالات للأعمار (١٥ - ١٦) سنة

١٣٥	أ.د أمجد عبد الحميد الماجد أ.م.د عبد الرزاق جبر الماجدي م.م أحمد حسين غانم	تحديد درجات ومستويات معيارية لبعض المؤشرات البيوكيميائية والمهارية لانتقاء لاعبي التنس الأرضي الناشئين في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب	٨ -
١٥١	أ.م.د مصطفى حسن عبد الكريم م.م تحسين علي حاتم	تأثير تمرينات مركبة (دفاعية هجومية) في مهارتي المراقبة والتمرير لدى لاعبي كرة اليد للمتقدمين	٩ -
١٦٣	أ.د. محمد حسين حميدي هدى سالم مزبان	تأثير منهج تعليمي وفقاً لنمطي السيطرة الدماغية الأيمن والأيسر لتحسين بعض المتغيرات البيوكينماتيكية لفعالية الوثب الطويل	١٠ -
١٧٣	م.د أحمد حنون خنجر م.م جاسم علي محمد	أثر الدورات التطويرية لعلمي التربية الرياضية في التعامل (نفسياً وحركياً) مع ذوي العوق	١١ -
١٩٧	أ.د نبيل عبد الوهاب العزاوي م.د ساهرة فليح محمد	التمكين الاداري وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى القيادات الادارية في اقسام وكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة	١٢ -
٢٠٩	أ.م.د رحيم حلو علي	الذكاء الروحي والاجتماعي وعلاقتها بالاستقرار النفسي للاعبي بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين	١٣ -
٢٢٥	أ.م.د غادة محمود جاسم أ.م.فريال سامي خليل	تأثير تمارين بدنية ومهارية مركبة في تطوير التحمل الخاص بدلالة نسبة تركيز حامض اللبنيك بالدم للاعبي الريشة الطائرة	١٤ -

## اطروحتنا

## ( علوم الرياضة ) لماذا ؟



بقلم: صاحب الامتياز

المشرف العام لدار الاطروحة

بجهود (الاستاذ المساعد الدكتور رحيم حلو علي) رئيس تحرير هذه الطبعة وبقية زملائه في هيئة التحرير والهيئة الاستشارية العلمية تصدر طبعة ( علوم الرياضة ) لتنضم الى شقيقاتها الاخريات من طبعات (مجلة الاطروحة العلمية المحكمة) المتخصصة لتسد فراغا يعاني منه الباحث العلمي في العراق والوطن العربي، اذ ان المجالات العلمية المتخصصة في مجال الرياضة والتدريب البدني تكاد تكون قليلة جدا، واليوم تأخذ هذه الطبعة على عاتقها مسؤولية نشر البحوث لأغراض الترقية العلمية وكذلك البحوث المستلة لطلبة الدراسات العليا في الجامعات العراقية والعربية على حد سواء.

هاهي جهود الاخوة والزملاء في ( علوم الرياضة ) تثمر عن طبعة متخصصة اخرى تظهر الى النور لتلبي طموح الباحثين في اصدار مجلة متخصصة بالجانب

الرياضي ، وبهذه الطبعة المباركة تكون قد اصدرت مجلة الاطروحة العلمية المحكمة  
طبعتها الخامسة بعد طبعتها التالية التي تواصل الاصدار بانتظام بتوفيق من الله  
سبحانه وتعالى وجهود الباحثين معنا :

- ١- العلوم الانسانية
- ٢- العلوم الصرفة
- ٣- العلوم التطبيقية
- ٤- العلوم الهندسية والتكنولوجيا

وفي الطريق لدينا طبعات متخصصة اخرى ان شاء الله سنعلن عنها قريبا جدا  
بعون الله تعالى ، وفق الله الجميع لخدمة البحث العلمي .

# مستويات معيارية لقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية

*Standard levels for measuring the  
administrative work of sport unions  
in the Iraqi national union Olympic  
Committee*

أ.د. فارس سامي يوسف شاببا

[farisbasketball@yahoo.com](mailto:farisbasketball@yahoo.com)

السيد حسين محمد ناجي العميدي

[ameedi\\_basket@yahoo.com](mailto:ameedi_basket@yahoo.com)

جامعة بغداد – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

٢٠١٧م

**Pro. Dr. Faris Sami Yousif Shabba**

**Hussein Mohammed Naji Alumaydy**

**University of Baghdad**

**College of Physical Education and Sports Sciences**

## مستخلص البحث

تتأثر المؤسسات الرياضية بصورة عامة والاتحادات الرياضية بصورة خاصة بعامل البيئة سواء كانت سياسية أو اقتصادية مما يجعلها في حاجة مستمرة لإعادة النظر في تطبيقاتها الإدارية كي تزيد من ثقة العاملين فيها نظراً لعدم ملائمتها أو اتساقها مع الواقع الجديد وفق النشاطات الرياضية التي تتعلق بها، ويرى الباحثان إن الجمود في النواحي الإدارية والفنية لأسلوب العمل الإداري لدى اغلبية الاتحادات الرياضية الأولمبية تجعل تحقيق معظم الأهداف بعيدة عن

الواقع الحالي، وأن اختيار البدائل المناسبة لتحقيق اهدافها من قبل القائمين عليها تخضع إلى تباين مفاهيم معايير الإدارة الحديثة عندهم مما يؤدي ذلك إلى ضعف التطبيق الصحيح للعمل الإداري، ويؤدي ذلك إلى ضعف أدراك الإدارات للاتحادات الرياضية الأولمبية للجنة الوطنية العراقية إلى المشاكل ومواجهة المعوقات بصورة عشوائية وغير قادرة على التكيف مع البيئة المحيطة بها والتوازن معها، وعليه تمثلت مشكلة البحث في عدم وجود مقياس للعمل الإداري في صيغ قياسية ومنها المستويات المعيارية كدليل عمل يستفاد منه في تقييم وتقويم نواحي القوة والضعف لوضع المعالجات وتقنينها والوصول بالإدارات إلى تحقيق أهدافها الاستراتيجية بصورة أفضل.

يهدف البحث إلى التعرف على المستويات المعيارية لمقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الوطنية العراقية، ومن ثم تم التطرق إلى العمل الإداري وأهميته للاتحادات الرياضية، وعليه تم اعتماد مجتمع البحث وعينته المتمثلة بالاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية والبالغ عددهم (٢٤) اتحاداً، ومن ثم تم تقنين كافة الإجراءات لاستخدام مقياس العمل الإداري، وبعد المعالجات الإحصائية وعرض النتائج الخاصة بالمستويات المعيارية تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

- تحديد مستويات معيارية لنتائج مقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية،
- إن أغلبية إداريي الاتحادات الرياضية مستوياتهم المعيارية للعمل الإداري انحصرت ضمن ثلاثة مستويات (متوسط، ومقبول، وضعيف).
- تباين مفاهيم أغلب إداريي الاتحادات الرياضية حول تطبيقات إدارة العمل الإداري والوصول به إلى المبتغى المنشود.
- عدم توافر مقاييس موضوعية تقيس العمل الإداري وبصورة دورية للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية.

## Abstract

The sports institutions in general are affected and contact with sport in particular the environmental factor, whether political or economic, which makes them in constant need to consider their administrative applications to increase the confidence of their employees because of their suitability or consistency with the new reality according to the sports activities that relate to it, The stalemate in administrative and technical aspects of the administrative work method in the majority of the Olympic sports federations makes the achievement of most of the goals far from the present reality, and the selection of suitable alternatives to achieve the objectives by those who disagree with the concepts of modern dictatorial standards It leads to poor work in administrative work, a Wyeth Naturkeng AT & Subirvissour.

The research aims to identify the standard levels of the administrative work of the Olympic sports associations in the Iraqi National Olympic Committee. Thus, the administrative work and its importance to the sports federations were discussed. Thus, all procedures were used to use the administrative work scale. After the statistical treatments and presenting the results of the standard levels, the following conclusions were reached:

- Determine the standard levels of the results of the measure of the administrative work of the Olympic sports associations in the Iraqi National Olympic Committee
- The majority of sports union administrators have their standard levels of administrative work confined to three levels (average, acceptable, and weak).

-Differences of the concepts of most administrators of sports unions on the applications of administrative work management and access to the desired goal.

-The lack of objective measures that measure the administrative work and periodically of the Olympic sports associations in the Iraqi National Olympic Committee.

## ١- التعريف بالبحث:

### ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

بعد القرن الحالي قرن التطورات بالوظائف الإدارية التي من الواجب التأثر بها عند سير العمل من أجل الارتقاء بالمستوى وليس لمجرد كشف الأخطاء فقط إذ اشتقت لها معايير حديثة تعمل على خلق قيم جديدة لتحقيق ثقافة التحديث لواقع جديد نعيشه يختلف عن الذي كان منذ عقود، وتطبيقاتها تقودنا إلى الإدارة بكفاءة وفعالية على الصعيدين الداخلي والخارجي في الاتحادات الرياضية من جهة، والتغلب على المعوقات الإدارية المختلفة من جهة أخرى، ويشكل التطور الإداري الرياضي محلياً أو عالمياً مظهراً من مظاهر تقدم الشعوب، إذ يفرض انطباعاً بالتغيير لنظم الإدارة وبرامجها حتى تكون عملية مستمرة تتطلع لها الدول ومنها العراق.

باتت سمة التغيير مطلوبة كون البقاء على ما هو عليه لم يعد كافياً للتحرك نحو المستقبل بمرحلة جديدة فضلاً عن التفاعل مع المتغيرات البيئية الداخلية والخارجية بكفاءة عالية لحل المشكلات ومقاومة المعوقات بأوضاع تخطيطية وتنظيمية أفضل تحسن الاتجاهات والمهارات وغيرها عند الأفراد، وهذا الأمر يقترب من مفهوم الإدارة الشامل من خلال ديمومة الاستمرارية بعمل متوازن بين متطلبات الحاضر والمستقبل، ويعد العنصر البشري الكفاء المحرك أو العامل المؤثر لتلك التغيرات بواسطة الإدارة الرياضية كونه يعكس العمل الإداري الناجح في مختلف الأصعدة، ومن كل ذلك جاءت جهود الباحثين والمهتمين ضمن إجراءات بحثية موضوعية في استحداث معايير للإدارة الحديثة تتناغم ومتطلبات الأداء في المؤسسات الرياضية ومنها الاتحادات الرياضية.

عبر أزمنة متغيرة يعد ترتيب أولويات العمل في ضوء الاهداف المخطط لها من مؤشرات التطور الإداري الناجح، والتي تساعد على اعتماد أنموذج جديد يمتاز بالابتكار والمرونة والاضافة والقدرة على الاستجابة الايجابية المؤثرة عند تحليل الواقع لتحديد المخاطر المحتملة.

تتأثر المؤسسات الرياضية بصورة عامة والاتحادات الرياضية بصورة خاصة بعامل البيئة سواء كانت سياسية أو اقتصادية مما يجعلها في حاجة مستمرة لإعادة النظر في تطبيقاتها الإدارية كي تزيد من ثقة العاملين فيها نظراً لعدم ملائمتها أو اتساقها مع الواقع الجديد وفق النشاطات الرياضية التي تتعلق بها.

وفي ضوء ما تقدم تتجلى أهمية البحث في وضع المستويات المعيارية لمقياس العمل الإداري الذي يسعى إلى تنظيم عمل الاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية ويتناسب ومعايير الإدارة الحديثة ويواكب التحولات والتطورات الحاصلة في العالم ويراعي البيئة العراقية بمتغيراتها وتأثيراتها المختلفة، ويمكن من خلاله التفوق على الجمود والاعباء الكثيرة والمتنوعة التي تواجه هذه الاتحادات كي يكون العمل الرياضي بفاعلية وتنظيم يضمن تحقيق السياسات والاهداف والخطط المرجوة لها.

## ٢-١ مشكلة البحث:

يعد قياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية ذا أهمية كبيرة لدى ادارات الاتحادات الرياضية لتحقيق اهدافها، ولا بدّ من تطبيقه بالصورة المثلى ولا سيما وإن هناك أموراً كثيرة استجدت في البيئة العراقية، وأن استمرار إبقاء هذه الادارات باعتماد النهج نفسه دون مواكبة هذا التغيير على الرغم من قلة التخصيصات المالية أثر ذلك على تنمية وتطوير مهاراتهم، وهذا الأثر ولدّ ضعف الرضا لدى العاملين المشتركين تحت اداراتهم.

يرى الباحثان إن الجمود في النواحي الإدارية والفنية لأسلوب العمل الإداري لدى اغلبية الاتحادات الرياضية الأولمبية تجعل تحقيق معظم الأهداف بعيدة عن الواقع الحالي، وأن اختيار البدائل المناسبة لتحقيق اهدافها من قبل القائمين عليها تخضع إلى تباين مفاهيم معايير الإدارة الحديثة عندهم مما يؤدي ذلك إلى ضعف التطبيق الصحيح للعمل الإداري، ويؤدي ذلك إلى ضعف أدراك الإدارات للاتحادات الرياضة الأولمبية

للجنة الوطنية العراقية إلى المشاكل ومواجهة المعوقات بصورة عشوائية وغير قادرة على التكيف مع البيئة المحيطة بها والتوازن معها، وعليه تمثلت مشكلة البحث في عدم وجود مقياس للعمل الإداري في صيغ قياسية ومنها المستويات المعيارية كدليل عمل يستفاد منه في تقييم وتقويم نواحي القوة والضعف لوضع المعالجات وتقنينها والوصول بالإدارات إلى تحقيق أهدافها الاستراتيجية بصورة أفضل.

### ٣-١ هدف البحث:

- التعرف على المستويات المعيارية لمقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية.

### ٤-١ مجالات البحث:

#### ١-٤-١ المجال البشري:

رئيس وأعضاء مجلس الإدارة للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية.

#### ٢-٤-١ المجال الزمني:

المدة من ٢٠١٦-٠٨-١٣م وحتى ٢٠١٧-٠٥-١٠م.

#### ٣-٤-١ المجال المكاني:

مقرات الاتحادات الرياضية الأولمبية في بغداد - العراق.

### ٥-١ التعريف بالمصطلح:

- **المستويات المعيارية:** (عبارة عن معايير قياسية تمثل الهدف أو الغرض المطلوب تحقيقه بالنسبة لأي صفة أو خاصية، أي هي معلومات تدلنا على ما يجب أن يؤديه الفرد) (١: ٥)، وهي تقدير نوعي.

- **العمل الإداري:** (محاولة جادة تهدف إلى تحقيق الإنجازات أو الأهداف وذلك باستخدام الطاقات أو الموارد أفضل استخدام وذلك باتباع سياسات وبرامج واتخاذ قرارات في ظل بيئة معينة تفرض على الإدارة قيوداً) (٢: ٢٣٢).

## ٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

## ٢-١ الدراسات النظرية: (العمل الإداري وأهميته للاتحادات الرياضية):

توجد مفاهيم كثيرة ومتعددة للإدارة ويرجع ذلك إلى إن الإدارة تتسم بالشمول واختلاف الوظائف التي تقوم بها وتعدد الأهداف التي تعمل من أجلها، والإدارة أياً كانت عامة أو خاصة تتأثر بالمفاهيم السائدة والأفكار السياسية والمذاهب العقائدية والاقتصادية والاجتماعية (٣: ٢١).

ينبغي التفكير في أن الإدارة وسيلة تستخدم لغرض الوصول إلى تحقيق أهداف معينة بناءً وليست غاية في حد ذاتها، والإدارة (عملية تنظيم وتوجيه الموارد البشرية والمادية لتحقيق أهداف مرغوبة) (٤: ٨)، وأيضاً هي (إنجاز الأهداف التنظيمية بطريقة فاعلة من خلال ممارسة وظائف التخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة على موارد المنظمة) (٥: ٢٢)، وزيادةً على ذلك هي (فن قيادة الأفراد بهدف إنجاز الأعمال وتحقيق الأهداف، والفن هنا عبارة عن المهارات المكتسبة في تطبيق العلم بحيث يؤدي هذا التطبيق إلى أفضل النتائج وبأسلوب الذي يرضي اهتمامات من هم موضع التطبيق، والإدارة ليست فناً فحسب بل علم إذ أنها تعتمد على الأسلوب والأبحاث العلمية) (٦: ١٨).

يشغل الإداري مركزاً من المراكز ذات المسؤولية في التنظيم وهو بهذا الوضع يتولى اختصاصات محددة تلقى عليه مسؤوليات تتطلب إنجازات على وفق السياسة العامة الموضوعية وفي نطاق الخطة المحددة التي يلتزم بتنفيذ الجزء الداخلي منها في نطاق اختصاصه، وعليه حتى يكون الإداري ناجحاً لا بدّ من أن يمتلك الكثير من المهارات والقدرات والاستعدادات الشخصية في وضع المشكلات في موقعها حسب التصنيفات ومن ثم حل هذه المشكلات لخدمة الهدف (٧: ٤٢٠).

النظام الإداري يعرف بأنه تلك (الأنظمة والعمليات التي تهتم بالتوجيه الصحيح، والفاعلية والإشراف والمسؤولية) (٨: ٢٦٦)، وأما العمل الإداري فيعرف على أنه (محاولة جادة تهدف إلى تحقيق إنجازات أو أهداف وذلك باستخدام طاقات أو موارد أفضل استخدام وذلك باتباع سياسات وبرامج واتخاذ قرارات في ظل بيئة أو مناخ معينة تفرض على الإدارة قيوداً) (٩: ٢٣٢)، وإن (تنظيم عمل إدارة النشاط الرياضي يعد من العمليات الإدارية الأساسية التي تشكل الوسيلة الأولى لاستقرار

الأوضاع وتطورها في أي مؤسسة رياضية (١٠: ٧٦)، وإن نجاح العمل الإداري يتوقف إلى درجة كبيرة على (قابلية المسؤول الإداري في فهم الأشخاص العاملين معه وقابليته على جعلهم يفهمونه) (١١: ١١٤).

نظراً لأهمية الإدارة وازدياد الحاجة إليها فقد أصبحت تستند إلى حقائق ومبادئ علمية، توضع برامجها في ضوء معلومات مستندة على قوانين وحقائق علمية مختلفة، ومما لا شك فيه أن المتغيرات والتطورات السريعة والمتلاحقة التي شهدتها الأنشطة الرياضية على المستوى الدولي وانعكاس كل ذلك على اقتصاديات الدول وعلى البناء الاجتماعي جميعها باتت تحتم علينا العمل على إيجاد إدارة علمية فاعلة للمؤسسات والمنشآت الرياضية لتكون قادرة على قيادتها وتحقيق أهدافها ومواكبة كل المتغيرات ومواجهة التحديات بنجاح وفاعلية، ويرجع سبب ذلك إلى سببين مهمين هما (الأول تزايد أهمية التخطيط الاستراتيجي، والثاني انهيار مفهوم الاستقرار وأصبح التغيير هو السمة الأساسية ومنطق الإدارة تحت مفهوم العالمية) (١٢: ٧٥).

الإدارة الرياضية لأي لعبة من الألعاب الرياضية تعد عنصراً أساسياً من العناصر التي تسعى لتقدم وازدهار هذه اللعبة فهي تقود إلى التقدم وتعمل على تنشيط حوافز التغيير وتنمية عوامله وتحريك متطلباته لتكون أكثر تجاوباً مع ظروف المجتمع والبيئة (١٣: ٤٩)، وتعرف الإدارة الرياضية بأنها عملية (تخطيط وقيادة ورقابة جهود أفراد المؤسسة الرياضية واستخدام جميع الموارد لتحقيق الأهداف المحددة) (١٤: ٨)، والإدارة الرياضية في الاتحادات الرياضية بوصفها من أهم المؤسسات الرياضية تعني عملية (تنظيم جهود الرياضيين والإداريين والفنيين بكافة فئاتهم وأنشطتهم وتنمية مهاراتهم وتحقيق حاجاتهم وتنسيقها في إطار اجتماعي متصل ببيئة المؤسسة) (١٥: ١٠)، وتلعب الإدارة الرياضية دوراً حيوياً في توجيه المؤسسات الرياضية على اختلاف مجالاتها وتخصصاتها نحو سبل التقدم والتطور وحل المشكلات ومواجهة الصراعات وعلاج نقاط القصور والضعف وزيادة فاعلية نقاط القوة والتميز، وهناك بعض الحقائق التي يذكرها مروان عبد المجيد عن أهمية الإدارة في المجال الرياضي (١٦: ٤٦، ٤٧):

١. تحقيق الاستمرار إذ إن من أساسيات العملية الإدارية القيام بالإعمال التي حققت نجاحاً واستبعاد الإعمال التي لم تحقق النجاح وسيزيد ذلك من فرص الممارسات الناجحة للعاملين بالمؤسسة أو الهيئة وبالتالي ستظهر بصورة جيدة.

٢. تؤدي زيادة المعرفة بإمكانات الإدارة وعناصرها إلى تنفيذ الأهداف بكفاءة.
٣. يمارس معظم قادة التربية البدنية والرياضية بعض أنواع العمل الإداري سواء في المدرسة أو النادي أو الاتحاد أو مركز شباب، وكذلك يجب إن يكونوا على بينة من المقومات الأساسية لعملية الإدارة حتى يحققوا النجاح على هذا الجزء المهم من عملهم.
٤. تزودنا الإدارة بالمفاهيم الأساسية للعلوم المتعلقة بالمجال الرياضي وبالنظريات والتقنيات وأسس التقويم الموضوعي للأنشطة والإفراد والنظم، وتزودنا قبل ذلك بالخبرة التي تمكننا من اكتشاف أحسن وانسب الطرائق للإدارة السليمة.
- هذا وحدّد جمال محمد علي السمات المميزة للإدارة الرياضية في العصر الحديث في الآتي (١٣ : ٢٢):

- الارتباط بحاجات المجتمع - الاهتمام بتطوير الأنشطة - قبول التغيير
- السعي إلى التميز - السعي إلى تحقيق ميزة تنافسية - ارضاء المستفيدين
- العالمية والانفتاح على العالم المتغير - التحديث والابتكار والإبداع - تأكيد الجودة الشاملة
- استثمار الطاقات البشرية - الاتجاه نحو المستقبل - استثمار المعلومات
- الاتجاه نحو اللامركزية - استثمار الوقت - التنمية البشرية المستمرة
- استخدام الأساليب العلمية

يتضح مما تقدم أن نجاح الإدارة يتعلق بكل من كفاءة وفاعلية إداري المؤسسة الرياضية، وإن مستوى تطورها هذا مرهون بالمستوى العلمي والمهاري والفني لإداري الهيئات الإدارية كون التطوير الإداري يعمل على (التحسين المستمر في أداء الإدارة من خلال إتباع الأساليب العلمية في العمل، وعلاج المشكلات التي تظهر، ودعم القدرات الإدراكية) (١٧ : ١٨)، وإن إطلاع الإداريين على مفاهيم المعايير الإدارية الحديثة ضرورة لا بدّ منها لتطوير وتحسين أداء عمل الهيئات الإدارية للاتحادات الرياضية وتنمية ثقافة إدارية تحفز على الابتكار والمرونة، وتأكيداً على ذلك يشير عبد المقصود معوض إلى إن المفاهيم المعاصرة المساعدة في التطوير الإداري تؤدي إلى زيادة الاعتماد على الأساليب العلمية، وعلى طرائق البحث العلمي في المجال الإداري (١٧ : ٧١)، وبخلاف ذلك تنشأ الأزمة ولأزمة في المجال

الرياضي تعني (وجود الخلل في الهيئة الرياضية يؤثر عليها تأثيراً مادياً ومعنوياً أو في عدم تحقيق أهداف محددة إلى الدرجة التي تثير الرأي العام ضد الهيئة الرياضية) (١٣: ٩٣).

## ٢-٢ الدراسات السابقة:

١-٢-٢ حسن جعفر حسن (٢٠٠٦م) . هيكل إداري تنظيمي مقترح لمديريات التربية في الجامعات العراقية والسبل الكفيلة لتطويرها . (١٨).

٢-٢-٢ شريف محمد هنوم (٢٠١٢م) . إدارة الجودة الشاملة كمدخل لتطوير العمل الإداري بالاتحاد المصري للجودو . (١٩).

٣-٢-٢ محمد أحمد محمد كمال (٢٠١٢م) . لجنة تسويق مقترحة بالاتحادات الرياضية الاولمبية . (٢٠).

٤-٢-٢ حسن ناجي محمود و محمد أياد رحيم (٢٠١٥م) . دراسة واقع حال إدارة المعرفة وتكنولوجيا المعلومات لعمل القيادات الإدارية في المؤسسات والهيئات الرياضية . (٢١).

## ٣- منهج البحث وإجراءاته:

### ١-٣ منهج البحث:

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

### ٢-٣ إجراءات تنفيذ خطوات البحث:

### ١-٢-٣ مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع الأصل للبحث بكافة إداريي مجالس الادارة للاتحادات الرياضية في اللجنة الاولمبية الوطنية العراقية عدا الاتحاد العراقي للصحافة الرياضية والبالغ عددهم (٤١) اتحاداً أولمبياً وغير أولمبي وبواقع (٣٢٨) عضواً للموسم الرياضي ٢٠١٦-٢٠١٧م، وأما مجتمع البحث فبلغ اعداد مجالس الادارات في الاتحادات الرياضية الاولمبية قيد البحث (٢٢) اتحاداً وبواقع (١٧٦) أدارياً، وسبب اختيارهم

يعود إلى كون منحهم المالية ذات أولوية أكبر فضلاً عن كونهم يمثلون السياسة العامة بوصفهم الجمعية العمومية في اللجنة، واستبعدوا منهم (٧) إداريين لغرض التجربة الاستطلاعية فضلاً عن (٢٢) إدارياً لم يسلموا الاستمارة، وعليه المتبقي لعينة البحث (١٤٧) إدارياً من مجتمع البحث مما يشكل ذلك نسبة (٨٣,٥٢%) لعينة البناء، وأما عينة التقنين فشملت (٢٤) اتحاداً بعد إضافة اتحادين لهما (اتحاد البيسبول واتحاد الكاراتيه) فبلغت أعدادهم (١٩٢) إدارياً واستبعدوا منهم (٣٢) استمارة لم تسلم، وعليه المتبقي (١٦٠) إدارياً مما يشكل نسبة (٨٣,٣٣%) كما في الجدول (١).

جدول (١)

اعداد اداريي الاتحادات الرياضية الاولمبية المعتمدة وغير الاولمبية في اللجنة الاولمبية الوطنية العراقية

ت	الاتحادات الرياضية كافة (٤١)	مجتمع وعينة البحث			
		العدد الكلي	التجربة الاستطلاعية	(البناء)	(التقنين)
١.	الاتحاد العراقي لكرة القدم	٨	-	٨	٧
٢.	الاتحاد العراقي لكرة السلة	٨	-	٦	٦
٣.	الاتحاد العراقي للكرة الطائرة	٨	١	٧	٨
٤.	الاتحاد العراقي لكرة اليد	٨	-	٧	٧
٥.	الاتحاد العراقي لألعاب القوى	٨	١	٧	٨
٦.	الاتحاد العراقي للملاكمة	٨	١	٧	٦
٧.	الاتحاد العراقي للمبارزة	٨	-	٦	٥
٨.	الاتحاد العراقي لرفع الاثقال	٨	١	٧	٨
٩.	الاتحاد العراقي للدراجات	٨	-	٨	٨
١٠.	الاتحاد العراقي للرمية	٨	-	٧	٧
١١.	الاتحاد العراقي للجمناستك	٨	-	٦	٦

٨	٨	-	٨	الاتحاد العراقي للسباحة	١٢.
٧	٦	-	٨	الاتحاد العراقي للتنس	١٣.
٨	٧	١	٨	الاتحاد العراقي للريشة الطائرة	١٤.
٧	٧	-	٨	الاتحاد العراقي للفروسية	١٥.
٧	٨	-	٨	الاتحاد العراقي للتجديف	١٦.
٥	٦	-	٨	الاتحاد العراقي للطاولة	١٧.
٧	٧	١	٨	الاتحاد العراقي للقوس والسهم	١٨.
٦	٦	-	٨	الاتحاد العراقي للمصارعة	١٩.
٤	٤	١	٨	الاتحاد العراقي للجودو	٢٠.
٥	٥	-	٨	الاتحاد العراقي للتايكوندو	٢١.
٧	٧	-	٨	الاتحاد العراقي الثلاثي	٢٢.
-	١٤٧	٠.٧	١٧٦	مجموع الاتحادات الرياضية الأولمبية (٢٢)	
٦	-	-	٨	الاتحاد العراقي للبيسبول	٢٣.
٧	-	-	٨	الاتحاد العراقي للكاراتيه	٢٤.
١٦٠	-	-	١٩٢	مجموع الاتحادات الرياضية الأولمبية (٢٤)	
٨٣.٣٣%					

## ٣-٢-٢ تحديد أدوات وأجهزة البحث:

- المراجع.
- الملاحظة والقياس.
- المقابلات الشخصية أنظر ملحق (١).
- الحاسب الإلكتروني.

## ٣-٢-٣ التجربة الاستطلاعية:

الغرض من التجربة الاستطلاعية التعرف على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثين، وكذلك وضوح العبارات وفقاً لكل مجال خاص بمعيار الادارة الحديثة مع فاعلية ميزان التقدير للبدائل السبعة، وزيادةً على ذلك مدى تجاوب افراد عينة التجربة الاستطلاعية لتطبيق المقياس، وفضلاً عما تقدم كفاية فريق العمل (أنظر ملحق ٢) والزمن المستغرق في ملء الاستبانة، وعليه تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (٢٠١٦/٠٨/١٣م) على (٧) من إداريي الاتحادات الرياضية الأولمبية المختلفة وبواقع إداري واحد من كل اتحاد من الاتحادات السبعة، وعليه تم التحقق من غرض التجربة الاستطلاعية في أعلاه (علماء إن الزمن المستغرق لملء الاستبانة كان من ٢٥-٣٠ دقيقة).

### ٣-٢-٤ الأسس العلمية لمقياس العمل الإداري (\*):

تم إجراء الأسس العلمية (الصدق والثبات والموضوعية) على عينة البناء البالغ عددها (١٤٧) إدارياً يمثلون (٢٢) اتحاداً أولمبياً بدءاً بتاريخ (٢٠١٦/٠٩/٠٣م)، إذ أنه لا بدّ من جمع ما نسبته ٦٠% فأكثر من عدد الإجابات المطلوبة في ضوء حجم العينة تكون كافية ومناسبة لتحليل معلوماتها) (٢٢: ٢٩١)، وأيضاً حسن انتشار العينة المتمثلة بسهولة وصعوبة المقياس.

### ٣-٢-٥ التجربة الرئيسية:

بعد التأكد من سلامة وصحة جميع الإجراءات المنفذة وبما فيها المعاملات العلمية لمقياس العمل الإداري تم تطبيق المقياس النهائي (أنظر ملحق ٣) على عينة التقنين البالغ عددها (١٦٠) عضواً يمثلون (٢٤) اتحاداً أولمبياً بدءاً بتاريخ (٢٠١٧-٠٤-٠٢م)، وتمثل المقياس بأربعة مجالات وبواقع (٦٩) عبارة وكالاتي:

١. السياسات والأهداف والاستراتيجيات في ضوء عوامل البيئة الداخلية والخارجية/٢٦ عبارة، ٢. القيادة/٣٢ عبارة، ٣. الاتصال/٣ عبارات، ٤. التقويم (الرقابة المخصصة)/٨ عبارات).

(\* كل الإجراءات تمت للأسس العلمية حتى الوصول للصورة النهائية لمقياس العمل الإداري كون هذا البحث مستلماً من عنوان أطروحة الدكتوراه في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة بغداد (٢٠١٧م) بناء وتقنين مقياس للعمل الإداري وفق بعض معايير الإدارة الحديثة للاتحادات الرياضية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية).

والاختيار من عدة بدائل وهي (٧) وأوزانها على التوالي (١ - ٧) درجة، ودرجة المقياس الكلية (٤٨٣).

### ٣-٢-٦ الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث (SPSS):

- النسبة المئوية. - الوسط الحسابي. - الانحراف المعياري.
- الدرجة المعيارية. - الدرجة المعيارية المعدلة (التائية).

### ٤- عرض النتائج ومناقشتها:

#### ٤-١ الدرجات المعيارية التائية لنتائج مقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية:

تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية المعنية بإيجاد المعايير القياسية التي يمكن من خلالها أعمام النتائج، ومنها الدرجة المعيارية المعدلة التائية أو المعيار التائي والتي تمتاز بأنها لا تتضمن درجات سالبة ومتوسطها (٥٠) وانحرافها المعياري (١٠) (٢٣: ٢٣٩)، علماً إن قيمها تتراوح من (٢٠ - ٨٠)، وتقنين المقياس ووجود المعايير الثابتة يعدان من (العناصر الأساسية والمكاملة للعملية التقويمية وذلك للوصول إلى نتائج موضوعية يؤخذ بها) (٢٤: ٧٩)، وتعد المعايير في مجال القياس هي (الجدول التي تستخدم لتفسير درجات مقياس ما إذ أنها تعد شرطاً من شروط جودة المقاييس باختلاف أنواعها واستخداماتها بمعنى أنها مقاييس تستخدم لقياس النتائج الفعلية للأداء) (٢٥: ١٧٣)، والمعايير التي تم التوصل إليها تعد معيارية المرجع.

#### ٤-٢ المستويات المعيارية لنتائج مقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية:

بعد أن تمت الدرجة المعيارية التائية لنتائج مقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الوطنية العراقية، ومن أجل تحقيق هدف البحث بتحديد المستويات المعيارية كان لابد من استخدام طريقة توزيع كاوس (التوزيع الطبيعي) الذي يعد (من الأساليب الموضوعية في تقدير الدرجات وخاصة إذا كانت المجموعة التي تجري عليها القياسات كبيرة) (٢٦: ٤٥٠)، فضلاً عن أنه (من أكثر التوزيعات شيوعاً في ميدان التربية الرياضية لأن الكثير من الصفات والخصائص التي تقاس في هذا المجال يقترب توزيعها من المنحني الطبيعي) (٢٧: ٦١)، وبما إن النسب المئوية

للحالات الواقعة بين العلامات المعيارية للمنحنى الطبيعي هي (٩٩,٧٣%) تتحصر بين ثلاثة انحرافات معيارية عن يمين ويسار الوسط الحسابي تم تقسيم المدى (ست درجات معيارية) على ستة مستويات تم الاختيار عليها إذ لكل مستوى مدى قدره واحد من الدرجات المعيارية التي تقابل عشرين درجة في التقسيم المئوي للدرجات المعيارية المعدلة (التائية)، وكما في الجداول (٢، ٣، ٤) إذ مرة للألعاب الفرعية ومرة للألعاب الفردية ومجموعة.

جدول (٢) الدرجات الخام (حدودها ونسبها المنوية) المقابلة للمستويات المعيارية لمقياس العمل الإداري للاتحادات الأولمبية للألعاب الفرعية في اللجنة الوطنية الأولمبية العراقية

المستويات المعيارية (حدودها ونسبها المنوية)											
جيد جداً		جيد		متوسط		مقبول		ضعيف		ضعيف جداً	
٧٠-٧٩		٦٠-٦٩		٥٠-٥٩		٤٠-٤٩		٣٠-٣٩		٢٠-٢٩	
٢,١٤%		١٣,٥٩%		٣٤,١٣%		٣٤,١٣%		١٣,٥٩%		٢,١٤%	
الدرجات الخام س=٣٠٧,٣٨، ع=٥,٩٠ (حدودها ونسبها المنوية) المقابلة للمستويات المعيارية											
فأكثر-٤٠٠		٣٥٤-٣٩٩		٣٠٨-٣٥٣		٢٦٢-٣٠٧		٢١٦-٢٦١		٢١٥-فأقل	
العدد		العدد		العدد		العدد		العدد		العدد	
٠		٤		٣		١١		٣		٠	
٠,٠٠		١٩,٠٤		١٤,٢٩		٥٢,٣٨		١٤,٢٩		٠,٠٠	

جدول (٣) الدرجات الخام (حدودها ونسبها المنوية) المقابلة للمستويات المعيارية لمقياس العمل الإداري

للاتحادات الأولمبية للألعاب الفردية في اللجنة الوطنية الأولمبية العراقية

المستويات المعيارية (حدودها ونسبها المنوية)											
ضعيف جداً		ضعيف		مقبول		متوسط		جيد		جيد جداً	
٢٠-٢٩		٣٠-٣٩		٤٠-٤٩		٥٠-٥٩		٦٠-٦٩		٧٠-٧٩	
%٢,١٤		%١٣,٥٩		%٣٤,١٣		%٣٤,١٣		%١٣,٥٩		%٢,١٤	
الدرجات الخام س=٢٧٣,٩٤ ع=٦٦,٥٩ (حدودها ونسبها المنوية) المقابلة للمستويات المعيارية											
١٤٠-فأقل		١٤١-٢٠٧		٢٠٨-٢٧٣		٢٧٤-٣٤٠		٣٤١-٤٠٧		٤٠٨-فأكثر	
%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد
٠,٠٠	٠	٢٠,١٤	٢٨	٣٥,٢٥	٤٩	٢٥,١٨	٣٥	١٤,٣٩	٢٠	٥,٠٤	٧

جدول (٤) الدرجات الخام (حدودها ونسبها المنوية) المقابلة للمستويات المعيارية

لمقياس العمل الإداري للاتحادات الأولمبية في اللجنة الوطنية الأولمبية العراقية

المستويات المعيارية (حدودها ونسبها المنوية)											
ضعيف جداً		ضعيف		مقبول		متوسط		جيد		جيد جداً	
٢٠-٢٩		٣٠-٣٩		٤٠-٤٩		٥٠-٥٩		٦٠-٦٩		٧٠-٧٩	
%٢,١٤		%١٣,٥٩		%٣٤,١٣		%٣٤,١٣		%١٣,٥٩		%٢,١٤	
الدرجات الخام س=٢٧٩,٦٣ ع=٦٦,٠٢ (حدودها ونسبها المنوية) المقابلة للمستويات المعيارية											
١٠-فأقل		١١-٢١٣		٢١٤-٢٧٩		٢٨٠-٣٤٥		٣٤٦-٤١١		٤١٢-فأكثر	
%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد
٠,٠٠	٠	١٨,٧٥	٣٠	٣٢,٥	٥٢	٣٢,٥	٥٢	١٣,١٢	٢١	٣,١٣	٥

### ٣-٤ مناقشة المستويات المعيارية لنتائج مقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية:

يرجع توزيع معظم أفراد العينة من إداريي الاتحادات الرياضية الأولمبية ضمن المستويات الثلاثة على التوالي (متوسط - مقبول - ضعيف) وفق الجدول (٤) إلى عدة أسباب هي:

١. تخوف إداريي الاتحادات الرياضية الأولمبية من تغيير العمل الإداري ومقاومته، واعتبار الإدارة غاية وليست وسيلة.
٢. قلة الإدراك أو الابتعاد عن الإدارة العلمية الفاعلة للاتحادات الرياضية.
٣. تعدد الظروف والمتغيرات المرتبطة بعوامل البيئة الداخلية والخارجية التي تواجه الاتحادات الرياضية ولا سيما المالية منها دون علاجات تذكر أو تصحيح للمسارات المرسومة ضمن السياسات والأهداف والخطط.
٤. قلة الاهتمام بمقتضيات العمل الإداري والمعايير الحديثة المرتبطة بوظائف الإدارة (التخطيط-التنظيم-التوجيه-الرقابة)، والتي من شأنها الوصول إلى الإدارة الكفؤ.
٥. قلة الاهتمام بإدارة الموارد سواء كانت بشرية أو مادية أو مالية أو معلوماتية ضمن الهيكل التنظيمي للعمل الإداري، وزيادةً على ذلك فن القيادة والاتصال لإدارة تلك الموارد لم تخضع للتحليل بهدف دراسة النتائج والعمل بموجبها.
٦. خبرة ومهارات أغلب إداريي الاتحادات الرياضية سواء كانت إدارية أم فنية لم تستثمر بالصورة الصحيحة أو لم تتناغم والطرائق المعتمدة لمواجهة المشكلات والمعوقات في العمل الإداري بسبب عدم وضوح المفاهيم الإدارية أو تباينها عند التنفيذ.
٧. قلة أو انعدام مقاييس العمل الإداري لدى الاتحادات الرياضية مما اثر ذلك سلباً على ضعف التقييم والتقويم الذي من شأنه أن يطور ويجدد أفكار ورؤى وإبداعات وابتكارات إداريي تلك الاتحادات الرياضية.
٨. عدم وجود المستويات المعيارية للعمل الإداري التي من شأنها أن تضع إداريي الاتحادات الرياضية على واقعهم الفعلي ومن ثم تصحيح الانحرافات سواء كانت إيجابية أم سلبية.

وخلاصة القول لا بدّ من تطبيق العمل الإداري وفق مفاهيم واستراتيجيات فاعلة ذات معرفة صحيحة تتناسب والتغيرات الإدارية والفنية مما يجعل من الأهداف

أقرب إلى الاستقرار عند تنفيذها عبر مدد زمنية محددة، وبالتالي تحقيق مستويات أفضل بدلالة رضا الجميع، وهذا كله يتفق مع مفهومنا للاتحادات الرياضية بوصفها (المسؤولة عن الشؤون الإدارية والفنية التي من شأنها رفع شأن الرياضات على اختلافها، والتي تدخل في اختصاصاتها) (٢٨: ٥٥)، وعليه من الواجب إبعاد بعض الإداريين للاتحادات الرياضية ممن هم لا يستطيعون أن يتنازلوا أو يستبدلوا صيغ حياتهم المألوفة لديهم بصيغ جديدة مستحدثة ومبتكرة ومتزنة لإحداث التغيير والتكيف معه (٢٩: ١٥٦)، والإبقاء على الإداريين المبدعين (للمعرفة الخلاقة وهم القادرون على اختراع أدوات وأساليب عمل جديدة لمزاولة أعمالهم أو يتم استخدامها من قبل الآخرين لإنجاز أعمالهم) (٣٠: ١٤).

#### ٥- الاستنتاجات والتوصيات:

##### ١-٥ الاستنتاجات: تم التوصل إلى:

- تحديد مستويات معيارية لنتائج مقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية.
- إن أغلبية إداريي الاتحادات الرياضية مستوياتهم المعيارية للعمل الإداري انحصرت ضمن ثلاثة مستويات (متوسط، ومقبول، وضعيف).
- تباين مفاهيم أغلب إداريي الاتحادات الرياضية حول تطبيقات إدارة العمل الإداري والوصول به إلى المبتغى المنشود.
- عدم توافر مقاييس موضوعية تقيس العمل الإداري وبصورة دورية للاتحادات الرياضية الأولمبية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية.

##### ٢-٥ التوصيات:

- اعتماد المستويات المعيارية الحالية لمقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية كمبدأ للانطلاق نحو التجديد.
- ضرورة تكثيف الدورات التطويرية حول العمل الإداري لإداريي الاتحادات الرياضية الأولمبية بهدف زيادة المعرفة الإدارية.
- محاولة توحيد المفاهيم وتحديثها باستمرار لضمان إدراك وتفهم تنفيذ العمل الإداري المخطط له بالصورة الصحيحة.
- اعتماد مقياس العمل الإداري الحالي عند عملية التقييم والتقويم المستمرين للاتحادات الرياضية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية.

– ضرورة تجديد أو إعادة الهيكل التنظيمي بناءً على معطيات النتائج المبحوثة لمقياس العمل الإداري للاتحادات الرياضية الأولمبية.

### ✓ المراجع:

١. سراب أكرم . اختيار وتقنين بطارية اختبار لقياس الناحية المهارية بالكرة الطائرة في العراق . رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٧م.
٢. شريف محمد هنوهم . إدارة الجودة الشاملة كمدخل لتطوير العمل الإداري بالاتحاد المصري للجودو . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة بجامعة حلوان . ٦٤٤، يناير ٢٠١٢م.
٣. ربيع أنور فتح الباب . العلاقة بين السياسة والإدارة – دراسة تحليلية في النظم الوضعية والإسلام . القاهرة: دار النهضة العربية، ١٩٩٤م.
٤. فريدك تابلور . أسس الإدارة . ط٥، بيروت: مطبعة الناهض، ١٩٩١م.
٥. سعد علي العززي و عبد الرزاق جبر الماجدي . مبادئ إدارة الأعمال . ط١، بغداد: دار مكتبة عدنان، ٢٠١٧م.
٦. عبد الحميد شرف . الإدارة في التربية الرياضية – سببين النظرية والتطبيق . ط١، القاهرة: مركز الكتاب، ١٩٩٠م.
٧. ضياء حسين بلال . تقويم كفاية العاملين بالإدارة في المجال الرياضي/دراسة مقارنة . مجلة التربية الرياضية في جامعة بغداد، مج ٢١، ٢٤، ج ١، ٢٠٠٩م.
٨. ترجمة وأعداد عادل فاضل (وأخران) . دليل الإدارة الرياضية . ط١، بغداد: مؤسسة ثامر العصامي، ٢٠١٦م.
٩. شريف محمد هنوهم . إدارة الجودة الشاملة كمدخل لتطوير العمل الإداري بالاتحاد المصري للجودو . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، ٦٤٤، يناير ٢٠١٢م.
١٠. بسمة علاء علي عيد . نظام معلوماتي لإدارة النشاط الرياضي للأندية الرياضية . المؤتمر العلمي الدولي الخامس عشر لكلية التربية البدنية والرياضة في جامعة حلوان، مج ٢، ٢٠١٤م.
١١. محمود داود الربيعي (وأخران) . الإدارة المعاصرة في المجال الرياضي . ط١، النجف الأشرف: دار الضياء للطباعة، ٢٠١٧م.
١٢. حسان الجبلاي . التنظيم والجماعات . القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع، ٢٠٠٨م.
١٣. جمال محمد علي . الحديث في الإدارة الرياضية . القاهرة: دار الفكر العربي، ٢٠٠٩م.
١٤. طلحة حسام الدين و عدله عيسى . مقدمة في الإدارة الرياضية . القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧م.
١٥. جياي تيمور . تقويم الكفايات الإدارية لرؤساء الأندية الرياضية في محافظتي اربيل ودهوك من وجهة نظر أعضاء الهيئة الإدارية والمدرّبين . رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين، ٢٠٠١م.
١٦. مروان عبد المجيد . استراتيجية الرياضة وخطط العمل المستقبلية للاتحادات والأندية الرياضية في الوطن العربي . ط١، عمان، مؤسسة دار الوراق للنشر والتوزيع، ٢٠١٠م.
١٧. عبد المقصود معوض سلامة . أسلوب تطوير نظم الإدارة كمدخل لعمل الأندية الرياضية . ط١، الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ٢٠١٣م.
١٨. حسن جعفر حسن . هيكل إداري تنظيمي مقترح لمديريات التربية في الجامعات العراقية والسبل الكفيلة لتطويرها . أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٦م.
١٩. شريف محمد هنوهم . إدارة الجودة الشاملة كمدخل لتطوير العمل الإداري بالاتحاد المصري للجودو . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، ٦٤٤، يناير ٢٠١٢م.
٢٠. محمد أحمد محمد كمال . لجنة تسويق مقترحة بالاتحادات الرياضية الأولمبية . ط١، الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ٢٠١٢م.
٢١. حسن ناجي محمود و محمد أياد رحيم . دراسة واقع حال إدارة المعرفة وتكنولوجيا المعلومات لعمل القيادات الإدارية في المؤسسات والهيئات الرياضية . المجلة العلمية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بغداد، مج ٢٧، ٤٤، ٢٠١٥م، ص ١٤.
٢٢. عامر قنديلجي و إيمان السامرائي . البحث العلمي الكمي والنوعي . عمان: دار اليازوري، ٢٠٠٩م.

٢٣. محمد نصر الدين رضوان . الإحصاء الوصفي في علوم التربية البدنية والرياضة . ط٣، القاهرة: دار الفكر العربي، ٢٠١٦م.
٢٤. محمد جاسم الياسري . الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية . ط١، النجف الأشرف: دار الضياء، ٢٠١٠م.
٢٥. ليلى السيد فرحات . القياس والاختبار في التربية الرياضية . ط٤، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٧م.
٢٦. وديع ياسين محمد (وآخران) . الدرجات التأهيلية للياقة البدنية للطلبة المتقدمين للقبول في كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل: في وقائع المؤتمر العلمي الخامس لكليات التربية الرياضية في القطر العراقي، جامعة البصرة ١٩٨٩م.
٢٧. عمار دروش رشيد أمين . أيجاد مستويات معيارية لأهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة اليد وبحسب خطوط اللعب . رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٩م.
٢٨. محمد صبحي حساتين و عمر أحمد جبر . اقتصاديات الرياضة - الرعاية والتسويق والتمويل . ط١، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ٢٠١٣م.
٢٩. عدي غانم (وآخرين) . القيادة التحويلية وعلاقتها بأسباب التغيير التنظيمي وأشكاله وأساليبه تقليله في الاتحادات الرياضية الفرعية في نينوى . مجلة الرافدين للعلوم الرياضية في جامعة الموصل، مج١٩، ٢٠١٣م.
٣٠. حسن ناجي محمود و محمد أياد رحيم . دراسة واقع حال إدارة المعرفة وتكنولوجيا المعلومات لعمل القيادات الإدارية في المؤسسات والهيئات الرياضية . المجلة العلمية لكلية التربية البدنية والعلوم الرياضية في جامعة بغداد، مج٢٧، ٤٤، ٢٠١٥م.

## تأثير برنامج ارشاد نفسي لخفض مستوى الحواجز

### النفسية للاعبى المبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة

*Effect of psychological guidance program to reduce the level of psychological barriers for dueling athletes with sword*

أ.م.د. رحيم حلو علي

اسراء علي محمد

جامعة ميسان – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

٢٠١٧م

Pr.D: Rahim Hilo Ali

Asraa Ali Mohamed

University of Maysan

Faculty of Physical Education and Sports Sciences

2017AD

### مستخلص البحث

ان البرامج الارشادية المعدة للمعاقين هدفها تقديم مجموعة من الخدمات التي تهدف الى مساعدتهم وحل مشكلاتهم الناتجة من الحواجز النفسية التي يتعرضون اليها لمساعدتهم في فهم انفسهم وتكيفهم مع اعاقتهم وبيئتهم وكيفية حل المشكلات التي تواجههم، ومن هنا تأتي اهمية البحث في الحاجة الى الارشاد النفسي للاعبى المبارزة المعاقين بهدف تقديم المساعدة لهم من اجل رعايتهم نفسياً ومن خلال قياس مستوى الحواجز النفسية التي يتعرضون اليها في التدريب والمنافسة ووضع البرنامج الارشادي المناسب لهم وبالتالي خفض مستوى الحواجز النفسية وتطوير مستواهم الرياضي وصولاً الى المستويات العليا بالأداء والانجاز.

**هدف البحث:** التعرف على مستوى الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين في أندية العراق للمعاقين. وكذلك التعرف على أثر البرنامج الإرشادي في خفض الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين المجموعة التجريبية في نادي ميسان للمعاقين .

وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة البحث. واما اختيار العينة فتكونت من (١٦) لاعباً من لاعبي اندية محافظة ميسان للمبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة(اللجنة الباراولمبية).

**أما أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثان:-**

- ان مقياس الحواجز النفسية الذي قامت الباحثة بأعداده قادر على الكشف عن الحواجز النفسية التي يعاني منها لاعبو المبارزة المعاقون.
- أن للإرشاد النفسي تأثيراً واضحاً في خفض الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين، إذ كانت هنالك فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

## Abstract

The guidance programs designed for the disabled aim to provide a range of services aimed at helping them solve their problems resulting from the psychological barriers they face to help them understand themselves and adapt them with their disabilities and their environment and how to solve the problems facing them. Hence the importance of research in the need for psychological guidance for disabled dueling players In order to provide assistance to them for their psychological care and by measuring the level of psychological barriers to which they are exposed in training and competition and to develop the appropriate guidance program for them and thus reduce the level of psychological

barriers and develop their level of sport and reach the level High Yat performance and achievement.

The objective of the research: To identify the level of psychological barriers for disabled fencing players in Iraqi clubs for the disabled. As well as to identify the impact of the pilot program in reducing the psychological barriers of the disabled dueling players experimental group at the Maysan Club for the disabled. The researchers used the experimental approach to suit the nature of the research problem. The selection of the sample consisted of (16) players from the clubs of Maysan province for the fencing of the disabled with the sword weapon (Paralympic Committee).

The most important conclusions reached by the researchers:

**1-**The scale of psychological barriers, which the researcher in his numbers able to detect the psychological barriers suffered by the players of the duel disable.

**2-**Psychological guidance has a clear effect on reducing the psychological barriers of disabled fencing players. There were statistically significant differences in favor of the experimental group compared to the control group.

## ١- التعريف بالبحث:

## ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

حظي علم النفس الرياضي بأهمية كبيرة ومكانة واسعة من بين العلوم الأخرى كونه يهتم بالصحة النفسية والعقلية والبدنية للاعبين والتعرف على مشاكلهم وإيجاد الحلول لهذه المشكلات بما يلائم خواصهم ومساهمته في تطوير مختلف الفعاليات الرياضية وان إحدى هذه الاهتمامات لعلم النفس الرياضي هي شريحة المعاقين حيث أولت اهتماما كبيرا من خلال تقديم كل الخدمات النفسية لهم لغرض تقليل الشعور بعدم التوازن والتوافق في الحياة بصورة عامة والرياضة بصورة خاصة حيث ان هذا الشعور يبرز عنه سلوك وعادات واثار سلبية قد تعيق المعاقين على التكيف والتوازن النفسي وضعف مستوى الاداء وانخفاض الدافعية للتدريب والشعور بالإرهاك النفسي حيث ان جملة هذه الاسباب تضعها وتحددها الباحثة في مفهوم الحواجز النفسية التي تزداد عند اللاعبين المعاقين عن الاصحاء والتي تعد من الظواهر النفسية المؤثرة بشخصية اللاعبين والمقترنة باستجابات انفعالية سلبية شديدة كالخوف والفشل وانخفاض الثقة بالنفس والتردد وتؤثر سلبا على ادائهم وقابلياتهم في التكيف مع متطلبات البيئة الرياضية وبالتالي على نتائجهم وسلوكهم في التدريب والمنافسة. ومن هنا يأتي دور اعداد البرامج الارشادية والتي من شأنها رفع مستوى اللاعب وتهيئته نفسيا للتقليل من اثار بعض الحواجز النفسية، فعملية الارشاد النفسي من العمليات التي يتم بواسطتها مساعدة شخص مضطرب لجعله يشعر بطريقة اكثر فاعلية من خلال التفاعل مع البرامج الارشادية في الجلسات المعدة لذلك، وان البرامج الارشادية المعدة للمعاقين هدفها تقديم مجموعة من الخدمات التي تهدف الى مساعدتهم وحل مشكلاتهم الناتجة من الحواجز النفسية التي يتعرضون اليها لمساعدتهم في فهم انفسهم وتكيفهم مع اعاقتهم وبيئتهم وكيفية حل المشكلات التي تواجههم، ومن هنا تأتي اهمية البحث في الحاجة الى الارشاد النفسي للاعبى المبارزة المعاقين بهدف تقديم المساعدة لهم من اجل رعايتهم نفسياً من خلال قياس مستوى الحواجز النفسية التي يتعرضون اليها في التدريب والمنافسة ووضع البرنامج الارشادي المناسب لهم وبالتالي خفض مستوى الحواجز النفسية وتطوير مستواهم الرياضي وصولاً الى المستويات العليا بالأداء والانجاز.

## ٢-١ مشكلة البحث:

تعد البرامج الإرشادية من الوسائل المهمة التي يمكن استخدامها للوصول الى التأثيرات الايجابية في النواحي النفسية المختلفة ومنها الحواجز النفسية ، التي تجعلهم في وضع غير اعتيادي فتسبب لهم توترا وتشكل لهم تهديدا يصعب السيطرة عليه إذا لم يشخص ويعالج ، بل وينجم عنها اضطرابات نفسية متعددة تشكل خطرا على حياتهم الاجتماعية وعلاقاتهم الإنسانية والتوافق النفسي لهم ، حيث أن مواجعتهم لهذه الحواجز النفسية باستمرار يؤدي الى تبدد طاقاتهم إذ تجعلهم اقل قدرة على مواصلة بذل الجهد ومن ثم يتأثر الانجاز الرياضي لهم .ومن خلال متابعة الباحثة المستمرة لعدد من الوحدات التدريبية والمنافسات لرياضة المبارزة المعاقين، لاحظت الباحثة اغفال او عدم دراية معظم المدربين باستخدام برنامج الارشاد النفسي لخفض مستوى الحواجز النفسية ، الأمر الذي دعا الباحثة الى العمل على اعداد مقياس الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين لمعرفة مستوى الحواجز النفسية لهم ومن ثم العمل على إعداد برنامج إرشادي لمعرفة أثره في خفض الحواجز النفسية لدى لاعبي المبارزة المعاقين .

## ٣-١ اهداف البحث:

- التعرف على مستوى الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة.
- التعرف على أثر البرنامج الإرشادي في خفض الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين بسلاح الشيش .

## ٤-١ فروض البحث:

- للبرنامج الارشادي النفسي تاثير واضح في خفض مستوى الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بمستوى الحواجز النفسية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وصالح التجريبية.

## ٥-١ مجالات البحث:

## ١-٥-١ المجال البشري:

لاعبي اندية العراق للمبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة.

## ٢-٥-١ المجال الزماني:

للفترة من ١-١٢-٢٠١٦ ولغاية ١-٧-٢٠١٧

## ٣-٥-١ المجال المكاني:

قاعة اللجنة الباراولمبية في محافظة ميسان .

## ٢ منهج البحث و إجراءاته الميدانية:

## ١-٢ منهج البحث :

أستخدم الباحثان المنهج التجريبي للتعرف على تأثير البرنامج الإرشادي النفسي في خفض مستوى الحواجز النفسية للاعبي سلاح سيف المبارزة المعاقين، لكون المنهج التجريبي هو "المنهج المناسب الذي يمكن إن يستخدم بحق اختيار الفرضيات الخاصة من نوع وسبب ونتيجة، كونه يمثل أكثر الأساليب صدقا في حل المشكلات سواء كانت نظرية أم عملية لملائمته طبيعة البحث. (٨:٥١).

## ٢-٢ عينة البحث:

إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه و الإجراءات التي يستعملها ستحدد طبيعة العينة التي سيختارها. لذا تم تحديد العينة بالطريقة العمدية من لاعبي أندية محافظة ميسان للمبارزة المعاقين و البالغ عددهم (١٦) لاعباً وبنسبه ١٠٠% .

## ٣-٢ إجراءات البحث الميدانية :

## ٢-٣-١ إجراءات أعداد مقياس الحواجز النفسية

لغرض قياس مستوى الحواجز النفسية للاعبي المبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة لجأت الباحثة الى استخدام مقياس الحواجز النفسية الذي تم اعداده من قبل

الباحثين (رحيم حلو، بشار غالب، ٢٠١٦) والمقياس مخصص للاعبين المبارزة المتقدمين الاصحاء ولغرض تطبيقه على عينة الدراسة الحالية (لاعبين المعاقين بسلاح سيف المبارزة المتقدمين) قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعه من الساده الخبراء ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات (رياضة المبارزة وعلم النفس الرياضي وعلم النفس العام والاختبارات والقياس) والذي تم اقراره من قبلهم للدراسة الحالية مع الاخذ بالملاحظات المقترحة منهم باعداد وصياغة الفقرات وبما يتناسب مع عينه الحالية كونهم معاقين. وقد أصبحت الصيغة النهائية لمقياس الحواجز النفسية للاعبين المبارزة المعاقين مكوناً من (٧) أبعاد موزعة عليها (٦٦) فقرة وتكون بعد (ضغوط التدريب والمنافسة) من (١٠) فقرات أما بعد (الثقة بالنفس) فتكون من (٩) فقرات بينما بعد (التكيف الرياضي) فتكون من (٨) فقرات فيما تكون بعد (الوعي بالذات) من (٨) فقرات في حين تكون بعد (الخبرة والمعرفة الرياضية) من (٧) فقرات بينما بعد (قلق المنافسة) فتكون من (١٤) فقرة وبعد (التوتر النفسي) تكون من (١٠) فقرات وبـ (٥) بدائل (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق عليّ بدرجة كبيرة ، تنطبق عليّ بدرجة متوسطة ، تنطبق عليّ بدرجة ضعيفة ، لا تنطبق عليّ أبداً) ، وبدرجة كلية للمقياس (٣٣٠).

### ٢-٣-٢ البرنامج الإرشادي

ان الهدف من البرنامج الإرشادي النفسي الحالي هو خفض الحواجز النفسية لدى لاعبي المبارزة للمعاقين، لذا قامت الباحثة بالاطلاع على المصادر المتعلقة بموضوع البحث وخاصة كتب الإرشاد النفسي والتربوي ومن خلال الاطلاع على الأدبيات والدراسات ذات العلاقة كي يتلاءم مع طبيعة البحث وأهدافه ولتحديد المجالات والاستراتيجيات التي يعتمد عليها البرنامج. والتي أثبتت أن الحواجز النفسية يمكن تخفيضها عن طريق البرنامج الإرشادي إذا كان مخططاً له ومدروساً بصيغة علمية جيدة. والبرنامج الإرشادي هو الهدف الرئيس للبحث الحالي وتحقيقاً لذلك تم الاعتماد على نظام التخطيط في إعداد البرنامج الإرشادي النفسي؛ لذا قامت الباحثة بوضع برنامج إرشادي و إعداده على ضوء مشكلة البحث، مستنده على خطوات بناء البرنامج الإرشادي الآتية (٥:٢٣٨):

١. تحديد الاحتياجات
٢. اختيار الأولويات.
٣. تحديد الأهداف.
٤. إيجاد برامج ونشاطات لتحقيق الأهداف الموضوعية.
٥. تقويم النتائج.

### ٣-٣-٢ التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي النفسي بتاريخ ٢٦ / ١٢ / ٢٠١٦ على عينة استطلاعية مؤلفة من (٤) لاعبين اختيروا بالطريقة العمدية، لغرض التعرف على السلبيات التي تواجهها الباحثة وفريق العمل المساعد أثناء تطبيق البرنامج على العينة التجريبية.

### ٤-٣-٢ الاختبار القبلي

بعد تحديد عينة البحث لتطبيق البرنامج الإرشادي النفسي والمتمثلة بلاعبي اندية ميسان للمبارزة المعاقين بسلاح سيف المبارزة والبالغ عددهم (١٦) لاعبا مقسمين الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية)، قامت الباحثة بأجراء اختبار قبلي لمتغير الحواجز النفسية بتاريخ ٢٣/٢/٢٠١٧ .

### ٥-٣-٢ تطبيق البرنامج الإرشادي :

١- تم تنفيذ البرنامج الإرشادي بطريقة الارشاد الجمعي على لاعبي اندية محافظة ميسان المعاقين.

٢- حددت عدد الجلسات ب(١٢) جلسة ارشادية وبواقع جلستين في الاسبوع.

٣- حدد مكان عقد الجلسات في قاعة اللجنة الباراولمبية في اندية محافظة ميسان لرياضة المبارزة لمعاقين .

٤- تم تحديد موعد الجلسة الإرشادية في يومي (السبت والاربعاء) من كل أسبوع وبزمن من ( ٣٥-٤٥ ) دقيقة .

٥- تم تحديد يوم السبت الموافق ٢٥ / ٢ / ٢٠١٧ ، موعدا لبدء البرنامج الإرشادي النفسي في جلسته الأولى .

الجدول ( ١ ) يبين الجلسات الإرشادية وتاريخ انعقادها

تاريخ انعقادها	العنوان	الجلسات
٢٠١٧/ ٢/٢٥	الافتتاحية	الجلسة الأولى
٢٠١٧/٣ /١	مفهوم الحواجز النفسية من حيث أسبابها ومصادرها	الجلسة الثانية
٢٠١٧/٣ /٤	تأكيد الذات	الجلسة الثالثة
٢٠١٧/٣ /٨	تنمية العلاقة مع المدرب	الجلسة الرابعة
٢٠١٧/ ٣/١١	تنمية الثقة بالنفس	الجلسة الخامسة
٢٠١٧/ ٣/١٥	مواجهة التوتر النفسي	الجلسة السادسة
٢٠١٧/ ٣/١٨	تنمية الخبرة والمعرفة الرياضية	الجلسة السابعة
٢٠١٧/ ٣/٢٢	التدريب على إيقاف الأفكار السلبية	الجلسة الثامنة
٢٠١٧/٤ /٢٥	التدريب على التفكير المنطقي	الجلسة التاسعة
٢٠١٧/ ٤/٢٩	ضغوط التدريب والمنافسة	الجلسة العاشرة
٢٠١٧/٤ /١	القدرة على اتخاذ القرار	الجلسة الحادية عشر
٢٠١٧/٤ /٥	الجلسة الختامية	الجلسة الثانية عشر

٢-٣-٥ الاختيار البعدي: بعد الانتهاء من البرنامج الإرشادي النفسي تم اجراء الاختبار البعدي بتاريخ ٢٠١٧/٤/٧ بنفس الظروف التي تم بها الاختبار القبلي.

٢-٤ الوسائل الإحصائية :

تم اعتماد نظام spss الإحصائي لاستخراج النتائج و معالجته.

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٤-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار (مقياس الحواجز النفسية) ومناقشتها:

الجدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية للاختبار القبلي والبعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية

الدلالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (T) المحسوبة	البعدى		القبلي		اسم المجموعة
			ع±	س	ع±	س	
غير دال	٠,٠٧	٢,١٧	١١,٧١	٢٦٠,٢٥	١٢,٦٩	٢٦٣,١٢	المجموعة الضابطة
دال	٠,٠٢	١٤,٢٠	١٢,٨٩	١٦٠,٦٢	١٣,٧١	٢٥٧,٧٥	المجموعة التجريبية

قيمة (t) الجدولية = ٢,٢٦ تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٧)

يتبين من الجدول (٢) إن هناك فروقاً في الأوساط الحسابية للاختبارات القبليّة والبعدية لصالح الاختبار البعدى، إذ حققت المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي وسطاً حسابياً بلغ (٢٦٣,١٢) وانحرافاً معيارياً (١٢,٦٩) بينما في الاختبار البعدى وسطاً حسابياً بلغ (٢٦٠,٢٥) وانحرافاً معيارياً (١١,٧١) وبعد حساب قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدى بلغت (٢,١٧) وهي اصغر من القيمة الجدولية والبالغة (٢,٢٦) عند درجة حرية (٧) ومستوى دلالة (٠,٠٥). وبذلك يكون الفرق غير دال إحصائياً في المجموعة الضابطة. واما المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي حققت وسطاً حسابياً بلغ (٢٥٧,٧٥) وانحرافاً معيارياً (١٣,٧١) بينما في الاختبار البعدى حققت وسطاً حسابياً بلغ (١٦٠,٦٢) وانحرافاً معيارياً (١٢,٨٩) وبعد حساب قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدى بلغت (١٤,٢٠) وهي اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (٢,٢٦) عند درجة حرية (٧) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدى.

وبذلك فإن الباحثة تفسر عدم تطور المجموعة الضابطة في خفض الحواجز النفسية كان بسبب المنهج التقليدي المعد من قبل المدرب والذي يفتقد للاهتمام بالجوانب النفسية ولاسيما ابعاد الحواجز النفسية بالشكل الذي يمكن ان يكون له التأثير الكبير في تلبية متطلبات الحالة النفسية للاعب المبارزة المعاقين المبينة وفقاً للاسس العلمية الصحيحة التي تأخذ بنظر الاعتبار عمليات الاعداد النفسي و الاهتمام بضرورة الارشاد النفسي الذي يسهم في امكانية التأثير في اللاعبين للوصول الى افضل حالة ممكنة من التكامل في اعداد اللاعب من مختلف الجوانب الأمر الذي يمكن ان ينعكس بشكل ايجابي على اداء اللاعب سواء كان ذلك في التدريب او المنافسة. حيث "أن التدريب على الإعداد النفسي كما هو مطلوب سيتمكن من السيطرة على الظروف النفسية المرافقة للمشاركة الرياضية كما تسيطر على الظروف التدريب البدني والمهاري" (٨٣:٢).

وفي ما يخص المجموعة التجريبية نلاحظ ان هناك تطوراً في مستوى خفض الحواجز النفسية للاعب المبارزة المعاقين، وتعزو الباحثة ذلك بأن العينة قد تعرضت خلال مدة الاعداد والتدريب في اثناء تطبيق البرنامج الارشادي المتضمن للجلسات الارشادية التي احتوت على الكثير من المفاهيم التي تهدف الى الوصول باللاعب الى حالة الاستقرار والتوازن النفسي ، ويظهر من ذلك الى ان للبرنامج الارشادي أثرا في خفض مستوى الحواجز النفسية، لاعتماد البرنامج الارشادي على الاسلوب العلمي الواقعي في التعامل مع اللاعبين وتوظيف ما لديهم من امكانيات بشكل يتناسب مع الهدف الذي وضع من أجله البرنامج الارشادي. حيث أن "للإرشاد النفسي القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعترى اللاعب من قلق ومعالجة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة ايجابية" (١،٣٤٢).

## ٤-٢ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات (مقياس الحواجز النفسية) ومناقشتها:

الجدول (٣) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية للاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

الدالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (T) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		اسم الاختبار
			ع±	س̄	ع±	س̄	
دال	٠,٠٠	١٦,١٨	١١,٧١	٢٦٠,٢٥	١٢,٨٩	١٦٠,٦٢	مقياس الحواجز النفسية

يتبين من الجدول (٣) إن هناك فروقاً في الأوساط الحسابية للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، إذا حققت المجموعة الضابطة وسطاً حسابياً (٢٦٠,٢٥) ، وبانحراف معياري (١١,٧١)، بينما حققت المجموعة التجريبية وسطاً حسابياً بلغ (١٦٠,٦٢) وبانحراف معياري بلغ (١٢,٨٩). وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة ، أذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (١٦,١٨) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية (٢,١٥) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٤) وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح المجموعة التجريبية. وتعزو الباحثة سبب التطور الحاصل للمجموعة التجريبية الى البرنامج الإرشادي المعد لخفض وتقليل الحاجز النفسي لدى اللاعب المعاق خصوصا وان هذه الفئة من الرياضيين يقعون تحت تأثير عوائق وحواجز نفسية كثيرة لذا تطلب توجيههم وإرشادهم بمنهج نفسي مدروس من خلال جلسات نفسية إرشادية هدفها توجيههم نحو الأداء الإيجابي وزيادة ثقتهم بنفسهم وإدائهم وهذا لا يتحقق الا بعد ائزان اللاعبين من الناحية النفسية حيث تؤثر البرامج التي تنصب على النواحي النفسية تأثيرا فعالا.

وكذلك يفسر النجاح الذي أحرزته جلسات البرنامج الإرشادي الحالي إلى قوة العلاقة بين أفراد المجموعة التجريبية والباحثة التي بدورها قد أثرت على نجاح البرنامج حيث كان اللاعبون يلقون الاهتمام من قبل الباحثة وتصغي إلى ما لديهم من مشاكل وتقدم النصح والإرشاد لهم مما كان يؤدي إلى عملية تفريغ انفعالي للاعبين فضلا عن عامل الرغبة

الصادقة من قبل اللاعبين في المشاركة الفاعلة في الجلسات الإرشادية وقد أكد معظم اللاعبين إنهم يتذكرون باستمرار ما يتم خلال الجلسات الإرشادية ويطبقونه من خلال الواجبات البيتية المنوطة بهم ويحاولون توظيف ما تم تناوله في الجلسات في المواقف التي يواجهونها في التدريب والمنافسة وحياتهم اليومية ، وهذا ما يتفق مع ما أبدته معظم الدراسات والبحوث السابقة " من أن الإقبال من قبل المسترشد أمر هام وضروري لنجاح العملية الإرشادية "(٣:٢٣٥).، ويضاف إلى ذلك ما تم في جلسات البرنامج من مناقشات جماعية وفردية والتركيز على المهارات النفسية المستخدمة في البرنامج (تأكيد الذات، تنمية الثقة بالنفس ، مواجهة التوتر النفسي ، ضغوط التدريب والمنافسة ، تنمية العلاقة مع المدرب، التدريب على التفكير المنطقي، القدرة على اتخاذ القرار، تنمية الخبرة والمعرفة الرياضية، التدريب على إيقاف الأفكار السلبية ) التي كان لها دور بارز في تحديد الأفكار السلبية والتحكم في انفعالات اللاعبين تجاه المواقف التي تسبب الحواجز النفسية، وهذا ما اثبتته البرنامج الإرشادي لاحتوائه على مهارات قد أحدثت حالة من التكيف والتوازن النفسي مع الحواجز النفسية والتحكم بها والتي قد عانى منها اللاعبون المعاقون من قبل والمتمثلة بالضغوطات الأسرية والاجتماعية والاقتصادية والصحية والعاطفية التي كانت تعثرهم كونها مصادر رئيسية لإحداث الحواجز النفسية.

#### ١-٥ الاستنتاجات و التوصيات:

##### ١ - ٥ الاستنتاجات:

- إن للإرشاد النفسي تأثيراً واضحاً في خفض الحواجز النفسية للاعبين المباراة المعاقين، إذ كانت هنالك فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

- ان مقياس الحواجز النفسية الذي قامت الباحثة باعداده قادر على الكشف عن الحواجز النفسية التي يعاني منها لاعبو المباراة المعاقون.

##### ٢-٥ التوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالبرامج الإرشادية ومكانتها جنباً الى جنب مع العمليات التدريبية والتعليمية .

- اعتماد المقياس الذي قامت الباحثة بأعداده لخفض الحواجز النفسية لدى لاعبي المبارزة للمعاقين. وذلك للتعرف على طبيعة الحواجز النفسية لهم وللاستفادة من النتائج التي يظهرها المقياس لإبداء المساعدة وخاصة للذين يمتلكون حواجز نفسية عالية ، إذ إن المقياس المعد من قبل الباحثة يساعد في الكشف عن اللاعبين الذين يحتاجون إلى المساعدة في برامج الإرشاد النفسي.

### المصادر

١. اسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي، المفاهيم ، التطبيقات ، ط٢ ، القاهرة . دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ .
٢. تيرس عود بشو انويا : دليل الرياضي للأعداد النفسية . دار وائل للنشر . الأردن . عمان . ٢٠٠٢ .
٣. حامد عبد السلام زهران : التوجيه والإرشاد النفسي ، ط٣ ، القاهرة عالم الكتب ، ١٩٩٨ .
٤. حسين محمد طاهر ومحي الدين الجردى : الإرشاد النفسي والتربوي بين الاحالة والتجدد، ط١ ، جامعة الكويت، كلية التربية، ١٩٨٦ .
٥. الدوسري، صالح جاسم: الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد، مجلة رسالة الخليج العربي، الرياض، مكتبة الملك عبد العزيز الحربية، العدد ١٥، سنة ١٩٨٥ .
٦. عبيدات، ذوقان (و آخرون) : البحث العلمي (مفهومه/أدواته /أساليبه)، عمان ، دار الفكر العربي للنشر و الطبع ، ١٩٨٨ .
٧. لندال دافيدوف : مدخل علم النفس، مترجم، سيد الطواب وآخرون ، ط٣: القاهرة ، الدار الدولية للنشر والتوزيع ، ١٩٩٢ .
٨. نوري أبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي: دليل البحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية، بغداد، ٢٠٠٤ .

## تأثير تمارين بدنية خاصة بجهاز (VertiMax)

### لتطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين وبعض

### المهارات الهجومية للاعبين الشباب لكرة السلة

*Effect of physical exercises for VertiMax To develop the explosive power of the arms and legs and some offensive skills of young basketball players*

ا.د. ليث فارس جميل الهاشمي

Laithfaris46@yahoo.com

زين محمد حسن زين العابدين الأعرجي

Prof. Laith Faris Jameel Al Hashemi

Zain Mohamed Hassan

Zain.zain42@yahoo.com

جامعة بغداد \_ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

٢٠١٧ هـ - ١٤٣٨ م

#### المخلص

تطرق البحث في الباب الاول الى مقدمة البحث التي شملت القدرات البدنية ومنها القوة الانفجارية لها دور مهم في رفع مستوى الكفاءة البدنية للاعب كرة السلة ولاسيما فئة الشباب، فمن خلالها يستطيع اللاعب إجادة جميع المهارات الفنية بشكلها الأمثل خصوصاً إن كان بالأجهزة والأدوات المساعدة وبمسارات مشابهة لاساليب أداء المهارات الهجومية والدفاعية، إذ أنّ تدريب القوة الانفجارية باستخدام التنقل أو الحبال المطاطية وفقاً للأداء المهاري تسهم في تطوير المستوى المهاري للاعبين جميع الاعباب ومنها كرة السلة، إذ ان التنقل باستخدام الحبال المطاطية بجهاز ( Verti Max ) تعمل على تسليط وزيادة العبء على العضلات العاملة والتي تعمل على انتاج

الحركات السريعة، وبالتالي تطور الإداء المهاري كونها مشابهة للحركة اما مشكلة البحث فتلخصت بأن هنالك مشكلة تتمثل في ضعف المهارات الهجومية وضعف تكنيك الأداء لدى أغلب لاعبي كرة السلة الشباب نتيجة إغفال وقلة إستخدام الأجهزة والأدوات عند التدريب البدني وعدم إستخدام تمارين بدنية يشبه أداءها أداء المهارات الهجومية بكرة السلة، وهذا الموضوع ولد لدى الباحث تصورا بوجود حاجة إلى دراسة وبحث بإستخدام أدوات مساعدة لتطوير القوة الانفجارية والأداء المهاري من أجل تجنب اللاعبين عند مشاركتهم في المباريات مشكلة إنخفاض القدرات البدنية والمهارية لديهم بسبب الجهد المتواصل في أداء هذه اللعبة وكذلك عدم التدريب على تمارين خاصة بكرة السلة مما يتطلب ذلك إعداد تمارين للقوة بإستخدام أحمال تدريبية عالية بمقاومات وأدوات مساعدة للتأثير في تطوير القوة الخاصة وبعض المهارات الهجومية، ويشمل الباب الثاني موضعات عن القدرات البدنية وإستخدام الحبال المطاطية أثناء التدريب اما الباب الثالث فشمّل منهج البحث وإجراءاته الميدانية إذ أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذا تصميم المجموعة التجريبية الواحدة وذات الأختبارين القبلي والبعدى وتم إختيار العينة بالطريقة العمدية والتي تمثلت في (١٢) لاعبا من اللاعبين الشباب بأعمار دون (١٨) سنة وتم إختيار اختبارات بدنية مناسبة لقياس القدرات المبحوثة وهي إختبار التهديد بالقفز من الأمام يسار خط الرمية الحرة ثم الانتقال نصف دائري إلى الوسط واليمين، إختبار المناولة الصدرية، إختبار القوة الانفجارية للذراعين (رمي كرة طبية وزن ٣ كغم)، إختبار القوة الانفجارية لعضلات الرجلين، وتم في الباب الرابع عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها اما في الباب الخامس توصل الباحثان الى مجموعة من الاستنتاجات اهمها: كلما كانت التمارين البدنية قريبة من شكل أداء المهارة أدى ذلك إلى تطورها بشكل أفضل وأسرع. اما التوصيات اهمها: إن يكون إختيار التمارين بمقاومات مختلفة وتنويعها والتدرج بها وفقاً للمسار الحركي للتهديد بالقفز والمتابعة الدفاعية بكرة السلة.

## Abstract

The research focused on the introduction of research and included physical abilities, including the explosion of power has an important role in raising the level of physical fitness of basketball players, especially young people, through which the player can master each and the technical

skills are perfect, especially if the devices and facilities and tracks are similar For offensive performance techniques and defensive skills, as the strength of explosive training using ropes or rubber weighting according to skill performance contributes to the development of the skill level of players all games including basketball ,The problem of research is summarized by the fact that there is a problem of weakness of offensive skills and weak performance technique among most young basketball players due to the omission and lack of use of tools and tools during physical training and not to use physical exercises similar to the performance of offensive skills basketball, To study and research using the aids to develop explosive force and skill performance in order to spare players in their participation in the game the problem of reduced physical and skill abilities because of the continuous effort in the performance of this game as well as not training on special exercises Which requires the preparation of strength exercises using high training loads with resistors and auxiliary tools to influence the development of special force and some offensive skills,The second section covered the physical abilities and the use of rubber ropes during the training. The third section included the research methodology and its procedures. The researcher used the experimental method designed by the experimental group, and the two tribal and remote tests. The sample was chosen in a deliberate manner, which consisted of (12) (18) the selection of appropriate physical tests to measure the capabilities examined is the test of jumping from the front left of the line free throw and then move half-circular to the center and right, Chest handling

bar, explosive arm force test (3 kg medical ball throw), explosive force test for the muscles of the legs, In the fourth section, the results were presented, analyzed and discussed. In Chapter 5, the researchers reached a number of conclusions. The most important of these are: The closer the exercise is to the performance, the better and faster it is. The most important recommendations: The choice of exercises with different resistances and their diversification and gradation according to the track of the movement of the goal of jumping and defense follow-up basketball.

#### ١- التعريف بالبحث

#### ١-١ مقدمة البحث وأهميته

تعد لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الفرعية التي لها شعبية على الصعيدين الدولي والمحلي، فهي من الألعاب الرياضية المشوقة والجميلة التي تحتاج لمتطلبات بدنية ومهارية عالية فضلاً عن الجانب الخططي والتي تنعكس على جمالية الأداء، وتعد القوة العضلية الخاصة من أهم القدرات البدنية للاعب كرة السلة كونها هي التي تعمل بشكل أساس في الرياضة التخصصية للفرد وتؤهل العضلات بشكل رئيس في الأداء الحركي للرياضة الممارسة.

من المعروف بأن القدرات البدنية ومنها القوة الانفجارية لها دور مهم في رفع مستوى الكفاءة البدنية للاعب كرة السلة ولاسيما فئة الشباب، فمن خلالها يستطيع اللاعب إتقان جميع المهارات الفنية بشكلها الأمثل خصوصاً إن كان بالأجهزة والأدوات المساعدة وبمسارات مشابهة لأساليب أداء المهارات الهجومية والدفاعية، إذ أنّ تدريب القوة الانفجارية باستخدام التثقيل أو الحبال المطاطية وفقاً للأداء المهاري تسهم في تطوير المستوى المهاري للاعبين جميع الألعاب ومنها كرة السلة، إذ ان التثقيل باستخدام الحبال المطاطية بجهاز (VertiMax) تعمل على تسليط وزيادة العبء على العضلات العاملة والتي تعمل على إنتاج الحركات السريعة، وبالتالي تطور الأداء المهاري كونها مشابهة للحركة، من هنا تكمن أهمية البحث من خلال التأكيد على تطبيق تمارين القوة الانفجارية للذراعين والرجلين باستخدام جهاز

(vertimax) وبإسلوب مشابه لأساليب أداء المهارات الأساسية وإستثمارها لتطوير القوة الانفجارية وبعض المهارات الهجومية للاعبين الشباب بكرة السلة.

### ٢-١ مشكلة البحث:

إن القدرات البدنية تعد عاملاً مهماً في إعداد اللاعبين الشباب في لعبة كرة السلة، إذ عن طريقها يتم رفع مستوى الأداء الفني للاعبين كونها مؤشرات ضرورية وأساسية بكرة السلة والتي تحتوي مهارات متعددة يستفيد منها اللاعب في إظهار مستواه الجيد تحت ضغط المباراة وتحقيق الفوز، ومن خلال متابعة الباحثين للكثير من المباريات لدوري الشباب فقد لاحظ بأن هنالك مشكلة تتمثل في ضعف المهارات الهجومية وضعف تكتيك الأداء لدى أغلب لاعبي كرة السلة الشباب نتيجة إغفال وقلة استخدام الأجهزة والأدوات عند التدريب البدني وعدم إستخدام تمارين بدنية يشبه أداؤها أداء المهارات الهجومية بكرة السلة، وهذا الموضوع ولد لدى الباحث تصورا بوجود حاجة إلى دراسة وبحث بإستخدام أدوات مساعدة لتطوير القوة الانفجارية والأداء المهاري من أجل تجنب اللاعبين عند مشاركتهم في المباريات مشكلة انخفاض القدرات البدنية والمهارية لديهم بسبب الجهد المتواصل في أداء هذه اللعبة وكذلك عدم التدريب على تمارين خاصة بكرة السلة مما يتطلب ذلك إعداد تمارين للقوة بإستخدام أحمال تدريبية عالية بمقاومات وأدوات مساعدة للتأثير في تطوير القوة الخاصة وبعض المهارات الهجومية.

لذا أرأى الباحثان دراسة هذه المشكلة على لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة السلة في بغداد وذلك بإعداد تمارين بدنية خاصة مشابهة للأداء بإستخدام جهاز (vertimax) لتطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين وفق الأداء المهاري المشابه والقريب من الأداء والتعرف على تأثيرها في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية للاعبين الشباب بكرة السلة.

### ٣-١ هدفا البحث:

- إعداد تمارين بدنية خاصة بجهاز (vertimax) لتطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين للاعبين الشباب بكرة السلة.
- التعرف على تأثير التمارين البدنية الخاصة بجهاز (vertimax) في تطوير بعض المهارات الهجومية للاعبين الشباب بكرة السلة.

## ٤-١ فرضا البحث:

- هناك تأثير معنوي للتمرينات البدنية الخاصة بجهاز (vertimax) في تطوير القوة الانفجارية للاعبين الشباب بكرة السلة.
- هناك تأثير معنوي للتمرينات البدنية الخاصة بجهاز (vertimax) في تطوير بعض المهارات الهجومية للاعبين الشباب بكرة السلة.

## ٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبو المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة بأعمار دون (١٨) سنة للموسم الرياضي (٢٠١٥\_٢٠١٦).

٢-٥-١ المجال الزمني: للمدة من ٢٠ / ١ / ٢٠١٦ ولغاية ٨ / ٤ / ٢٠١٦

٣-٥-١ المجال المكاني: قاعة المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة.

## ٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

## ١-٢ الدراسات النظرية:

## ١-١-٢ التمرينات البدنية الخاصة:

يقصد بالتمرينات البدنية الخاصة هي تلك التمرينات التي يتوجب التأكيد عليها عند التدريب بحيث تنماشى مع متطلبات اللعبة وإمكانية الرياضي من حيث المستوى والمرحلة التدريبية التي هو فيها، إذ أن التدريب يتجه نحو تطوير القدرات الخاصة كالقوة الانفجارية، وهي "تلك التمرينات التي تهدف الى تنمية العضلات التي تقوم بالدور الرئيس في نوع النشاط الرياضي التخصصي ويدخل في ذلك مختلف التمارين التي تتشابه في تكوينها الحركي مع الحركات التي تؤديها في أثناء المنافسات الرياضية" (محمد حسن علاوي ٢١، ١٩٩٩) وللتمرينات البدنية الخاصة أهمية في ضوء الشروط الأتية (اميرة محمد دحام ٢٠١١، ١٨).

- أن تتضمن التدريبات المستخدمة الإتجاه الحركي المستخدم نفسه في النشاط المعين.

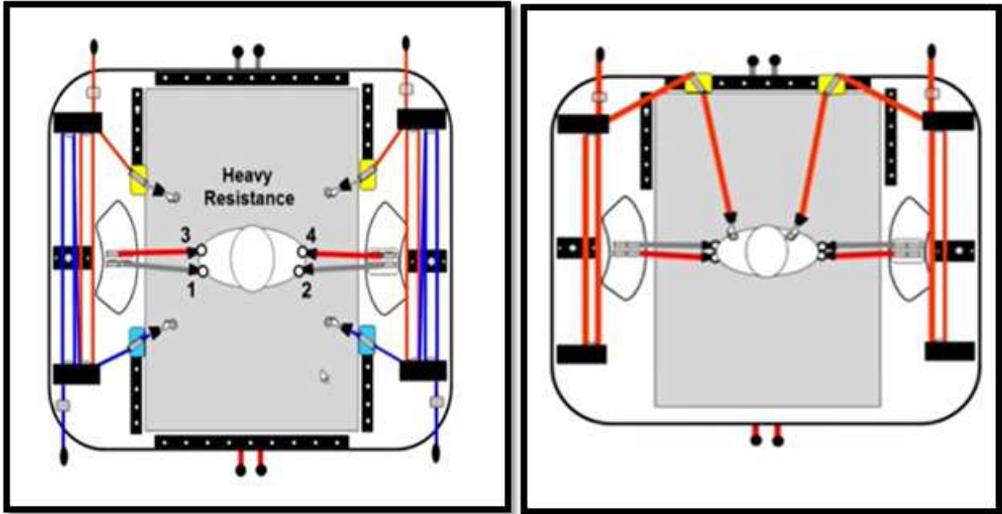
- يفضل استخدام الأجهزة والأدوات في التدريب.

– أن يتم التدريب لتطوير الصفات البدنية الخاصة تحت ظروف مشابهة لظروف المنافسات.

### ٢-١-٢ استخدام الحبال المطاطية في جهاز (vertimax):

هو من أجهزة التدريب الحديثة لتطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين والمهارات الأساسية للاعب كرة السلة سواء كانت هجومية أم دفاعية، فضلاً عن كون العمل من قبل جهاز vertimax يساعد على تحفيز اللاعبين للوصول الى اعلى ارتفاع وأقصى عمل وتردد، وهو ما يوفره الجهاز بالعمل على وضع معدات خاصة كالأحزمة في الخصر والقدم والذراع والقفز والدفع بعد التثقيل بها وعلى حسابات خاصة تصل لمدة معينة.

إن جهاز vertimax هو ليس فقط تدريب السرعة والقوة بل العمل به مشابه للأداء الحركي من خلال ربط معدات الخصر والقدمين لزيادة الطاقة الموجودة في العضلات التي تعجل من سرعة الرجل والذراع فضلاً عن زيادة تسارع العمل في الارتفاع والمسافة بزيادة عمل العضلات القابضة في الرجلين والذراعين، ويمكن استخدام المقاومات الخاصة بالجهاز وخصوصاً الربط بالساقين والذراعين بالحبال والاشرطة المطاطية والتي توفر ميزة تطوير عمل الحوافز التدريبية للاعبين.



شكل (١)

جهاز (VertiMax)

## ٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

## ١-٣ منهج البحث

أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذي تصميم المجموعة التجريبية الواحدة وذات الأختبارين القبلي والبعدي لملائمته وطبيعة المشكلة المراد حلها.

## ٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

تم إختيار العينة بالطريقة العمدية والتي تمثلت في (١٢) لاعبا من اللاعبين الشباب بأعمار دون (١٨) سنة من المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة وذلك لتوفر العينة وسهولة السيطرة عليها وكونهم من اللاعبين المشاركين في دوري الشباب، فضلاً عن توفر القاعة والأدوات، والألتزام بالتدريب اليومي، وبلغت نسبة العينة (٣٤,٢٨%) من مجتمع البحث وعددهم (٣٥) لاعبا يمثلون العدد الكلي للاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة.

## ٣-٣ أدوات البحث ووسائل جمع المعلومات:

## ١-٣-٣ أدوات البحث وأجهزته:

جهاز VertiMax، ملعب كرة السلة قانوني، كرات سلة قانونية عدد (١٠)، ساعة توقيت عدد (٢)، شريط قياس نسيجي، كرات طبية مختلفة الأوزان عدد (١٠)، جهاز لاب توب نوع (HP) عدد (١).

## ٢-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

المصادر والمراجع العربية والأجنبية، الإختبارات البدنية والمهارية، إستمارة لتسجيل البيانات، إستمارة لتفريغ البيانات.

## ٤-٣ الإختبارات المستخدمة في البحث:

١-٤-٣ إختبار القوة الانفجارية لعضلات الرجلين (محمد حسن ومحمد نصر الدين ١٩٩٤، ٨٤)

- الغرض من الإختبار: قياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين.
- الأدوات اللازمة: حائط املس بارتفاع مناسب، شريط قياس.

– وصف الأداء: يقف مواجهاً الى الحائط ويمد الذراعين عالياً لاقصى مايمكن وتحدد علامة على الحائط مع ملاحظة عدم رفع العقبين من الارض، ويسجل الرقم الذي تم وضع العلامة امامه، بعد ذلك يقوم اللاعب من وضع الوقوف بمرجحة الذراعين للاسفل والى الخلف مع ثني الجذع الى الامام والى الاسفل مع ثني الركبتين نصفاً (بزاوية قائمة) وعند ذلك يقوم اللاعب بمد الركبتين والدفع بالقدمين معاً للقفز نحو الاعلى مع مرجحة الذراعين.

– التسجيل: درجة المختبر هي عدد السنتمترات بين الخط الذي يصل اليه من وضع الوقوف، والعلامة التي يصل اليها نتيجة القفز نحو الاعلى لاقرب (اسم).

٣-٤-٢ إختبار القوة الانفجارية للذراعين (رمي كرة طبية وزن ٣ كغم) (ليلي السيد فرحات ٢٠٠٧، ١٣٥)

– الغرض من الإختبار: قياس القوة الانفجارية للذراعين ومن وضع الجلوس.  
– الأدوات اللازمة: كرة طبية (٣ كغم)، حبل صغير، كرسي واحد، شريط قياس، طباشير.

– وصف الأداء: يجلس المختبر على كرسي ممسكاً الكرة الطبية باليدين، بحيث تكون الكرة امام الصدر وتحت مستوى الذقن، ويجب ان يكون الجذع ملاصقاً لظهر الكرسي، يوضع حبل حول صدر المختبر، بحيث يمسك زميله من نهايتي الحبل وبطريقة محكمة، ذلك لغرض منع حركة جذع المختبر للامام اثناء الدفع باليدين، وذلك لاقتصار الحركة على دفع الكرة باليدين فقط، يمنح المختبر محاولتين متتاليتين.

– التسجيل: يعطى لكل مختبر محاولتان وتسجل أفضل محاولة.

٣-٤-٣ إختبار المناولة الصدرية (محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسائين ١٩٩٩، ١٢٤)

– الهدف من الاختبار: قياس قدرة المختبر على سرعة المناولة واستلام الكرة.  
– الأدوات اللازمة: ارض مسطحة، حائط أملس، كرة سلة، ساعة إيقاف، صافرة لاعطاء إشارة البدء.

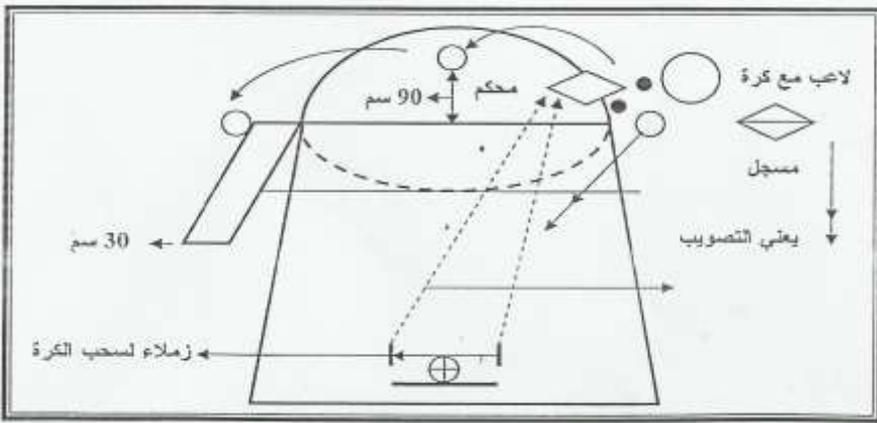
– مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف خط مرسوم على الأرض وعلى بعد (٩) أقدام (٢,٧٠م) من الحائط، عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بمناولة الكرة إلى الحائط على أن تكون هذه المناولة في مستوى رأس المختبر وبأسرع ما

يمكن ثم يقوم باستقبال الكرة بعد ارتدادها من الحائط ليعاد تكرار العمل إلى أن يؤدي (١٠) مناولات سليمة.

– التسجيل: يحسب زمن أداء الاختبار من لحظة ملامسة الكرة للحائط من المناولة الأولى الناجحة حتى ملامسة الكرة للحائط في المناولة العاشرة الناجحة، هذا ويحسب الزمن بالثواني على إن تسجل للمختبر محاولتان المصرح له بهما، مع ملاحظة أن تحسب للمختبر المحاولة التي يسجل فيها زمناً أقل من المحاولتين اللتين قام بهما.

٣-٤-٤ اختبار التهديد بالقفز من الأمام يسار خط الرمية الحرة ثم الانتقال نصف دائري إلى الوسط واليمين (ريسان خريبط ١٩٨٩، ٣٦٦)

- الغرض من الأختبار: (قياس دقة التصويب بالقفز).
- الأدوات اللازمة: ملعب كرة سلة، شريط قياس، كرة سلة عدد (٢) قانونية، هدف كرة سلة، قلم ماجك.
- الإجراءات: كما في الشكل (١) يتم رسم ثلاث نقاط على شكل دوائر صغيرة قطرها (١٥) سم كعلامات دلالة على المناطق الثلاث التي يتم من خلالها أداء الاختبار.



شكل (٢)

اختبار التهديد بالقفز

- طريقة أداء الاختبار: يصوب اللاعب الكرة من ثلاث مناطق حول منطقة الرمية الحرة مباشرة.
  - حساب الدرجات:
  - ١. تحتسب وتسجل للاعب درجتان لكل رمية ناجحة (تدخل فيها الكرة السلة).
  - ٢. تحتسب وتسجل للاعب درجة واحدة لكل رمية تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة.
  - ٣. لا تحتسب درجات عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل السلة.
  - ٤. درجة اللاعب تساوي مجموع النقاط التي يحصل عليها في الرميات (١٥).
  - ٥. الدرجة القصوى للاختبار (٣٠) درجة.
- ٥-٣ التجربة الاستطلاعية:**

قام الباحث بإجراء التجربة الإستطلاعية والتي تعد بمثابة دراسة أولية قبل قيامه ببحثه وذلك للتأكد من عدة نقاط ومعلومات هي ضرورية عند إجراء التجربة الرئيسية للبحث، لذا قام الباحث بإجراء تجربته الإستطلاعية على مجموعة من اللاعبين الناشئين يبلغ عددهم (خمسة لاعبين) هم من غير عينة البحث من نادي الشرطة يوم الأربعاء المصادف ٢٥ / ١٧ / ٢٠١٧، وفي تمام الساعة العاشرة صباحاً، ويهدف الباحث من هذه التجربة إلى ما يأتي:

- التأكد من سلامة وصلاحية الأدوات المستخدمة في تنفيذ الإختبارات.
- معرفة الوقت الذي يستغرقه كل إختبار.
- معرفة مدى فهم فريق العمل لتفاصيل الإختبارات وكيفية تنفيذها فضلاً عن كيفية تسجيل نتائج الإختبارات.
- التأكد من مدى ملاءمة الإختبارات لمستوى العينة ومدى فهمهم وإستجابتهم لها.

### ٦-٣ إجراءات البحث:

#### ١-٦-٣ الإختبارات القبليّة لعينة البحث:

قام الباحث بإجراء الإختبارات القبليّة لعينة البحث في قاعة المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة يوم الجمعة المصادف ٢٧ / ١٦ / ٢٠١٦ وفي تمام الساعة العاشرة صباحاً، وقام الباحث بتثبيت الظروف الخاصة بالإختبار من ناحية

المكان والزمان وأسلوب الإختبار وفريق العمل من أجل تحقيق ظروف مشابهة قدر الإمكان عند إجراء الاختبار البعدي لعينة البحث.

### ٣-٦-٢ التمرينات المستخدمة في البحث:

قام الباحث بوضع تمرينات خاصة لتطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين ضمن المنهج التدريبي المعد مسبقاً للفريق لغرض تنمية وتطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة لعينة البحث، وقد راعى الباحث كافة الأسس والمبادئ العلمية التي طبقت خلال هذه الفترة وكما يلي:

- مدة التدريب أستمريت ثمانية أسابيع.
  - عدد الوحدات التدريبية الكلية (٢٤ وحدة تدريبية).
  - عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية (٣ وحدات تدريبية).
  - أيام التدريب الأسبوعية (السبت \_ الأثنين \_ الأربعاء).
  - مدة تدريب التمرينات البدنية الخاصة في الوحدة التدريبية الواحدة (٣٣ \_ ٤٠) دقيقة ضمن القسم الرئيسي.
  - الشدة المستخدمة للتمرينات كانت (٧٠ \_ ٩٥%).
  - الحمل التدريبي التموجي بلغ (١:٢) أي أسبوعين زيادة بالشدة (حمل عالي)، وإسبوع نقصان بالشدة (حمل أوطأ) لغرض الإستشفاء.
  - تم التدرج بشدة التمرينات في الوحدات التدريبية بتغيير نوع الحبال حسب شدتها أو عددها، وكذلك بأوزان الكرات الطبية.
  - تم البدء بتنفيذ التمرينات البدنية في يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٦/٢/١.
  - تم الإنتهاء من تنفيذ التمرينات البدنية في يوم الأثنين الموافق ٢٠١٦/٣/٢٧.
- ### ٣-٦-٣ الأختبارات البعدية لعينة البحث:

قام الباحث بإجراء الإختبارات البعدية لعينة البحث في قاعة المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة يوم الجمعة المصادف ٢٠١٦/٣/٣١ وفي تمام الساعة العاشرة صباحاً، وبالوقت نفسه والطريقة والظروف التي أجرى فيها الاختبار القبلي.

### ٣-٧ الوسائل الاحصائية:

تم استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS).

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض النتائج وتحليلها:

٤-١-١ عرض نتائج الأوساط الحسابية وإنحرافات المعيارية وفرق الأوساط  
وإنحرافات الفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق في الإختبارين  
القبلي والبعدي للإختبارات المبحوثة وتحليلها.

### الجدول (١)

الإختبار	وحدة القياس	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
القوة الانفجارية للرجلين	سم	٣٥,١٠	٣,٩٢	٤٩,٨٠	١,٨٥	١٤,٣٩٠	٠,٠١٠	معنوي
القوة الانفجارية للذراعين	م/سم	٥,٥٠٠	٤,١٣	٧,٤٠٠	١,٩٥	١٥,٥٥٠	٠,٠٠٠	معنوي
التصويب بالقفز من ثلاث مناطق حول منطقة الرمية الحرة	درجة	١٨,١٠	٣,٢٥	٢٣,٦٠	١,٧٢	١٨,١٩٥	٠,٠٠٠	معنوي
مناولة الكرة وإستلامها نحو حائط من مسافة ٢٠,٧٠م	ثانية	٨,٩٣٠	٣,٩٦	٧,٧٢٠	١,١٥	٢١,٧٩٥	٠,٠٠٠	معنوي

\* معنوي عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠,٠٥).

\* درجة الحرية (١٢-١=١١).

من الجدول (١) بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في إختبار القوة الانفجارية للرجلين (١٤,٧٠) بإنحراف معياري للفروق مقداره (٠,٩٥٠)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (١٤,٣٩٠)، في حين بلغ مستوى الخطأ (٠,٠١٠)، مما يدل على معنوية الفروق بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي عند مستوى خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١)، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في إختبار القوة الانفجارية

للذراعين (١,٩٠٠) بإنحراف معياري للفروق مقداره (٠,٨٦٥)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (١٥,٥٥٠)، في حين بلغ مستوى الخطأ (٠,٠٠٠)، مما يدل على معنوية الفروق بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدى عند مستوى خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١)، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في إختبار التصويب بالقفز من ثلاث مناطق حول منطقة الرمية الحرة (٥,٥٠٠) بإنحراف معياري للفروق مقداره (٠,٩٧٠)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (١٨,١٩٥)، في حين بلغ مستوى الخطأ (٠,٠٠٠)، مما يدل على معنوية الفروق بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدى عند مستوى خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١)، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في إختبار مناولة الكرة وإستلامها نحو حائط من مسافة ٢,٧٠م (١,٢١٠) بإنحراف معياري للفروق مقداره (٠,٥٤٥)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (٢١,٧٩٥)، في حين بلغ مستوى الخطأ (٠,٠٠٠)، مما يدل على معنوية الفروق بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدى عند مستوى خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١).

#### ٢-٤ مناقشة النتائج:

يبين الجدول (١) هنالك فروق معنوية ولصالح الأختبارات البعدية للقوة الانفجارية للذراعين والرجلين، ويعزو الباحث سبب تطور القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين لعينة البحث إلى التمرينات الخاصة التي أستخدمت في المنهج من خلال جهاز (vertimax) والكرات الطبية وبأوضاع مختلفة، لذلك يرى الباحث أن الأمر قد ساعد في إتقان الأداء الحركي لهذا الإختبار نتيجة التكرار ومن ثم ظهور التطور الكبير بين الإختبارين القبلي والبعدى ولصالح الأختبار البعدى، إذ كانت تمرينات متنوعة نجحت في رفع شدة الأحمال التدريبية بشكل علمي مبرمج، حيث تضمنت هذه التمارين أشكالاً متنوعة من القفزات والحجلات بالجهاز التي تضمن إمكانية بقاء الشدة التدريبية عالية، ولذلك يمكن القول بأن التمارين المقترحة قد ترجمت بواقعية إمكانية بقاء شدة الأحمال التدريبية مرتفعة إلى درجة تطور القوة الانفجارية للذراعين والرجلين بشكل جيد.

إن أعداد اللاعبين في الجوانب البدنية وخصوصاً القوة الانفجارية يجب أن يؤخذ بالحسبان، إذ يجب أن تكون التمرينات الخاصة بكرة السلة هادفة إلى تطوير المجاميع العضلية العاملة في اللعبة، والأهم من ذلك ضمان قدر الإمكان أن يكون تطوير وإعداد هذه المجاميع بمسارات حركية مشابهة للأداء بلعبة كرة السلة، وكذلك يجب دمج تمارين القوة الانفجارية في الإعداد الخاص عن طريق التمارين المرتبطة

بمهارات اللعبة، ولهذا ينبغي إعطاء التمرينات الخاصة بالقوة الانفجارية بمسارات حركية للانقباض العضلي مقارنة لمسارات انقباض العضلات في إثناء أداء التحركات الهجومية والدفاعية، وهذا ما أشار إليه أبو العلا من أن "القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ترتبط بدرجة إتقان الأداء المهاري" (أبو العلا أحمد ١٩٩٧، ١٣٣).  
 إن تطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين للاعب كرة السلة إنعكس على التهديد بالقفز من المناطق الثلاث وعلى المناولة الصدرية، إذ أن اللاعب الذي يمتلك قوة إنفجارية جيدة فإنه يستطيع ان يؤدي مايمكن ادائه من مهارات في المباريات وبمستوى عالٍ، كل هذا التطور إنعكس على التهديد بالقفز من حول منطقة الرمية الحرة وكذلك على دقة وسرعة المناولة الصدرية، إذ يعزو الباحث سبب ذلك إلى تأثير تمرينات البدنية الخاصة المقترحة بجهاز (vertimax) والكرات الطبية نتيجة تطور القوة الانفجارية للذراعين والرجلين والتي كانت مناسبة للعينة من حيث الشدة والحجم وبشكل متدرج، إذ أن "ثبات مستوى الحمل التدريبي يؤدي الى ضعف تأثيره بصفة مستمرة بينما يؤدي تغير مستوى أي مكون من مكونات الحمل الى إثارة الجهاز العصبي المركزي بشكل أقوى ومن ثم فان مقدار الشد او التوتر سيكون اكثر" (محمد علي القط ١٩٩٩، ٣٥).

إذ تم التأكيد على هذه التمرينات بحيث تكون مشابهة للأداء الحركي للمهارة مع المحافظة على عامل السرعة في الأداء، إذ تعد القوة العضلية من القدرات البدنية التي يمكن تنميتها من خلال مختلف التمارين سواء كانت باستخدام مقومات مختلفة ومتدرجة ووفقاً لطريقة التدريب المتبعة مع مراعاة التدرج بالتمارين من السهل إلى الصعب، إذ "يجب التدرج في زيادة المقاومة مع المحافظة على أن تكون أكثر بدرجة معينة عن المقاومة التي يواجهها اللاعب خلال اللعب (قاسم حسن حسين ١٩٨٨، ١٤٦).

#### ٥- الأستنتاجات والتوصيات:

#### ١-٥ الإستنتاجات:

- إن التمرينات البدنية الخاصة ساهمت في تطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين.
- إن الشدة التدريبية المتدرجة المستخدمة في المنهاج التدريبي ذات تأثير واضح في أفراد عينة البحث وأثرت في زيادة فاعلية التدريب.
- أسهم تطوير القوة الانفجارية للذراعين والرجلين في تطور مستوى أداء المهارات الهجومية المبحوثة للمجموعة التجريبية لفئة الشباب.

– كلما كانت التمرينات البدنية قريبة من شكل أداء المهارة أدى ذلك إلى تطورها بشكل أفضل وأسرع.

#### ٥ - ٢ التوصيات:

- إجراء اختبارات دورية لمعرفة مستوى أداء لاعبي كرة السلة بدنياً ومهارياً، لكي يعملوا على تلافي إنخفاض المستوى من خلال تعديل فقرات ومفردات مناهجهم التدريبية.
- تأكيد أهمية تدريبات القدرات البدنية الخاصة بلاعب كرة السلة عند تنفيذ مفردات المناهج التدريبية بما يتلاءم مع متطلبات اللعبة بدنياً وفلسفياً.
- أن تكون التمرينات البدنية متدرجة الشدة.
- إن يكون إختيار التمرينات بمقاومات مختلفة وتنوعها والتدرج بها وفقاً للمسار الحركي للتهديف بالقفز والمتابعة الدفاعية بكرة السلة.

#### المصادر العربية:

- ١- محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).
- ٢- أميرة محمد دهام؛ تأثير بعض التمرينات البدنية الخاصة في تطوير انجاز ١٠٠ م للاعبي منتخب جامعة كوية: (مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، مجلد ١١، العدد ٣، ٢٠١١). [www.vertimax.com](http://www.vertimax.com).
- ٣- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ إختبارات الاداء الحركي، ط٣: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤).
- ٤- ليلي السيد فرحات؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٧).
- ٥- محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسنين؛ الحديث في كرة السلة: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).
- ٦- ريسان خريبط مجيد؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية الرياضية، ج١: (البصرة، مطابع التعليم العالي، ١٩٨٩).
- ٧- أبو العلا احمد عبد الفتاح؛ التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية، ط١، (القاهرة، دار الفكر، ١٩٩٧).
- ٨- محمد علي القط؛ وظائف اعضاء التدريب الرياضي مدخل تطبيقي، ط١، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).
- ٩- قاسم حسن حسين؛ أسس التدريب الرياضي: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، ١٩٨٨).

## ملحق (١)

يبين نماذج من التمرينات المستخدمة في الوحدات التدريبية

رقم الوحدة التدريبية: (١)

الأسبوع والشهر: الأول - الأول

اليوم والتاريخ: الأربعاء ٢٠١٦/٢/٨

زمن التمرينات: ٣٣ دقيقة بجهاز الـ (vertimax) والكرة الطبية.

المكان: القاعة الداخلية للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة

القسم	الزمن المخصص	نوع التمرينات	الحجم	الشدة	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجاميع	الزمن الكلي للأداء
الرئيسي	٣٣ د	رمي الكرة الطبية وزن ٣ كغم من مستوى الصدر للأعلى.	٣ × ٨	٧٠ %	١ د	٢-٣ د	٥ د
		ربط الحبال المطاطية باليدين والورك والقفز للأعلى مع رفع الذراعين (نصف دني)، مشابه للأداء	٣ × ٨		١ د	٢-٣ د	٥ د
		مسك الكرة الطبية ٣ كغم بمستوى الصدر وربط الحبال المطاطية للجهاز بالورك، القفز العمودي مع دفع الكرة الطبية للأعلى.	٣ × ٨		١ د	٢-٣ د	٥ د
		ربط الحبال المطاطية باليدين والرجلين، فتح وضم الساقين بالتبادل.	٣ × ٨		١ د	٢-٣ د	٥ د
		ربط الحبل المطاطي باليدين وأداء حركة الترايبسيس للأمام المشابه لحركة التهديف بالتبادل.	٣ × ٨		١ د	٢-٣ د	٥ د
		عمل المناولات الصدرية بالكرة الطبية ٣ كغم بين لاعبين باستمرار.	٣ × ٨		١ د	٢-٣ د	٥ د
		مسك الكرة الطبية وزن ٣ كغم بمستوى الصدر والرجلين متنية (مد الذراعين والرجلين وتثبيتهما باستمرار)، مشابه للتهديف.	٣ × ٨		١ د	٢-٣ د	٣ د

## يبين نماذج من التمرينات المستخدمة في الوحدات التدريبية

رقم الوحدة التدريبية: (٢٤)

الأسبوع والشهر: الثامن - الثاني

زمن التمرينات: ٤٠ دقيقة بجهاز الـ (vertimax) والكرة الطبية. اليوم والتاريخ: الأثنين ٢٠١٦/٤/٣

المكان: القاعة الداخلية للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة السلة

الزمن الكلي للأداء	الراحة بين المجموع	الراحة بين التكرارات	الشدة	الحجم	نوع التمرينات	الزمن المخصص	القسم
٥٦	٥_٣	٢_١	٩٥ %	٦ × ٣	رمي الكرة الطبية وزن ٥ كغم من مستوى الصدر للأعلى.	٤٠ د	الرئيسي
٥٧	٥_٣	٢_١		٦ × ٣	ربط الحبال المطاطية باليدين والورك والقفز للأعلى مع رفع الذراعين (نصف ديني)، مشابه للأداء		
٥٧	٥_٣	٢_١		٦ × ٣	مسك الكرة الطبية ٥ كغم بمستوى الصدر وربط الحبال المطاطية للجهاز بالورك، القفز العمودي مع دفع الكرة الطبية للأعلى.		
٥٦	٥_٣	٢_١		٦ × ٣	ربط الحبال المطاطية باليدين والرجلين، فتح وضم الساقين بالتبادل.		
٥٦	٥_٣	٢_١		٦ × ٣	ربط الحبل المطاطي باليدين وأداء حركة الترايبسب للامام المشابه لحركة التهديف بالتبادل.		
٥٥	٥_٣	٢_١		٦ × ٣	عمل المناولات الصدرية بالكرة الطبية ٥ كغم بين لاعبين باستمرار.		
٥٣	٥_٣	٢_١		٦ × ٣	مسك الكرة الطبية وزن ٥ كغم بمستوى الصدر والرجلين متنية (مد الذراعين والرجلين وتنيهما باستمرار)، مشابه للتهديف.		

## تأثير تمارينات خاصة باستخدام جهاز الموجات الصدمية في

### تأهيل زوايا مفصل الكاحل للاعبين المتقدمين بكرة السلة

*The impact of special exercises using the shockwave device in the rehabilitation of the ankle joint angles of the basketball players*

أ.م.د. وسن حنون علي

مروة طلال سهيل

كلية التربية البدنية و علوم الرياضة / جامعة بغداد

٢٠١٧ هـ - ١٤٣٨ م

Prof. Dr. Wasan Hanoon Ali

Marwa Talal Suhail

### المخلص

أن الإسهام في الوقاية من الاصابات الرياضية والتقليل من اصابات اللاعبين واعادة تأهيلهم يمثل واحدا من الأهداف ذات الأهمية في المجال الرياضي، فإنَّ اصابات كرة السلة متعددة ولكن الأكثر شيوعا لدى اللاعبين هي إصابة مفصل الكاحل حسب الاستبيان الذي تم توزيعه على اللاعبين والمدربين، كما إن المناهج التأهيلية هي كفيله بأبعاد اللاعب قدر الإمكان عن احتمال الإصابة مره أخرى، ومن خلال استخدام التمارينات التأهيلية المبنية على الاسس العلمية والوسائل والأجهزة الحديثة، حيث بلغ عدد العينة (٨) لاعبين مصابين من كل اندية بغداد للدوري الممتاز بكرة السلة، واختار الباحث التصميم التجريبي ذي المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي، قام الباحث بوضع تمارينات خاصة باستخدام جهاز ( Shockwave master) للتأهيل مع تمارينات تأهيلية خاصة، وقد استغرقت مدة الوحدات التأهيلية (٦) أسابيع بواقع (٢) وحده تأهيلية في الاسبوع الواحد للأيام (الاحد والاربعاء) لتصبح (١٢) وحدة (احماء+ تمارين تأهيلية + جلسة تأهيل بجهاز الموجات الصدمية)، زمن الوحدة التأهيلية (٦٦،٥)، إذ استنتج الباحث ان تطبيق تمارينات التأهيلية مع جلسة تأهيل بجهاز الموجات الصدمية أثر إيجابي في ظهور تحسن في زوايا المدى الحركي

لمفصل الكاحل لدى أفراد عينة البحث وكان ذلك واضحاً من خلال الاختبارين القبلي والبعدي، ويوصي الباحث باستخدام التمارين التأهيلية مع جهاز الموجات الصدمية في المراكز التخصصية لتأهيل الرياضيين المصابين بالتواء مفصل الكاحل لكون لها الدور الفاعل في تحسين زوايا المدى الحركي لمفصل الكاحل وقوة العضلات العاملة.

### **Abstract**

Contribution in prevention the sport injuries and reduce the players injuries and requalification represents one of the goals that important in sport field ,Basket ball injuries are multiple but the most common injuries in players is the ankle injury according to questionnaire that distributed to the players and trainers, As that curriculum is effective to prevent injuries as much as possible, By using the curriculum base on science principles and new technology , Our sample reach to eight injured players from all Baghdad clubs for the premier league of basket ball The researcher chose experimental design with one experimental group with tribal and post testThe researcher put special training by using shock wave master for qualification with special qualification trainings.The rehabilitation sessions took (6) weeks, two session in a week every Sunday and Wednesday to becom(12) sessions (warm up exercise ,rehabilitation exercise, rehabilitation session with shock wave devise )Time of the rehabilitation unit is (66.5) minutes The researcher conclude that application of the rehabilitation exercise with rehabilitation shock wave session have positive effect in the range of the ankle joint movement in our sample and that was obviously in pre and post joint medical exam ,The researcher recommend to use rehabilitation exercise with shock waves in specialized center to rehabilitate player with ankle injury because it has effective role to improve the range of the movement and the power of the muscles..

## ١-التعريف بالبحث:-

## ١-١ مقدمة البحث و أهميته:-

تعد المناهج التأهيلية الوقائية واحدة من العلوم الأساسية المهمة والمتخصصة في مجال الطب الرياضي، إذ ان الاهتمام بعملية أعاده تأهيل اللاعبين المصابين يهدف الى إعادتهم بأسرع وقت ممكن لمشاركتهم مع فرقهم في التدريب والمنافسات من خلال التأهيل باستخدام التمرينات التأهيلية العلمية والوسائل والأجهزة الحديثة، وبما أن لعبة كرة السلة تمتاز بإيقاع سريع والمناولات المستمرة والمتواصلة بين الهجوم والدفاع تبدأ وتعتمد على حركات ووضع مفصل الكاحل فهو المفروق الواصل بين القدم والساق ونتيجة لذلك وهو عرضة الى أنواع مختلفة من القوى المؤثرة التي تسبب أضراراً كبيرة في الأربطة و الأوتار والعضلات المحيطة به.

إن أهمية البحث تكمن في وضع تمرينات خاصة باستخدام جهاز (Shock wave master) لتأهيل واحد من اهم الاصابات الاكثر شيوعا في لعبة كرة السلة وهو مفصل الكاحل، والعمل على اعادة اللاعبين الى الملاعب باقل فترة زمنية ممكنة.

## ٢-١ مشكلة البحث:-

من خلال اطلاع الباحث على البحوث السابقة والدراسات في مجال تأهيل اصابة التواء مفصل الكاحل وبعد البحث والاستقصاء ومقابلة اللاعبين المصابين بلعبة كرة السلة وذوي الاختصاص، ولدى مراجعه الباحث الى مراكز العلاج الطبيعي والتأهيل الطبي الرياضي تبين له ان هناك عدد من اللاعبين المصابين بالتواء مفصل الكاحل (الجهة الوحشية) في لعبة كرة السلة قسم منها تكررت الاصابة لديهم واخضعتم لاحتمالية الابتعاد نهائيا عن لعبة الممارسة.

## ٣-١ أهداف البحث: -

- إعداد تمرينات خاصة لتأهيل زوايا مفصل الكاحل المصاب لدى المتقدمين في لعبة كرة السلة.
- التعرف على تأثير التمرينات باستخدام جهاز (shock wave master) لتأهيل زوايا مفصل الكاحل (الجهة الوحشية) لأفراد عينة البحث.

## ١- ٤ فرض البحث :-

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي باستخدام جهاز (shock wave master) لتأهيل زوايا مفصل الكاحل (الجهة الوحشية) للاعبين المتقدمين بكرة السلة.

## ١- ٥ مجالات البحث :-

١- ٥ - ١ المجال البشري: عينة من اللاعبين المصابين لأندية محافظة بغداد للدوري الممتاز بكرة السلة للموسم ٢٠١٦-٢٠١٧ م.

١- ٥ - ٢ المجال الزمني: من ١/٣/٢٠١٧ م ولغاية ١٨/٤/٢٠١٧ م.

١- ٥ - ٣ المجال المكاني: مركز العلاج الطبيعي وتأهيل المفاصل في منطقة صدر القناة.

## ٢- الدراسات النظرية و الدراسات المشابهة:-

## ١-٢ الدراسات النظرية:-

## ١-٢ ١- اصابة التواء مفصل الكاحل:

"يحدث هذا الالتواء عندما يسقط اللاعب على الجانب الخارجي للقدم بينما زاوية ووزن الجسم يدفعان القدم الى الداخل وهنا يحدث تمزق بالعضلات والاربطة المكونة لهذا المفصل" (١ : ٢١٣).

## ٢-١-٢ التأهيل:

"التأهيل هو محاولة الإعادة الى القابلية السابقة للشخص المصاب بعد فقدانه بعض الخواص التي كان يتمتع بها قبل الاصابة" (٢: ١٦٠-١٨٤).

## ٢-١-٣ التمرينات التأهيلية:

" ان التمارين التأهيلية هي حركات بدنية مقننة على وفق اسس علمية هدفها وقائي علاجي وتنفذ على وفق قابلية المصاب وبشكل تدريجي وعرفتها (اقبال رسمي محمد ٢٠٠٨) التمارين التأهيلية بأنها عبارة عن مجموعة من التمارين البدنية تؤدي عن طريق الحركات المعتمدة على قياسات علمية مختارة منها لإرجاع الجزء المصاب الى حالته الطبيعية قدر الإمكان وتقليل مدة البعد عن الملاعب والعودة اليها بأعلى مستوى صحي ممكن." (٣ : ٤١).

## ٢-١-٤ أنواع التمرينات التأهيلية: (٤:٢٣)

❖ **تمارين القوة:** وهي تمارين تؤدي الى تقوية العضلة او المجاميع العضلية المتكررة بالاعتماد على استخدام المقاومات الخارجية بصورة متدرجة وبتكرارات مقننة بمعنى ان الجهد يبذل بالتدرج.

❖ **تمارين التكرار والتحمل:**

بعد ان تستكمل قوة العضلات المتضررة تؤدي تمارين التكرار والتحمل الى زيادة التحمل بالاعتماد على استخدام المقاومات الخارجية المتدرجة وبتكرارات مقننة بمعنى ان الجهد يبذل بالتدرج وتكرار اكثر.

❖ **تمارين التوافق:**

للوصول بالحركات الى مستوى الالية ويتم ذلك بتوافق العمل العضلي للعضلات المختلفة التي تقوم بالواجبات الحركية، يتم ذلك بأداء تمارين الدقة في الوقت والقوة المناسبين.

❖ **تمارين المرونة:**

لحفاظ وزيادة القدرة الحركية الكاملة للمفاصل الى كامل حدودها لتفادي اضرار المفصل التي حصلت من جراء الاصابة، لابد من اداء تمارين مرونة هذه المفاصل للحصول على حركات بانسيابية عالية.

## ٢-١-٥ جهاز الموجات الصدمية (shock wave master)

هو احدث الأجهزة لتأهيل التواء وزوايا مفصل الكاحل بجميع انواعه، يعتمد في عمله على اشعة الموجة الصدمية والتي هي نوع من الموجات الصوتية تتعرض هذه الموجات الصدمية الغنية بالطاقة الحرارية التي تتميز بدون انعكاسات جانبيه على تأهيل مفصل الكاحل وتنشيط عمله وهي بالتالي مضادة للالتهاب والتكلس حول المفصل نتيجة الالتواء دون الحاجة الى اجراء العمليات وعوده اللاعب الى ما كان عليه قبل حدوث الإصابة بعدة جلسات حسب درجة الإصابة وان عدد الجلسات للإصابة البسيطة الى المتوسطة تتراوح تقريبا بين (١٠-١٢) جلسة حسب حاجة المصاب تستغرق الجلسة الواحدة (١٠) د وان عدد الضربات هي مليوناً ضربه تصل الى ٢،٢٥٠ مليون ضربة فيكون فعالاً جداً وسريعاً مفعوله على الاصابة بالتالي هو بديل واقعي للعملية الجراحية اذا كانت الاصابة شديدة، اما المصاب الذي تكون أصابته من الدرجة البسيطة يأخذ فقط (٤٥٠) ضربة لتصل الى (٥٠٠) ضربة بالجلسة الاخيرة بالأسبوع السادس اي النسبة تزداد بمقدار عشر ضربات بكل

اسبوع، اما المصاب من الدرجة المتوسطة فيبدأ العمل ب(٤٨٠) ضربة في اول جلسة بالوحدة التأهيلية الاولى والثانية وترتفع لتصل الى(٥٣٠) ضربة في الاسبوع السادس

## ٢-١-٦ قياسات مدى الحركة المفصليّة للكاحل:

يستخدم جهاز الكونيوميتر لقياس المدى الحركي للرجل السليمة والمصابة، لتحديد كمية الضرر الواقع على الرجل المصابة وعلى هذا الاساس يتم تأهيل المفصل ومقارنته بالرجل السليمة ليصل الى اقرب نسبة ممكنة بالنسبة لزاوية المدى الحركي للمفصل.

وهناك نوعان لقياس مدى الحركة بأي مفصلهما: (٥ : ١٤٠)

أ. القياس الإيجابي: ويتم فيه مدى الحركة المفصليّة بما يؤديه المصاب من أقصى حركة للمفصل.

ب. القياس السلبي: يتم فيه قياس مدى الحركة بالمفصل التي يتم أدائها للمصاب بواسطة المعالج .

ولمفصل الكاحل أربعة اتجاهات وزوايا هي: (٦ : ١٣٣-١٣٦)

١. ثني ظهر القدم : وتتحدد زوايا ثني ظهر القدم (٠-٣٠)° .
٢. ثني أخمص القدم : وتتحدد الزاوية فيه (٠-٥٠)° .
٣. الثني الإنسي للقدم : ويتحدد مدى الحركة في الثني الإنسي للقدم ب(٠-٣٥)° .
٤. الثني الوحشي للقدم : يكون مدى الحركة المفصليّة للثني الوحشي للقدم من (٠-١٥)° .

## ٢-١-٧ تشريح مفصل الكاحل:

"وهو مفصل زليلي ذو مدارة (رزي) بين النهاية السفلى لعظم الظنوب والشظية والسطح العلوي والجانبى للعظم الكعبي" (٧ : ١٩٧).

٣ - منهج البحث وإجراءاته الميدانية:-

٣ - ١ منهج البحث:-

استعمل الباحث التصميم التجريبي ذا المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي.

## ٣ - ٢ مجتمع وعينة البحث:

تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل بفرق اندية بغداد للدوري الممتاز بكرة السلة (٢٠١٦-٢٠١٧)، وكان عدد الاندية (٥) وعدد اللاعبين في الاندية (١٢) لاعبا وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وذلك من خلال اجراء المقابلات الشخصية مع مدربي ولاعبي اندية الدوري الممتاز والاتفاق على التحاق اللاعب الذي يتعرض للإصابة التواء مفصل الكاحل (اصابة بسيطة ومتوسطة) حسب تقاريرهم الطبية خلال مرحلة الدوري للعلاج في مركز العلاج الطبيعي وتأهيل المفاصل في مستشفى صدر القناة اذ تم البدء ب(٢) لاعبين حتى اصبح العدد الكلي للمصابين (٨) لاعبين من كل اندية بغداد للدوري الممتاز بكرة السلة، وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث (١٠٠%) وهي نسبة تمثل مجتمع البحث ككل والبالغ عددهم (١١) فريق لأندية الدوري الممتاز (٢٠١٦-٢٠١٧م) بكرة السلة.

## ٣-٣-٣ وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث:

## ٣-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

المصادر والمراجع العربية والاجنبية والمقابلات الشخصية واستمارة الاستبانة.

## ٣-٣-٢ الاجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز الموجات الصدمية لتأهيل اصابة التواء مفصل الكاحل (made in belgiun) عدد ١.
- جهاز الكونيوميتر لقياس المدى الحركي للمفصل (chinamade in) عدد ١.
- ساعه توقيت يدوية نوع ( Longbo ) ( made in china ) عدد ١.
- جهاز حاسوب محمول نوع dell ( made in china ) عدد ١.
- جهاز قياس قوة العضلات العاملة على مفصل الكاحل (الداينوميتر) عدد ١
- كامرة تصوير نوع ١٤ made in china ((MEGAPIXLS Sony)) عدد ١.

## الادوات المستخدمة في البحث:

- كرة مطاطية عدد ٤.
- قطعة اسفنج عدد ٨.
- كراسي عدد ٤.
- سرير طبي للمصاب (سديه) عدد ٢.

## ٣-٤ متغيرات البحث واختباراتها

بعد الاطلاع على المصادر والمراجع والبحوث العلمية المتوفرة والمقابلات الشخصية التي اجراها الباحث وبالاتفاق مع السيدة المشرفة واللجنة العلمية تم ترشيح مجموعة من الاختبارات لقياس زوايا مفصل الكاحل التي سوف تكون موضع الدراسة.

## ٣-٤-١ القياسات

## ١- قياس زاوية ثني ظهر القدم ( بالدرجة):

يقوم المصاب بتحريك ظهر القدم للأعلى في اتجاه عظمة القصبية، وتتراوح زاوية ثني ظهر القدم بين (الصفـر- ٣٠) درجة.

## ٢- قياس زاوية ثني اخمص القدم ( بالدرجة):

يقوم المصاب بتحريك باطن القدم بعيدا عن عظمة القصبية، ويتراوح مدى هذه الحركة بين (صفر-٥٠) درجة.

## ٣- قياس زاوية الثني الانسي للقدم ( بالدرجة ):

يقوم المصاب بتدوير باطن القدم للداخل اي تحريك باطن القدم نحو الخط الوهمي الذي يقسم الجسم لنصفين متساويين، ويتراوح مدى تدوير باطن القدم للداخل بين (الصفـر- ٣٥) درجة.

## ٤- قياس زاويه الثني الوحشي للقدم ( بالدرجة ):

يقوم المصاب بتدوير باطن القدم للخارج اي تحريك باطن القدم بعيدا عن الخط الوهمي المنصف للجسم، ويتراوح مدى تدوير باطن القدم للخارج بين (صفر- ١٥) درجة.

## ٣ - ٥ التجارب الاستطلاعية

من التوصيات المهمة التي يوصي بها خبراء البحث العلمي لغرض الحصول على نتائج دقيقة وموثوق بها هي قيام الباحث بالتجربة الاستطلاعية وتعتبر هذه التجارب ذات اهمية بالغة وذلك لتلافي المعوقات التي قد تظهر عند تطبيق الاختبارات، واحتاج الباحث الى القيام بتجربتين استطلاعيتين هما:

- ✓ التجربة الاستطلاعية الاولى : اجريت هذه التجربة في يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٧/٣/١١ في تمام الساعة العاشرة صباحا على لاعبين مصابين من نادي الصليخ وقد تم استبعادهما من العينة، الغرض من التجربة هو لتهيئة استخدام جهاز الموجات الصدمية للمصابين ، وكذلك التعرف على طبيعة عمل الجهاز والفريق المساعد من المعالجين الذي سينفذ القياسات والاختبارات القبلية على جهاز الموجات الصدمية وقياس زوايا مفصل الكاحل وقياس قوة العضلات العاملة على مفصل الكاحل كذلك كيفية اداء التمرينات التأهيلية المقننة
- ✓ التجربة الاستطلاعية الثانية : اجريت في يوم الخميس المصادف ٢٠١٧/٣/١٢ في تمام الساعة العاشرة صباحا على افراد عينة البحث بأستخدام تطبيق وحدة تأهيلية يومية من وحدات منهاج التمرينات التأهيلية المعدة ،وبعد اخذ الشدة ١٠٠% لكل مصاب وعلى ضوءه يضع الباحث التمرينات لكل مصاب على حده والغرض من هذه التجربة هو لمعرفة الصعوبة والمشاكل التي تواجه الباحث ومعرفة مدى كفاية الفريق المساعد وتفهمه للاختبارات والتأكد من ملائمة المكان ومدى تفهم عينة البحث للاختبارات.

### ٣- ٦- الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية على مجموعة أفراد عينة البحث التجريبية في يوم الاثنين الموافق (٦ / ٣ / ٢٠١٧م) في تمام الساعة العاشرة صباحا في مركز العلاج الطبيعي وتأهيل المفاصل في مستشفى صدر القناة، وقد تم مراعاة تثبيت الظروف جميعها المتعلقة بالاختبارات من حيث الأدوات والزمان والمكان وكذلك طريقة التنفيذ وذلك لتوفير الظروف نفسها في الاختبارات البعدية قدر الإمكان.

### ٣-٧- التجربة الرئيسية

وتتضمن التجربة الرئيسية

### ٣-٧-١- منهاج التمرينات التأهيلية :

من أجل تحقيق أهداف البحث قام الباحث بوضع مجموعة تمرينات تأهيلية معتمداً على المصادر العلمية المتوافرة واستعانته بالسادة الخبراء في مجال الطب الرياضي باستخدام وسائل وأدوات التأهيل، وقد استغرقت مدة الوحدات التأهيلية (٦) أسابيع بواقع ( وحدتان) تأهيلية اسبوعية لتصبح (١٢) وحده تأهيلية، زمن الوحدة التأهيلية(٦٦,٥) دقيقة، أيام التدريب الأسبوعية (الاحد ، الاربعاء)، اذ حدد الباحث

التكرارات وازمنة الراحة والشدة المطلوبة من خلال اراء الساده الخبراء بعد اطلاعهم على منهاج التمرينات التأهيلية على ان يكون مبدأ التذبذب بالشده من الاسبوع الاول حتى الاسبوع السادس فضلا عن تقنين التمرينات، وهناك تمارين احماء خارج الجهاز للقدم.

إذ تم تطبيق منهج التمرينات التأهيلية المعدة على مجموعة اللاعبين المصابين (تمارين احماء + تمارين تأهيلية + جلسة تأهيل بجهاز الموجات الصدمية) استخدم الباحث الشدد للتمارين التأهيلية كالآتي (٣٥% - ٤٠%) للاسبوع الاول لكون هذه النسبة بسيطة على القدم المصابة وبعد اخذ شدة (١٠٠%) لكل مصاب ، واستخدم الباحث مبدأ التذبذب بالشدة عند وضع الشدد خلال المنهج التأهيلي اي عند العمل بشدة (٣٥%-٤٠%) خلال الاسبوع الاول للوحدتين الاولى والثانية لتعويد المصاب على هذه الشده والتأقلم معها، بعد ذلك يبدأ بالوحدة الاولى للاسبوع الثاني بشدة (٥٠%) ، اما بالوحدة الثانية فيكون العمل بشدة (٦٠%)، اما عند الاسبوع الثالث في الوحدة التأهيلية الاولى فيكون العمل بشدة (٧٠%) وبعدها تنخفض الشدة الى (٦٠%) وهكذا في الاسبوع الرابع تكون الشدة بالوحدة الاولى (٧٠%) اما بالوحدة الثانية فيكون العمل بشدة (٨٠%) واما عن الاسبوع الخامس فتكون الشدة بالوحدة الاولى (٩٠%) اما بالوحدة الثانية تقل لتصبح (٨٠%) اما الاسبوع السادس والاخير فتكون الشدة بالوحدة الاولى (٩٠%) والوحدة الثانية والاخيرة (١٠٠%).

اما بالنسبة لاستخدام جهاز الموجات الصدمية فاستخدامه يكون بنهاية الوحده التأهيلية بعد تأدية اللاعب للتمارين، لغرض تنشيط الدورة الدموية لمكان الاصابة والاماكن المحيطة بها وازالة المخلفات الناتجة من جراء الاصابة .

بعد اداء الاحماء من قبل المصاب لمدة (٥د) ومن ثم اداء التمرينات التأهيلية واخذ راحه (٥ د) يأتي دور التأهيل على جهاز الموجات الصدمية تستغرق زمن الجلسة الواحدة (١٠ د).

### ٣- ٨ الاختبارات البعدية:

بعد ان تم الانتهاء من تنفيذ الوحدات التأهيلية المعدة تم اجراء الاختبارات البعدية على افراد عينة البحث والبالغ عددهم (٨) مصابين في مكان وظروف الاختبارات نفسها واجراءاتها وبإشراف مباشر من الباحث وذلك في يوم الثلاثاء الموافق (١٨/٤/٢٠١٧ م) في تمام الساعة العاشرة صباحا في مركز العلاج الطبيعي وتأهيل المفاصل في مستشفى منطقة صدر القناة.

## ٣ - ٩ الوسائل الإحصائية:

قام الباحث باستخدام الحقيبة الاحصائية باستخدام نظام (spss) لاحتوائها على كافة معالجات البحث.

## ٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

٤-١ عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لقياس زوايا مفصل الكاحل وتحليلها ومناقشتها:

٤-١-١ عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لقياس زوايا مفصل الكاحل (زاوية ثني ظهر القدم-زاوية ثني اخمص القدم) وتحليلها:

لغرض التحقق من الفرضية الاولى قام الباحث بتحليل بيانات البحث الخاصة بقياسات زوايا مفصل الكاحل (زاوية ظهر القدم-زاوية اخمص القدم) لمعرفة الفروق القبليّة والبعدية وذلك باستعمال اختبار (t) للعينات المرتبطة وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول (١).

الجدول (١) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق وانحرافاتها وقيمة (ت) المحسوبة والدلالة المعنوية للاختبار القبلي والبعدية لقياس زوايا مفصل الكاحل (زاوية ثني ظهر القدم-زاوية ثني اخمص القدم).

نوع الفرق	Sig	قيمة ت المحسوبة	ف هـ	ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المتغيرات
					ع	س	ع	س	
معنوي	0,000	10,000	0,50000	5,00000	2,85044	15,8750	1,80772	10,875	زاوية ثني ظهر القدم
معنوي	0,000	12,800	0,41993	5,37500	5,71808	30,1250	5,23041	24,750	زاوية ثني اخمص القدم

معنوي > ٠,٠٥ عند درجة حرية (ن-١) = (٧).

٤-١-٢ عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لقياس زوايا مفصل الكاحل (زاوية الثني الانسي للقدم-زاوية الثني الوحشي للقدم) وتحليلها.

الجدول (٢) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق وانحرافاتهما وقيمة (ت) المحسوبة والدلالة المعنوية للاختبار القبلي والبدي لقياس زوايا مفصل الكاحل (زاوية الثني الانسي للقدم- زاوية الثني الوحشي للقدم)

نوع الفرق	Sig	قيمة المحسوبة	ف هـ	فـ	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المتغيرات
					ع	س	ع	س	
معنوي	0,000	9,744	0,59010	5,75000	4,89716	25,3750	4,43807	19,625	زاوية الثني الانسي للقدم
معنوي	0,000	11,667	3,7500	4,37500	1,16496	13,2500	1,24642	8,875	زاوية الثني الوحشي للقدم

معنوي  $> 0,05$  عند درجة حرية (ن-١) = (٧).

٤-٢ مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لقياسات زوايا مفصل الكاحل:

يتبين من عرض الجدولين (١) و(٢) وتحليلهما الدلالة الإحصائية لاختبارات قياس زوايا مفصل الكاحل بأنها كانت دالة جميعها في ما بين الاختبارين القبلي والبدي لدى عينة البحث، ويعزو الباحث ظهور النتائج في زيادة المديات الحركية التي عبرت عنها قيم الزوايا الظاهرة، إلى تطور المدى الحركي وشفاء ومرونة الاوتار والأربطة المحيطة بمفصل الكاحل المصاب، نتيجة التمرينات التأهيلية التي راعى الباحث فيها طبيعة أفراد عينة البحث وعمر الإصابة في التدرج والتموج في تخطيط هذه التمرينات وتنفيذها فضلاً عن التنوع بالتمرينات لتجنب الملل لدى المصابين، وإن هذا التطور الحاصل يدل على تحسن عمل العضلات والأربطة المحيطة بمفصل الكاحل والتي هي عبارة عن تجمع حزم الأغشية المحيطة بالعضلات هذا النسيج القوي الذي ينغرز بالعظام والمسؤول عن سحبها بحكم تحسن طبيعة العمل العضلي في الانبساط والانقباض والتي تحيط بالمفصل والتي تزيد من انفتاح الزوايا التي هي بالحقيقة زيادة في المدى الحركي اذ يعتمد على خاصية مطاطية العضلات.

اذ يذكر (ابو العلا احمد عبد الفتاح، ١٩٩٧)، أنه "كلما تزداد سعة الحركة في المفصل كلما زاد من مستوى القوة" (٨: ٢٤٨)، وبما إن إطالة العضلات العاملة

على مفصل الكاحل قد تحسنت ، وهذا انعكس على زيادة قوتها وان التحسن في المدى الحركي لمفصل الكاحل لدى عينة البحث نتيجة التمرينات التأهيلية المنفذة في البرنامج التأهيلي المعد.

وإنَّ هذا التطور يدل على تحسن عمل العضلات وأوتارها والأربطة التي تحيط بمفصل الكاحل والتي تزيد من انفتاح الزوايا التي هي بالحقيقة زيادة في المدى الحركي والذي يعتمد على خاصية مطاطية العضلات وهذا المبدأ يتفق مع ما أشار إليه ( طلحة حسام الدين، ١٩٩٧ ) بأنَّ " اتساع مدى الحركة في مفاصل الجسم يؤدي الى أتاحة الفرصة كي تعمل العضلات في الطول المناسب للأنقباض ومن ثم سوف يسمح بإنتاج قوة أكبر" (٩:٢٥٢)، وهذا يتفق مع ما ذكره ( ماجد علي موسى، ٢٠٠٦)، بأنَّ ( بناء المفصل يلعب دوراً بارزاً ومهماً في أداء مثل تلك الواجبات الحركية، وتتوقف المرونة بدرجة كبيرة جداً على قابلية العضلات على الم والثني الأوتار والأربطة ، لذا إنَّ المجال الحركي العضوي أصبح مقياساً للمرونة، ويعبر عنها بالزوايا ) (١٠:١٢٤ - ١٢٥).

اذ ذكرت (ناهد احمد عبد الرحيم، ٢٠١١)، نقلا عن أدمز واخرين " انَّ التمرينات التأهيلية تحقق أغراضا عديدة ومنها تحسين المدى الحركي المفصلي " (١١: ١٥٧) ومن مراجعة منحنيات التطور التي تبين التطور التدريجي وبشكل ايجابي للأوساط الحسابية للزوايا فقد اعتمد الباحث القياس في بداية تنفيذ التمرينات التأهيلية وفي نهاية كل أسبوع لتتبع المستوى من جهة والتأكد من ملاءمة التمرينات التأهيلية المعدة من جهة اخرى، وهذا أتاح له مبدأ التذبذب بالحمل في إداء التمرينات التأهيلية فضلاً عن مراعاة مبدأ التمرج والذي أثر في زيادة قيمها وظهور هذه النتائج ، فضلاً عن تحسن الاربطة المفصالية المحيطة بالمفصل والتي هي النسيج الضام الليفى والنسيج المطاط، ويكون النسيج الضام الليفى بنسبة كبيرة جداً في تركيب الأربطة وهو يتكون من مادة الكولاجين كمادة أولية اساسية والذي يتحرك بحركة تموجية، إذ ساعدت التمرينات التأهيلية على التحسن في هذا النسيج ووظيفته مع التحسن في مطاطية العضلات إلى زيادة قيم جميع الزوايا.

ويعزو الباحث هذا التحسن الكبير الى عدم اهمال الدور المتكامل للجهاز الحركي عند التأهيل فلا يمكن أن ينصب العمل على العضلات دون الاربطة المفصالية أو التحكم العضلي العصبي لتوفير التنسيق في عمل المجموعات العضليه ثم سحب عظام المفصل وظهور الحركات بالمديات الطبيعية وعودة المفصل للعمل

من جديد بأفضل ما يمكن وخلال مدة (٦) أسابيع، اذ يذكر (جيرماه، ٢٠١١) " إن مدة (٦) أسابيع من التأهيل الحركي العضلي يمكن ان تطور مؤشرات مفصل الكاحل عند الرياضيين المصابين بعد الشفاء من الألم والورم ويمكن ان تقلل من عوامل الإصابة بمفصل الكاحل مستقبلاً" (٢:١٢) ، فضلاً عن قيام الجهاز بتحفيز المنطقة المصابة واعادة تأهيلها واذابة وتفكيك التكتلات (ترسبات الكالسيوم) داخل مفصل الكاحل المصاب، هذا يعني ان استخدام التمرينات التأهيلية وجهاز الموجات الصدمية من قبل الباحث والذي وفرّ موضوعية التأهيل من جهة وتحقيق الاهداف من جهة أخرى، لاسيما وإن أداء التمرينات مع استخدام جهاز الموجات الصدمية الذي يحسن من حركة الدورة الدموية وتنشيطها والذي يعطي تغذية حسية للدماغ للتحكم بكم القوة المطلوبة في توفير الإيعازات المناسبة لتجاوز الألم والتماثل للشفاء ، والتتبع للتطور يدل على الشفاء من الاصابة على وفق ما جاءت به قيم تلك الزوايا في الاقتراب الكبير من الزوايا الطبيعية ، وهذا يتفق على ما جاء به (هيم وجوسف ، ٢٠٠٩) " أن زيادة المدى الحركي تعني تحسن في مطاطية العضلات والاربطة المحيطة بالمفصل فضلاً عن تحسن العمل العصبي العضلي في التحكم في عمل المتحسسات المسؤولة عن توفير المعلومات الحسية للدماغ عن هذا المدى " (١٣) (١٨٥:

وكما أشارت (سرور اسعد) " لابد من الحصول على الوضع الذي تكون فيه الأجزاء الرئيسية للجسم متزنة ومنتظمة فوق قاعدة الارتكاز وتكون العلاقة التنظيمية بين هذه الأجزاء سليمة بحيث تمكنه من القيام بوظائفه بكفاءة واكل جهد" (١٤: ١٥)، ومن خلال مناقشة نتائج الاختبارات لزوايا مفصل الكاحل يمكننا أن نتأكد من تحقق فرض البحث والهدفين الأول والثاني من أهداف البحث.

#### ٥-الإستنتاجات والتوصيات:-

#### ١-٥ الاستنتاجات :-

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات

الآتية:

✓ ان التمرينات التأهيلية المعدة وجهاز الموجات الصدمية كان لهما الدور الفاعل في تقدم تأهيل اصابة التواء مفصل الكاحل.

✓ ظهور تحسن في زوايا المدى الحركي لمفصل الكاحل نتيجة تطبيق التمارين التأهيلية مع استخدام جهاز الموجات الصدمية.

## ٢-٥ التوصيات :-

✓ استخدام التمارين التأهيلية مع جهاز الموجات الصدمية في المراكز التخصصية لتأهيل الرياضيين المصابين بالتواء مفصل الكاحل لكون لها الدور الفاعل في تحسين زوايا المدى الحركي لمفصل الكاحل وقوة العضلات العاملة.

✓ الاهتمام بمتابعة اللاعبين المصابين من خلال التزامهم بالوحدات التأهيلية لما له الدور الفاعل في رفع معنوياتهم بشكل كبير من خلال تحسنهم من الاصابة وارجاعهم للملعب.

## المصادر العربية والأجنبية:

1- Peter brukner&karimkahan, " Principles of Rehabilitation in book Clinical sports Medicine"، me 6raw – hile comp , Australia ،2001

٢- مرثت السيد يوسف؛ دراسات حول مشكلات الطب الرياضي، ( جامعة الاسكندرية، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، ١٩٩٨).

٣- اقبال رسمي محمد؛ الاصابات الرياضية وطرق علاجها، (ط١: القاهرة، دار الفجر للنشر، ٢٠٠٨).

٤- حسن هادي عطية الهلالي ؛ اجهزة الجسم واصابتها الشائعة وتأهيلها في الرياضة،(بغداد ، مكتبة الفقامة، ٢٠١٣).

٥- أسامة رياض؛ العلاج الطبيعي وتأهيل الرياضيين،(ط١: القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).

٦- فوزي الخضري؛ الطب الرياضي واللياقة البدنية،(ط١: بيروت دار العلوم العربية للطباعة والنشر، ١٩٩٧).

٧- قيس إبراهيم الدوري؛ علم التشريح،(ط٢: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، ١٩٨٨).

٨- ابو العلا احمد عبد الفتاح؛ التدريب الرياضي والأسس الفسيولوجية،(ط١: القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٧).

٩- طلحة حسام الدين وآخرون؛ الموسوعة العلمية في التدريب،(ط١: القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧).

١٠- ماجد علي موسى؛ التدريب الرياضي الحديث،(ط١: البصرة، مطبعة النخيل، ٢٠٠٦).

١١- ناهد احمد عبد الرحيم؛ التمرينات التأهيلية لتربية القوام، (ط١: عمان، دار الفكر العربي ناشرون وموزعون، ٢٠١١).

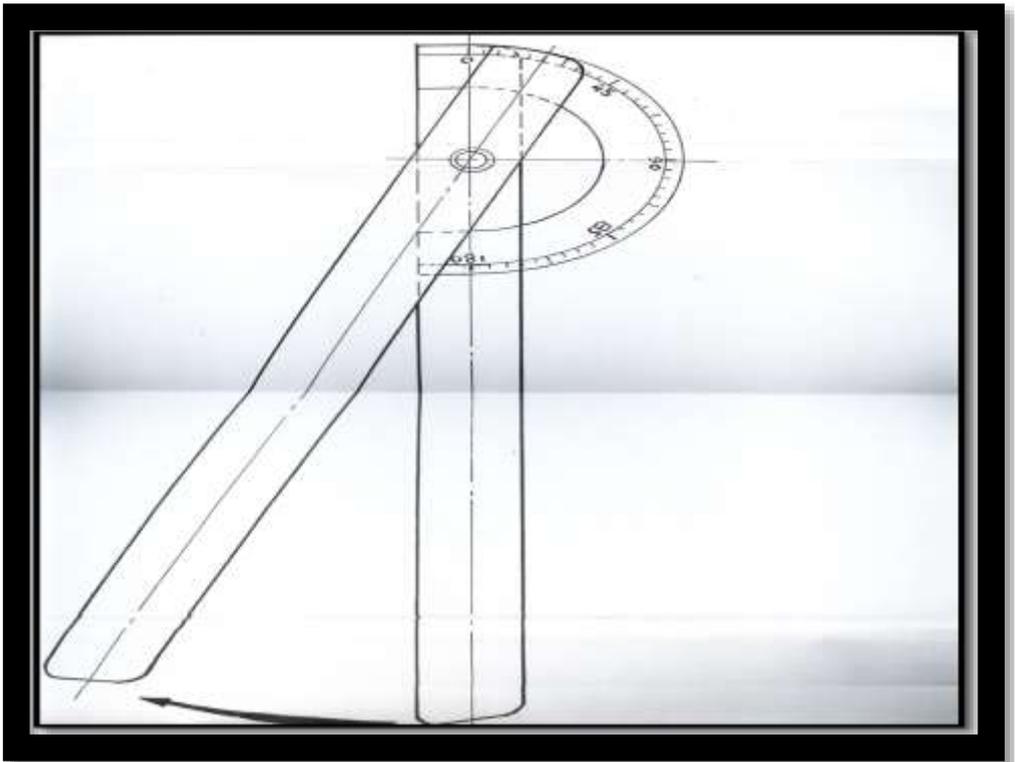
12- Jeremiah Driscollotan؛ "Sports Medicine Arthroscopy Rehabilitation Therapy" , Ireland , 2011.

13- Ham ill, Joseph؛Knutzen, Kathleen M, "Biomechanical Basis of Human Movement" , 3<sup>rd</sup> Ed, Copyright, Lippincott Williams & Wilkins,2009.

١٤- سرور اسعد منصور؛ القوام عيوبه ونشواته ووسائل علاجه وطرق المحافظة عليه، ( القاهرة، دار المعارف، ١٩٨٥).

### ملحق رقم (١)

جهاز الكونيو ميتر لقياس المدى الحركي للمفصل



## ملحق رقم (٢)

أسماء السادة أعضاء اللجنة العلمية التي عرضت عليهم الإختبارات لقياس زوايا مفصل الكاحل

ت	إسم التدريسي	اللقب العلمي	مكان العمل
١	د. حميد عبد النبي	أستاذ دكتور	كلية التربية البدنية و علوم الرياضة/ جامعة بغداد
٢	د. فراس مطشر	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية و علوم الرياضة/ جامعة بغداد
٣	د. زيدون جواد	أستاذ مساعد	كلية التربية البدنية و علوم الرياضة/ جامعة بغداد

## ملحق رقم (٣)

نموذج من (الوحدة التأهيلية الأولى للأسبوع الأول)

الشدة: ٣٥ - ٤٠ %

ت	تمارين تأهيلية	زمن اداء التمرين	التكرار	الراحة بين التكرارات	عدد المجاميع	راحة بين المجاميع	الزمن الكلي للتمرين
١	تمارين احماء خارج الجهاز للقدم						
-							٥ دقائق
٢	تمرين ثني ظهر القدم	٢٠ ثانية	١٠	٢:١ او الاستطاعة من الاداء مرة اخرى	٣	٢ دقيقه او الاستطاعة من الاداء مرة اخرى	١٥,٥٠
٣	تمرين الثني الانسي للقدم	٢٠ ثانية	١٠	٢:١ او الاستطاعة من	٣	٢ دقيقه او الاستطاعة من	١٥,٥٠

	الاداء مرة اخرى		الاداء مرة اخرى				
٤	٢ دقيقة او الاستطاعة من الاداء مرة اخرى	٣	٢:١ او الاستطاعة من الاداء مرة اخرى	١٠	٢٠ ثانية	تمرين الثني الوطني للقدم	-
٥	اخذ راحة ٥ دقائق						-
٦	١٠ دقائق	جلسة على جهاز الموجات الصدمية					-
٦٦,٥ د							الزمن الكلي

## تأثير تمارين مركبة مهارية خطية

### لتطوير الاداء الهجومي للاعبين كرة القدم

*The effective of planning skillfulness  
exercises to develop offensive performance for  
footballer players*

جاسم مجيد جودة الحسني  
أ.م. د. لؤي ساطع محمد  
أ.م. د. صادق جعفر صادق  
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية  
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة  
**D. Loay Sateh Mohammed**  
**D. Sadeq Jaafer Sadeq**  
**Jassim Mejeed Judah**

#### الخلاصة

تلخصت مشكله البحث باعتماد استخدام تمارين مركبة مهارية خطية في مناهجهم التدريبية لفرق الشباب والتي ينظمها المدربون في اعداد فرقهم اختصارا للوقت والجهد وتوظيفا للربط بين المهارات والجوانب الخطية بشكل أفضل وانجح وهذا يتطلب استخدام أساليب وطرائق تدريبية مناسبة لضمان تطوير الحالة المهارية الخطية هدفت الدراسة الى اعداد تمارين مركبة مهارية خطية لتطوير أداء الهجومي للاعبين كرة القدم والتعرف على تأثير تمارين مركبة مهارية خطية لتطوير أداء الهجومي واشتملت عينه البحث على (٣٠) لاعبا يمثلون شباب نادي القوة الجوية الرياضية تم استبعاد (٦) لاعبين (٣) حراس مرمى و(٣) لاعبين مصابين

وتم تقسيمهم الى مجموعتين مجموعة ضابطة (١٢) لاعبا ومجموعة تجريبية (١٢) لاعب واستغرق تنفيذ تمرينات مركبة مهارية خطية (٣) أشهر بواقع (٣) وحدات تدريبية أسبوعية وكان وقت الوحدة التدريبية (٤٠-٤٥) دقيقة ضمن القسم الرئيس تناول الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها من خلال استخدام الوسائل الإحصائية Spss وتوصل الباحث بان التمرينات المركبة مهارية خطية كان لها الدور الايجابي في المجموعة التجريبية في تطوير الاداء الهجومي للاعبي كرة القدم . ويوصي الباحث استخدام تمرينات مركبة مهارية خطية في تدريب فرق الشباب ودمج طرائق التدريبية لجانبي المهاري والخطي في تنفيذ الواجبات الخطية السريعة.

## Abstrat

The problem of research is summarizing by dependence on using planning skillfulness couple excursions in their training methodologies for youth team which the coach regulates it to prepare team to reduce time and efforts and join it between skillfulness and planning sides well and successfully . This demands using methods and training manners suitable for ensure development planning skillfulness state. This study includes planning skillfulness couple exercises preparation by using training interference to develop offensive performance to footballer team and know on the effecting planning skillfulness couple exercises and develop offensive performance. The research sample 30 player from youth Air force sports club where ejected 6 player , 3 goalkeepers and 3 injured players and divided them into two groups : Basic groups 12 player and training group 12 player and took it planning skillfulness couple

perform exercises three months in three weekly training units . The time of unit is ( 40-45) minutes. The search includes view of results, analysis and discussion through using statistical methods (( SPSS)) . The research shows that couple training is planning skillfulness was the positive rule in training group to develop offensive performance for footballer players. The research recommends by using planning skillfulness couple exercises in manner of training interference in train Youth team and mix training methods for planning and skillfulness in execute fast planning duties .

## ١ - مقدمة البحث

### ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

أن التدريب عمليه تركز على أسس علمية هدفها أعداد اللاعبين إعدادا متكاملًا من الناحية البدنية والمهارية والخططية والذهنية باستخدام الطرائق والأساليب والوسائل المناسبة للوصول بهم إلى اعلى مستوى رياضي ممكن ومن ثم تحقيق هدف التدريب.

أن كرة القدم كانت ولا تزال اللعبة الأولى بالعالم وان متطلبات اللعب الحديثة تتميز باللعب السريع والشمولية في استغلال مراكز اللعب وأكثر من مهمة في أداء الواجبات أثناء التدريب والمنافسة وحسب ما يتطلبه موقف اللعب وهذا يحتاج الى إتقان وميزات خاصة تتوافر لدى اللاعبين كجانب فردي وجماعي في ما يخص أداء المهارات الأساسية لهذه اللعبة وتنفيذ الجوانب الخططية طيلة وقت المباراة (٩٠-١٢٠) دقيقة، إذ أن إتقان الجانب المهاري يعمل على رفع معنوية اللاعبين بنجاحهم في تنفيذ دقة المهارات وهذا يقلل من فقدان الاستحواذ على الكرة وسرعة نقلها عبر مراكز اللعب نحو هدف المنافس فضلا عن ذلك أن تنفيذ الواجبات الخططية بنجاح والسرعة في تغيير اتجاه اللعب من دفاعي الى هجومي أو بالعكس يعتمد أساسا على الترابط في

النجاح بأداء الواجبات المهارية والخطئية وهذا يساعد على الارتقاء بالمستوى وسرعة وسهولة التحرك في مراكز اللعب دون إضاعة الوقت والجهد والكرة .

### ٢-١ مشكلة البحث :

يعد الإعداد المهاري والخطئي احد المرتكزات الأساسية في لعبة كرة القدم إذ أن إتقان الجانب المهاري وبصورة دقيقة يكفل التقليل من حدوث الأخطاء وفقدان الكرة كما أن إتقان تنفيذ الواجب الخطئي في اللعب يستند وبشكل فاعل على أداء المهارات بنجاح وخصوصا أن الواجبات الخطئية تتغير وفق متطلبات اللعب من ذلك نلاحظ هناك ترابطا بين الأداء المهاري المتقن وبين النجاح في تنفيذ الواجبات الخطئية ، ولكون الباحث كان لاعبا ومدربا ومديرا فنيا ومشاركا لعدة دورات تدريبية ولخبراته المتواضعة يرى أنه يجب أن يكون هناك أعداد لتمارين مركبه مهاريه خطئيه في مناهج التدريب التي تنظم من قبل المدربين في أعداد فرقههم اختصارا للوقت والجهد وتوظيفا للربط بين المهارات والواجب الخطئي بشكل أفضل وانجح كما أن ذلك يتطلب استخدام أساليب أو طرائق تدريبية مناسبة لضمان التوصل إلى تطور فاعل ومؤثر ولأن يكون عاملا مؤثرا في تنفيذ هذه التمرينات المركبة المهارية الخطئية.

### ١-٣ هدفا البحث :

- ١- إعداد تمرينات مركبة مهارية خطئية باستخدام أسلوب التداخل التدريبي لتطوير الأداء الهجومي للاعبين لكرة القدم (فئة الشباب ١٨-١٩ سنة)
- ٢- التعرف على تأثير تمرينات مركبة مهارية خطئية لتطوير الأداء الهجومي للاعبين لكرة القدم (فئة الشباب ١٨-١٩ سنة).

### ١-٤ فرضا البحث

١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي لمجموعتي البحث ولصالح الاختبار البعدي .

### ١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري : لاعبو نادي القوة الجوية الرياضي للشباب (فئة ١٨ - ١٩ سنة)

١-٥-٢ المجال أزماني : ١/١٢/٢٠١٦ لغاية ٢٠/٩/٢٠١٧ .

١-٥-٣ المجال المكاني : ملعب نادي القوة الجوية الرياضي .

### ٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

#### ٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته متطلبات البحث ولكونه الطريق المناسب لحل المشكلة. لثبات فرضيته بوصفه تغييراً متعمداً ومضبوطاً للشروط المحددة لحدث ما، وملاحظة التغيرات الناتجة في الحدث نفسه وتفسيره، فالتجريب يبحث عن السبب وكيفية حدوثه، والتجربة هي أهم مميزات النشاط العلمي الدقيق.

#### ٣-٢ مجتمع البحث وعينته:

تعدُّ عملية اختيار عينة البحث من الخطوات الرئيسة لجمع البيانات والمعلومات وكثيراً ما يلجأ الباحث إلى تحديد مجتمع بحثه بناءً على الظاهرة أو المشكلة التي يختار دراستها أي "أن يختار الباحث عينة يرى فيها أنها تمثل المجتمع الأصلي الذي يقوم بدراسته تمثيلاً صادقاً".

وقد تم اختيار عينة البحث من مجتمع البحث البالغة عددها (٢٧٠) لاعبا يمثلون أندية بغداد الدوري الممتاز للشباب فئة (١٨-١٩) وبالغ عددها (٩) فرق (القوة الجوية ،

الزوراء، الطلبة، بغداد، النفط، الحدود، الكرخ، الكهرباء، الحسين) يمثلون الدوري الممتاز ٢٠١٦ / ٢٠١٧ وتم اختيار أحد الأندية مجموعة تجريبية وضابطة هو نادي القوة الجوية الرياضي البالغ عددهم (٢٤) لاعبا قسمت ضابطه (١٢) لاعبا والتجريبية (١٢) لاعبا.

### ٣-٣ الاجهزة وأدوات.

- شريط قياس
- حبل مطاطية
- مادة البورك
- شواخص صغيرة
- كرات قدم عدد ١٢
- شواخص عدد ١٢ بارتفاعات مختلفة
- كاميرا فيديو نوع سوني ٢٥ صورة / ثانية
- ساعة توقيت اليكترونية عدد ٢/
- حاسبة صغيرة
- جهاز قياس الوزن والطول

### ٣-٣-١ وسائل جمع البيانات

- استخدم الباحث الوسائل الآتية لجمع المعلومات الخاصة ببحثه وهي:
- ١- استمارة استطلاع
  - ٢- المقابلات الشخصية
  - ٣- فريق العمل المساعد
  - ٤- الاختبارات .
  - ٥- استمارة تسجيل البيانات.
  - ٦- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

٧- التجارب الاستطلاعية .

٨- المنهج التدريبي.

٩- الوسائل الإحصائية

### ٣-٤ اختيار المتغيرات والاختبارات المستخدمة :

٣-٤-١ اختبار المناولة الجدارية الخطية (دبل باص) والتهديف:

-اسم الاختبار/ المناولة الجدارية (دبل باص) مع التهديف بالحركة

-الهدف- سرعة ودقة أداء المناولة الجدارية والتهديف.

-المستوى- شباب- الأدوات المستخدمة / كرة قدم/ ملعب كرة قدم /هدف مقسم بشريط الى مناطق عدة / شريط للقياس /ساعات توقيت ٣ / شواخص بارتفاع ١ م كمنافس عدد ٢ /بورك/ صافرة.

-وصف الأداء / يتم تحديد موقع لكل لاعب مربع مساحته ٢مترمربع بمادة البورك لاستلام وتسليم الكرة ويوضع شاخص بارتفاع ١متر في منتصف المسافة بين كل لاعبين كمنافس سلبي

في حين أن منطقة التهديف على المرمى المقسم الى ٥ مناطق تحدد كل منطقة الجزاء حول منطقة ال ٦ ياردات كما في(١)

ينفذ الاختبار من قبل ثلاثة لاعبين في مواقعهم المحددة مسبقا ويتم تبادل مواقعهم بعد انتهاء كل محاولة تهديف على المرمى بالتعاقب ، يبدأ التوقيت حين يستلم اللاعب الكرة من اللاعب رقم (٢) على بعد ٣م في الموقع الذي يكون فيه اللاعب رقم (١) ويناول الكرة بالمباشر اللاعب رقم (٣)الذي يبعد عنه ٥م في الموقع رقم ( ٣ )

للجانب وينطلق بسرعة خلف الشاخص للموقع رقم (٣) الذي يناول منه اللاعب رقم (٣)، لمسافة ٣م ثم يهدف بالمباشر على الهدف المقسم. كما في الشكل رقم (١)

التسجيل / ٤-٥ مراقبون ومسجلون تعطى درجتان للاعب الذي يستلم ويسلم الكرة داخل كل مربع تعطى درجة واحدة للاعب الذي يستلم ويسلم عند خط كل مربع تعطى درجة صفر للاعب الذي يستلم ويسلم الكرة خارج كل مربع تعطى الدرجة التي يحصل عليها اللاعب في إثناء التهديد على المرمى المقسم وفي حال مس الشريط أو العمود تحتسب الدرجة الأعلى

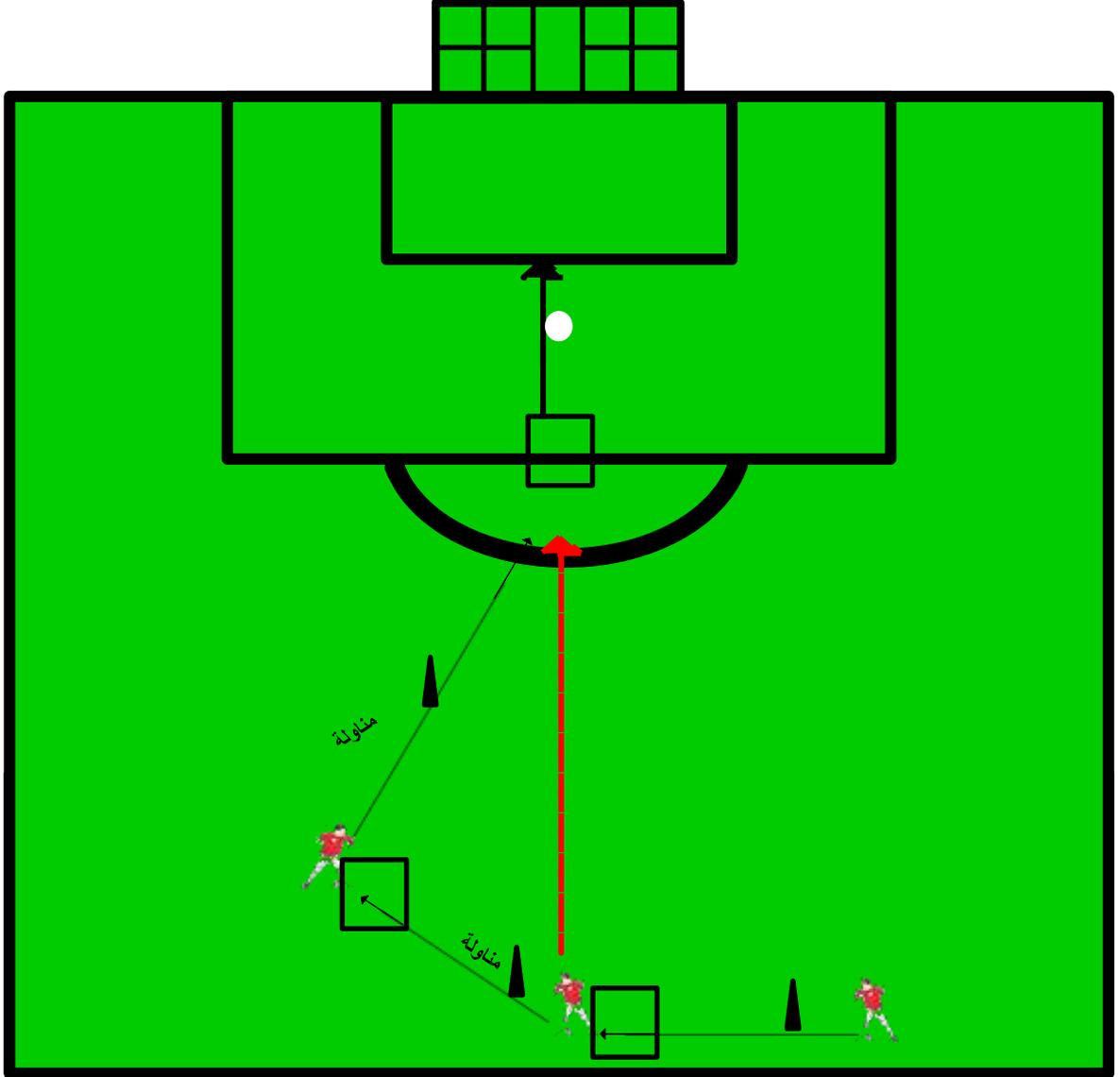
وتحتسب درجة صفر خارج المرمى فالدرجة الكلية للدقة هي (١١) أما الزمن فنأخذ زمن الأداء منذ استلام الكرة حتى التهديد وعبور الكرة خط المرمى.

درجه الاختبار من ١٠ درجات مقسمه ٥ للدقة ٥ للسرعة

تحول الدرجات الخام لدرجات معياريه للدقة + الدرجة المعيارية للزمن=درجه الاختبار .

## اختبار المناولة الجدارية (دبل باص) والتهديف

الهدف



السهم باللون الأحمر يمثل حركة اللاعب بدون كرة.  
 السهم باللون الأسود يمثل اتجاه حركة الكرة.  
 شكل اللاعبين الذين يرتدون الفانلة باللون الأحمر تمثل اللاعبين الذين يؤدون الاختبار.

## ٣-٤-٢ اختبار الربط الخططي والتهديف

-اسم الاختبار/الربط الخططي والتهديف

-هدف الاختبار / سرعة ودقة الربط الخططي والتهديف

-المستوى / شباب

-الأدوات المستخدمة / كرة قدم قانونية ، هدف مقسم بشريط ملون إلى مناطق عدة ، ساعات توقيت ، شريط للقياس ، صافرة ، بورك ، شاخص بارتفاع ١م عدد٣/ ملعب كرة قدم.

- وصف الاختبار وأدائه / يتم تحديد موقع لكل لاعب مربع مساحته ٢مترمربع بمادة البورك لاستلام وتسليم الكرة ويوضع شاخص بارتفاع ١متر في منتصف المسافة بين كل لاعبين كمنافس سلبي ، في حين أن منطقة التهديف على المرمى المقسم الى ٥ مناطق تحدد كل منطقة الجزء حول منطقة ال ٦ ياردات كما في الشكل(٢) .

ينفذ الاختبار من قبل أربعة لاعبين في مواقعهم المحددة مسبقا ويتم تبادل مواقعهم بعد انتهاء كل محاولة تهديف على المرمى بالتعاقب ، تم التوقيت عندما استلم اللاعب رقم (٢) الكرة من منتصف الملعب بمناولة من اللاعب رقم (١) الذي يبعد ثلاثة أمتار ثم يقوم بمناولة الكرة الى اللاعب رقم (٣) بالمباشر (بلمسة اولمستين) الذي يبعد عنه مسافة ١٠ متر ثم ينتقل بأقصى سرعة من خلف اللاعب رقم (٣) باتجاه الموقع رقم ٥ الوهمي ثم يقوم اللاعب رقم (٣) بمناولة الكرة بالمباشر (بلمسة اولمستين) الى اللاعب رقم (٤) الذي يبعد عنه مسافة ١٥ متراً وينتقل باتجاه المنطقة المحددة للتهديف، ويقوم اللاعب رقم (٤) بنقل الكرة بلمس اولمستين الى اللاعب رقم (٢) المتجه لموقع رقم ٥ الوهمي الذي يبعد مسافة ٣٠ متراً مابين منطقة الجزء والزاوية وينتقل باتجاه الهدف ويقوم اللاعب رقم (٢) بلمسة اولمستين بتحويل الكرة إلى اللاعب رقم (٣) في منطقة التهديف المحددة للتنفيذ على الهدف حول الـ (٦) ياردات، وبذلك يتم تنفيذ الاختبار بالتعاقب ولكل مختبر.كما في الشكل رقم (٢) .

-التسجيل /٤-٥ مراقبون ومسجلون- تعطى درجتان للاعب الذي يستلم الكرة ويسلمها داخل المربع-تعطى درجة واحدة للاعب الذي يستلم ويسلم عند خط المربع - تعطى درجة صفر للاعب الذي يستلم ويسلم الكرة خارج المربع إثناء التهديف على المرمى المقسم وفي حال مس الشريط أو العمود تحتسب الدرجة الأعلى وتحتسب درجة صفر خارج المرمى فالدرجة الكلية للدقة (١٥) درجه .

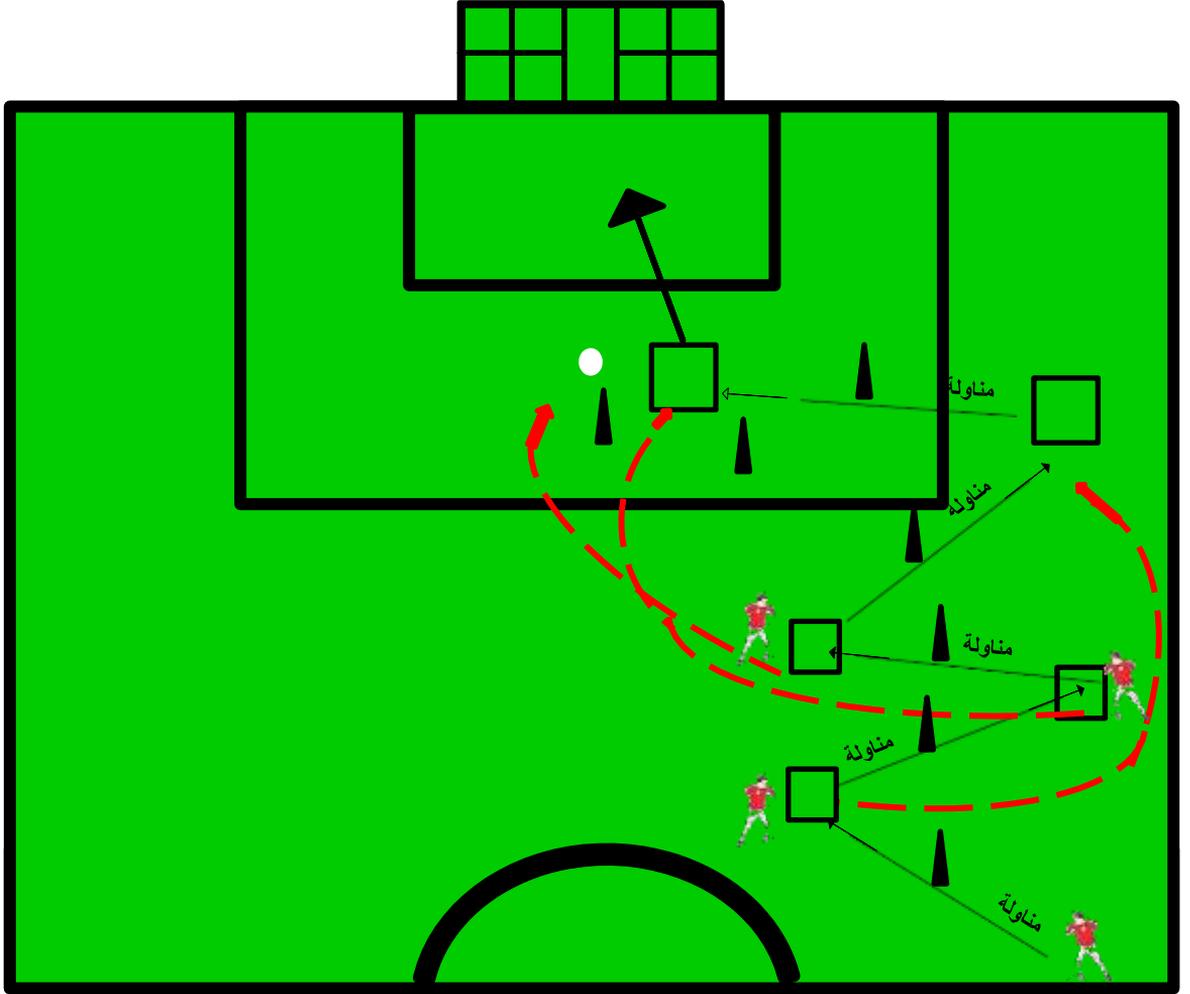
-نأخذ مجموع أزمنة كل لاعب لكل موقع منذ استلام الكره حتى عبورها خط المرمى .

-درجة الاختبار من ١٠ درجات مقسمه ٥ درجات لدقه و٥ للسرعة

تحول الدرجات الخام لدرجات معياريه للدقة + الدرجةالمعيارية للزمن = درجة الاختبار

## اختبار الربط الخططي والتهديف

الهدف



السهم باللون الأحمر يمثل حركة اللاعب بدون كرة.  
 السهم باللون الأسود يمثل اتجاه حركة الكرة.  
 شكل اللاعبين الذين يرتدون الفانلة باللون الأحمر تمثل اللاعبين الذين يؤدون الاختبار.

## ٣-٥ التجارب الاستطلاعية :

## ٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية الأولى.

أجرى الباحث مع فريق العمل تجربة استطلاعية أولى على (٨) لاعبين من مجتمع البحث من لاعبي شباب نادي الطلبة وتمت هذه التجربة بتاريخ

٢٠١٧/٢/١٦ وكان الهدف منها التعرف على ما يأتي:

- ١- مدى صلاحية الأدوات المستخدمة في التمارين .
- ٢- الوقت المستغرق عند أداء التمارين .
- ٣- التأكد من سهوله الاختبارات ومدى ملاءمتها مستوى العينة
- ٤- التعرف على كفاءة الكادر المساعد في تنفيذ المنهج التدريبي .
- ٥- تحديد معدل تردد القلب كونه مؤشرا للوصول الى مرحلة التعويض الزائد بعد أداء احد التمارين .

## ٣-٦ الاختبارات القبليّة : تم إجراء الاختبار القبلي لإفراد عينة البحث كلهم قبل

البدء بتنفيذ المنهاج التدريبي وذلك لتحديد مستوى الاداء الخططي لدى عينة

البحث ولمدة ٤ ايام للمدة من ٢٠١٧/٢/ ٢٠ لغاية ٢٠١٧/٢/٢١

اليوم الأول : اختبار المناولة الجدارية(الدبل باص) والتهديف .

اليوم الثاني : اختبار الربط الخططي والتهديف.

## ٣-٧ الاختبارات البعدية لعينة البحث :

قام الباحث بإجراء الاختبارات وذلك بعد تهيئة مستلزمات الاختبارات وأدواته وفريق

العمل المساعد ، وبإشراف مباشر من قبل الباحث أجريت الاختبارات القبليّة الخاصة

تم إجراء الاختبارات البعدية لإفراد عينة البحث كلهم بعد الانتهاء من تنفيذ المنهاج

التدريبي وذلك لتحديد مستوى الاداء الخططي لدى عينة البحث ولمدة ٤ ايام للمدة

من ٢٠١٧/٥/٣٠ لغاية ٢٠١٧/٦/١ جميع متغيرات الدراسة

اليوم الأول : اختبار المناولة الجدارية (الدبل باص) والتهديف .  
اليوم الثاني : اختبار الربط الخططي والتهديف .

### ٣-٨ الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية في معالجة النتائج :

- ١ . الوسط الحسابي
- ٢ . الانحراف المعياري
- ٣ . معامل الالتواء
- ٤ . معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- ٥ . اختبار(ت) للعينات المستقلة
- ٦ . اختبار (ت) للعينات المتناظرة
- ٧ . الدرجة المعيارية المعدلة المنوية

٤ - ١ عرض نتائج اختبار (*T. test*) لاختبارات المركبة المهارية الخططية

وللمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي :

لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في (اختبارات) وللمجموعة التجريبية ، قام الباحث باستخدام اختبار (*T. test*) للعينات المتناظرة وكما مبين في الجدول (١)

## الجدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ( ت ) المحتسبة للاختبارين القبلي والبعدى وللمجموعة التجريبية في (المركبة مهارية خطية)

الدلالة	Sig	ت	مجدف ح <sup>٢</sup> ف	الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		الاختبارات	
				ع	س	ع	س		
معنوي	٠,٠٠٠	٩,٧٢٤	٠,٧٥٧	٧,٣٦٩-	٤,٧٨٣	٧٠,٢٠٥	٣,٥٥٣	٦٢,٨٣٦	المناوله الجدارية دبل باص والتهديف
معنوي	٠,٠٠٠	٧,٣٠٤	١,٠٦٥	٨,٠٠٢-	٧,٦٠٢	٧٠,٤٩١	٦,٩٥٦	٦٢,٤٨٨	الربط الخطي والتهديف

من النتائج المعروضة في الجدول (١) يظهر لنا أن قيمة الوسط الحسابي ( المناولة الجدارية ودبل باص والتهديف ) في الاختبار القبلي (٦٢,٨٣٦) بانحراف معياري قدره (٣,٥٥٣) ، بينما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (٧٠,٢٠٥) بانحراف معياري (٤,٧٨٣) ، أما قيمة ( ت ) المحتسبة فكانت (٩,٧٢٤) وبمستوى دلالة (٠,٠٠٠) وهي أصغر من (٠,٠٥) وهو المستوى المعتمد مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدى .

أما نتائج الوسط الحسابي ( الربط الخطي والتهديف) في الاختبار القبلي (٦٢,٤٨٨) بانحراف معياري قدره (٦,٩٥٦) ، بينما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (٧٠,٤٩١) بانحراف معياري (٧,٦٠٢) ، أما قيمة ( ت ) المحتسبة فكانت (٧,٣٠٤) وبمستوى دلالة (٠,٠٠٠) وهي أصغر من (٠,٠٥) وهو المستوى المعتمد مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدى .

## ٤ - ٢ عرض نتائج اختبار (*T. test*) لاختبارات المركبة مهارية خطية وللمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبدي

لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبدي في (اختبارات) وللمجموعة الضابطة ، قام الباحث باستخدام اختبار (*T. test*) للعينات المتناظرة وكما مبين في

الجدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ( ت ) المحسوبة للاختبارين القبلي والبدي وللمجموعة الضابطة في (اختبارات)

الدالة	Sig	ت	مُد	مُد	الاختبار البدي		الاختبار القبلي		الاختبارات	ت
					ع	س	ع	س		
غير معنوي	٠,٩٩٩	٠,٠٠١	١,٤٩٩	٠,٠٠٢	٤,٧٢١	٦١,٥٩٤	٣,٤٣٥	٦١,٥٩٦	المناولة الجدارية دبل باص والتهديف	١
غير معنوي	٠,٦٢٨	٠,٤٩٨	١,٣٠٥	٠,٦٥٠	٥,١٣٣	٦٠,٥٤٤	٢,١٤٤	٦١,١٩٤	الربط الخطي والتهديف	٢

من النتائج المعروضة في الجدول (٢) يظهر لنا أن قيمة الوسط الحسابي (المناولة الجدارية دبل باص والتهديف) في الاختبار القبلي (٦١,٥٩٦) بانحراف معياري قدره (٣,٤٣٥) ، بينما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البدي (٦١,٥٩٤) بانحراف معياري (٤,٧٢١) ، أما قيمة ( ت ) المحسوبة فكانت (٠,٠٠١) وبمستوى دلالة (٠,٩٩٩) وهي أكبر من (٠,٠٥) وهو المستوى المعتمد مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبدي .

أما نتائج الوسط الحسابي ( الربط الخطي والتهديف ) في الاختبار القبلي (٦١,١٩٤) بانحراف معياري قدره (٢,١٤٤) ، بينما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البدي (٦٠,٥٤٤) بانحراف معياري (٥,١٣٣) ، أما قيمة ( ت ) المحسوبة فكانت (٠,٦٢٨) وبمستوى دلالة (٠,٦٢٨) وهي أكبر من (٠,٠٥) وهو المستوى المعتمد مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبدي .

## ٤ - ٣ مناقشة نتائج المجموعتين :

ويرى الباحث أن معنوية الفروق التي ظهرت لصالح الاختبارات البعدية في الاختبارات الثانية المجموعة التجريبية تؤكد رصانة وسلامه المنهج التدريبي الذي أعده الباحث والذي ساهم في الارتقاء بالمستوى المهاري لأفراد العينة وكان السبب في تطوير أدائهم الخططي لاسيما وان المستوى المهاري للاعبين هو التركيزية التي يبنى عليها الجانب الخططي ، وكان للتمارين المركبة التي احتوتها الوحدات التدريبية وتم أدائها من قبل اللاعبين في ظروف مشابهة للعب وتكرارها لمرات عدة ، كان لها دور فاعل في تحقيق ذلك التطور .

أن القيمة الحقيقية لتطوير المهارات الاساسية وتنميتها هو توظيفها في التحركات الخططية للاعبين داخل الملعب ، لذلك فان الجانب المهاري يحتل موقعا ثابتا في الوحدات التدريبية للمستويات كافة ، إذا كلما كان تطورها اكبر وإجادتها أفضل كلما تيسر للمدير الفني وضع جمل خططية أكثر تعقيدا تضمن للاعبه فرصا أفضل لتحقيق الفوز ، وتوفر للمشاهدين متعة اكبر وهما إي تحقيق الفوز وإمتاع الجماهير - ومن بين ابرز الأهداف التي تسعى لها فرق كرة القدم في العالم أجمع ويزداد عندما يكون

المستهدف من الوحدات التدريبية فئة الشباب لا تفصلها عن فئة المتقدمين والمنتخبات الوطنية سوى فاصلة صغيرة ، فرصانة الاعداد المهاري والبناء الخططي تتيح الفرصة للمدربين الفنيين لفرق المتقدمين والمنتخبات الوطنية استكمل المسيرة التدريبية من مستويات عالية ومتعددة مقارنة بالمستويات المتدنية التي يضطر لها كلما هبط مستوى الاعداد لكليهما او احدهما .

وبمعنى آخر أن جودة ومكان الاعداد المهاري والخططي لفئة الشباب مؤشر ايجابي للصورة المستقبلية لكرة القدم عموما . وبالمقابل فان المهارة تبقى حبيسة ذاتها إن لم توظف في جمل خططية و يتحرك اللاعبون على أساسها مستثمرين مهاراتهم فيها ،

فتحركات اللاعبين بدون كرة في طول الملعب وعرضه من أجل إيجاد منافذ وثغرات في دفاعات المنافس وتمكين اللاعب الذي بحوزته الكرة من تنفيذ ما تم الاتفاق عليه خلال التدريبات أو للقيام بمبادرة ذاتية منه وهو ما يرتبط بإبداع اللاعب ذاته وارتفاع مستوى ذكائه الميداني ، أن جميع تلك التحركات لا قيمة لها ان لم يرافقها اجادة المهارات الإخماد والدرجة والتهديف إثناء الحركة ودون الحاجة الى التوقف لتأمين السيطرة على الكرة ومن دون الانتقال الى مهارة أخرى .

وعلى الجانب الآخر فان التحركات المنوطة باللاعبين داخل الملعب والتي لا جديد فيها لا تبقى للمهارات من قيمة مهما ارتفع مستواها إذ أن مواجهة مثل تلك التحركات لاتشكل صعوبة بالنسبة للمنافس الذي اعتاد عليها ووضع الحلول المسبقة لا فشلها.

وقبل التطرق للاختبارات التي أجراها الباحث لابد له من الإشارة الى أن ارتباط مهارة التهديف بها جميعا إما يعود الى أهمية التهديف ، التهديف النهائي لجميع التحركات الخططية مهما تنوعت أساليبها واتجاهاتها ووسائلها هو أن يصل الفريق الى أفضل وضع تهديفي ، فتسجيل الأهداف هو الغاية النهائية التي يسعى لها كل فريق وهي التي تدخل البهجة والفرح الى نفوس الجماهير، وليس من سبيل سوى تحقيق الفوز ، لذلك كان لابد من إن تتضمن الاختبارات كافه مهارة التهديف.

(جميع التمرينات تستخدم وتشرط انتهاء التمرين بالتهديف على حارس المرمى المدافع للتأكد على مبدأ مهم في كرة القدم هو نتيجة مباراة تتحدد بالأهداف التي يتم تسجيلها في مرمى المنافس مما يدعم النزعة الهجومية لدى لاعبي الفريق وذلك من خلال العمل المركز باتجاه مرمى الفريق المنافس وإنهاء الهجمة من خلال المهارات والقواعد الخططية أو خطط أو واجبات المراكز أو طريقة اللعب )

## ٤ - ٤ عرض نتائج اختبار (*T. test*) لاختبارات المركبة مهارية خطية وللمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي :

لغرض المقارنة بين نتائج الاختبارات البعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ، ولمعرفة أيهما الأفضل في تطور (الاختبارات) في كرة القدم ، فقد تم استخدام اختبار (ت) للعينيتين المستقلتين لمعرفة معنوية الفروق بينهما وكما مبين في الجدول (٣).

### الجدول (٣)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ( ت ) المحتسبة للاختبار البعدي  
وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في مهارية خطية

الدالة	Sig	ت	الضابطة		التجريبية		الاختبارات	ت
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.000	4.438	4.721	61.594	4.783	70.205	المناوله الجدارية دبل باص والتهديف	١
معنوي	0.001	3.756	5.133	60.544	7.602	70.491	الربط الخطي والتهديف	٢

ويلاحظ من الجدول (٣) للاختبارات البعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية أن هناك تأثيراً معنوياً في الاختبار ( المناوله الجدارية دبل باص والتهديف ) وللمجموعتين ، ويظهر هذا واضحاً من خلال فروق الأوساط الحسابية للاختبارين ، إذ بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٧٠,٢٠٥) ، بينما بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٦١,٥٩٤) أما قيمة اختبار (ت) المحتسبة فقد بلغت (٤,٤٣٨) وبمستوى دلالة (٠,٠٠٠) وهي أصغر من (٠,٠٥) وهو المستوى المعتمد مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية .

كما يلاحظ وجود تأثير معنوي في الاختبار (الربط الخطي والتهديف) وللمجموعتين، ويظهر هذا واضحاً من خلال فروق الأوساط الحسابية للاختبارين ، إذ بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٧٠,٤٩١)، بينما بلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٦٠,٥٤٤) أما قيمة اختبار (ت) المحتسبة فقد بلغت (٣,٧٥٦) وبمستوى دلالة (٠,٠٠١) وهي أصغر من (٠,٠٥) وهو المستوى المعتمد مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية .

#### ٤ - ٥ مناقشة النتائج:

يرى الباحث أن معنوي الفروق في الاختبارات البعدية التي كانت جميعاً لصالح المجموعة التجريبية يؤكد من جديد سلامة وعلمية وصلاحية المنهاج التدريبي الذي أعده الباحث لاسيما وان تحقق من التكافؤ بين أفراد العينتين قبل البدء بالمنهاج التدريبي، وعليه فان ثبات المستوى أو تطوره يعود بالدرجة الأساس الى المنهاج التدريبي الذي خضعت له كل عينه على حده ، وعليه فان فاعليه تمرينات المنهج التدريبي للمجموعة التجريبية التي نفذت بأسلوبين التدريب الفتري والتكراري والتدرج الصحيح في صعوبة التمارين وتكرارها وإجرائها في ظروف مشابهة لظروف ومتطلبات اللعب ساهمت جميعها في منح اللاعبين الثقة بالنفس وإتقان المهارات المركبة وتنفيذ الاداء الخططي بالصورة المطلوبة، إذ "لا يتوقف أهمية تطوير الاداء الفردي للمهارات في مخطط جملة مهارية إنما لأمر يتعدى ذلك ، إذ يؤدي التدريب على تطوير الجمل مهارية الى زيادة مقدرة اللاعب على الإبداع لينتج الاداء يتناسب مع المواقف والمتطلبات الموجودة أثناء المباراة "، كما ان الهدف من التمرينات المركبة هو " لتمكين أفراد المجموعة من التمتع بالمشاركة في اللعب بصورة جدية واستيعابهم لنموذج الاداء الفني للمهارات من خلال اللعب والمعرفة الخططية واستيعابها " .

كذلك فان تطوير الاداء الخططي بالتأكيد على زمن الاداء السريع وتحقيق الدقة المطلوبة ضمن الزمن المحدد وتحقيق التكامل بين الجانبين المهاري والخططي ساهما في النتائج التي أفرزتها الاختبارات البعدية لكلا المجموعتين ، كما أن الربط بين مهارتين أو أكثر يعطي الأهمية لكل منها في اداء المهارة التي تليها ويمكن اللاعب من استثمارها بشكل فاعل وهو ما يعكس مستوى عاليا ومتميزا للأداء الى جانب تمكين اللاعب من اتخاذ القرار الصحيح لمواجهة مواقف ومتطلبات اللعب في ظل ظروف المنافسة .

ويرى الباحث أن النتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين أثبتت أن ما توفر للمجموعة التجريبية من تمارينات وأساليب تدريبية افتقدتها المجموعة الضابطة وليس هنالك ما هو أول من النتائج للحكم على صلاحية ما اعتمد من منهاج تدريبي لكل مجموعة.

#### ٥ - الاستنتاجات والتوصيات :

##### ١-٥ الاستنتاجات .

على ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث

الى الاستنتاجات الآتية :

- ١- ملاءمة المنهاج التدريبي الذي أعده الباحث للاعبين كرة القدم فئة الشباب .
- ٢- أفضى استخدام التمارينات المركبة جوا من المتعة لدى اللاعبين كان له اثر في اجادة تنفيذها.
- ٣- كان للتمرينات المركبة المهارية - الخططية دور في تطوير سرعة الاداء الهجومي .

## ٢-٥ التوصيات

- ١- الاستفادة من المنهاج التدريبي الذي أعده الباحث من قبل مدربي فئة الشباب لفرق الدرجتين الممتازة والأولى .
- ٢- اعتماد مبدأ التدرج من السهل الى الصعب في تنفيذ التمرينات المركبة المهارية – الخطئية
- ٣- إجراء دراسات مشابهة باستخدام تمرينات مهاريةخطئية بطرائق تدريبية أخرى.

## المصادر والمراجع

- ١) سعد منعم الشخلي وهه فال خورشيد الزهاوى: تدريب كرة القدم المبادئ والتطبيقات، سليمانية، مطبعة به يوه ند، ٢٠١٢
- ٢) فان دالين ويوبولد . ت : مناهج البحث فى التربية وعلم النفس ، ترجمة : محمد نبيل نوفل (وآخرون) ، القاهرة ، مطابع سجل العرب ، ١٩٧٧
- ٣) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان. القياس فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي، ٢٠٠٠،
- ٤) مفتي إبراهيم حماد : الهجوم بالمجموعات الخطئية الثنائية فى كرة القدم: ط١ ، القاهرة ، دار الكتب الحديث، ٢٠١٤
- ٥) مفتي إبراهيم محمد : مجمل المهارات الفردية فى كرة القدم تدريب وتطوير ، ط١ ، القاهرة دار الكتب الحديث، ٢٠١٢،
- ٦) ناجي كاظم علي: تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع فى تطوير سرعة الاداء الخطئي ودقته بكرة القدم، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠١٠
- ٧) وديع ياسين وحسن محمد : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب فى البحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة ،
- 8) Throap& Bunker,; Almond for the teaching of games in Secondary schools, Bulletin of ph ,Ed, 1982, p.p 5-8.



## تحديد المعايير والمستويات بعض القدرات البدنية

### لانتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم

*The standards and levels define some physical abilities and for the selection of young soccer goalkeepers*

أ.داسماعيل عبد زيد

حسين جبار جاسم

**A. Ismail Abid Zaid**

**Hussain Jabbar Jassim**

**Husengbar@yahoo.com**

الكلمات الافتتاحية : (المعايير ، المستويات، القدرات البدنية،)

هدفت الدراسة الى التعرف على أيجاد الدرجات المعيارية لبعض القدرات البدنية لانتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم وتحديد المستويات لبعض القدرات البدنية لانتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم. اما مشكلة البحث تتركز في ان عملية انتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم في العراق وفق الأسس العلمية الصحيحة واحدة من المشكلات المهمة التي يعاني منها المدربون في هذا المركز الحساس، إذ أن الاختيار غير الدقيق، والذي لا يستند إلى الجانب العلمي على تحديد المعايير والمستويات لبعض القدرات البدنية والقياسات الانثرومترية سيؤدي إلى هدر في الجهد والمال، والوقت، وعدم تأهيلهم للمشاركة في المنافسات الدولية استخدم الباحث المنهج الوصفي، وحدد عينته بحراس المرمى الناشئين بأعمار (١٤-١٦) سنة المشاركين في دوري بغداد لكرة القدم للموسم (٢٠١٦-٢٠١٧) والبالغ عددهم (٦٥) حارس مرمى، وتحديد الاختبارات للقدرات البدنية لانتقاء حراس المرمى وتم استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) لغرض معالجة البيانات واهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث من خلال النتائج الإحصائية التي أفرزتها الدراسة، إذ تم التأكيد على

التوصيات باعتماد القدرات البدنية في عملية الانتقاء واعتماد الاختبارات والقياسات في تحقيق أهداف الانتقاء والتقويم بالاستناد على الدرجات والمستويات المعيارية التي توصل إليها الباحث.

Opening words: (standards, levels, physical abilities, anthropometric measurements)

The study aimed at identifying the standard scores for some physical abilities to select the emerging football goalkeepers and to determine the levels of some physical abilities to pick up the young goalkeepers. In front of the problem of research is concentrated in the process of selecting the goalkeepers of football in Iraq according to the correct scientific grounds one of the important problems experienced by trainers in this sensitive center, as the choice is inaccurate, which is not based on the scientific side to determine the standards and levels of some physical abilities Anthropometric measurements will lead to waste of effort, money, time, And the lack of qualification to participate in international competitions used the experimental method researcher, and identified him with young goalkeepers ages (14-16) participants in the Baghdad football league for the season (2016-2017) and the number of (65) goalkeeper, and determine the tests for physical abilities to pick goalkeepers and was used (SPSS) for the purpose of processing the data and the most important conclusions reached by the researcher through the statistical results of the study. The recommendations were emphasized by the adoption of physical abilities in the selection process and the adoption of tests and measurements in achieving the goals of selection and evaluation based on To the grades and standard levels reached by the researcher.

## ١- التعريف بالبحث:-

## ١-١ مقدمة البحث وأهميته:-

إن المتتبع للخطوات التي تتبعها دول العالم المتقدمة في إيصال رياضيتها للمستويات العليا يلاحظ أن أولى هذه الخطوات هي الاختيار الصحيح والدقيق لهؤلاء الأبطال أي الانتقاء، وهذا ما رأيناه في نهائيات كأس العالم الأخيرة لكرة القدم التي قامت في البرازيل عام (٢٠١٤) إذ برز عدد من حراس المرمى وكان لهم الدور الأكبر في حصول منتخباتهم على نتائج متقدمة وخاصة حارس مرمى المنتخب الألماني (مانويل نوير Manuel Neuer) الذي كان له الدور الأكبر في حصول المنتخب الألماني على كأس العالم، وتم اختياره كأفضل لاعب ثان في العالم وتفوقه على كثير من لاعبي المنتخبات الوطنية المشاركة، إذ تشير كثير من المصادر العلمية إلى أن الوصول للمستوى الرياضي العالي العالمي يتطلب منذ البداية عملية الإعداد الجيد لفترات طويلة، وأن عملية الإعداد هذه مرتبطة بعوامل كثيرة منها العملية الصحيحة في الانتقاء، إذ يجب أن تخضع هذه العملية إلى معايير علمية رياضية من خلال التعرف على إمكانيات حراس المرمى المبتدئين ومعرفة قابليتهم البدنية والمهارية والوظيفية والنفسية والقياسات الجسمية، لأنها في النهاية تسهل الطريق على مدرب حراس المرمى في قطع شوط كبير في العملية التدريبية وتحسين مستواهم وإكسابهم إمكانيات كبيرة لتحقيق الانجاز، وهذا يعتمد اعتمادا كلياً على جملة من الاختبارات والقياسات التي يجب أن يخضع لها حارس المرمى لكرة القدم في الكشف عن قدراته وقابليته وإمكانيته للتنبؤ بما ستؤول إليه تلك القدرات والقابليات بغية الكشف عن نقاط الضعف لتلافيها ونقاط القوة لتعزيزها. وتبرز هذه الأهمية في التعرف على أهمية هذه المحددات في انتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم، مما تعطي المحددات صورة أولية للمختصين والمهتمين بهذا الموضوع.

## ٢-١ مشكلة البحث:-

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة كونه حارس مرمى سابقاً، ومدرباً حالياً درب العديد من الأندية العراقية والمنتخبات الوطنية، ومدرباً حالياً لحراس المرمى لمنتخب شباب العراق، واطلاعه على الدراسات والبحوث والأدبيات الخاصة بموضوع الانتقاء وجد هنالك مشكلة بارزة تتمثل في انتقاء حراس المرمى الناشئين في العراق لا يؤمل فيهم مستقبل واعد وتطور ملموس والوصول للمستويات العليا، لذا لجأ الباحث إلى تحديد المعايير والمستويات لبعض القدرات البدنية والقياسات الانثرومترية لتكون مؤشراً صحيحاً ومهما في عملية الانتقاء لدى حراس المرمى الناشئين.

## ٣-١ أهداف البحث:-

١- أيجاد الدرجات المعيارية لبعض القدرات البدنية لانتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم.

٢- تحديد المستويات لبعض القدرات البدنية لانتقاء حراس المرمى الناشئين لكرة القدم.

#### ٤-١ مجالات البحث:-

- ١-٤-١ المجال البشري: حراس مرمى ناشئي أندية محافظة بغداد  
٢-٤-١ المجال الزمني: المدة من ٢ / ٢٠١٧ / ٢ ولغاية ١٠ / ٤ / ٢٠١٧  
٣-٤-١ المجال المكاني: ملاعب أندية البحث.  
٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:-

#### ٣-١ منهج البحث:-

اعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة المشكلة بوصفه انسب المناهج وأيسرها لتحقيق أهداف الدراسة.

#### ٣-٢ مجتمع البحث وعينته:-

تم تحديد مجتمع البحث من حراس المرمى الناشئين لفرق أندية بغداد للدرجة الممتازة والأولى والبالغ عددهم (٦٥) حارسا كما مبين بالجدول (١).

جدول (١) يوضح توزيع حراس المرمى الناشئين على الأندية المشمولين بالدراسة.

ت	النادي أو الأكاديمية	عدد الحراس	ت	النادي أو الأكاديمية	عدد الحراس
١.	القوة الجوية	٤	١١	العدالة	٣
٢.	الطلبة	٤	١٢.	الشعلة	٣
٣.	الشرطة	٤	١٣.	الصناعات الكهربائية	٣
٤.	الزوراء	٣	١٤.	الخطوط	٣
٥.	أمانة بغداد	٤	١٥.	المشاهدة	٣
٦.	المصلحة	٣	١٦.	المصافي	٣
٧.	النجدة	٤	١٧	الحدود	٣
٨.	التاجي	٣	١٨	الكهرباء	٣
٩.	الميثاق	٣	١٩	الكرخ	٣
١٠.	بلادي	٣	٢٠	الحسين	٣

## ٣-٣ تحديد اختبارات مكونات المؤشرات المبحوثة:-

حدد الباحث مجموعة من الاختبارات على وفق خبرته واطلاعه على الأدبيات العلمية الخاصة بالاختبارات والقياس

٣-٣-١- أولاً: اختبار القفز الأمامي من فوق المانع ارتفاع (٣٥ سم) (٣:٩٥) الهدف من الاختبار: قياس القوة الانفجارية لقدمي حراس المرمى بوساطة القفز الأمامي من الثبات.

٣-٣-٢ ثالثاً: اختبار الاستناد الأمامي (شناو) لمدة (10) ثانية (٩:١١٢) الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين لحراس المرمى بكرة القدم.

٣-٣-٣ رابعاً: اختبار الركض (30) متر من البدء العالي (١٠:٥٨) الهدف من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية لحراس المرمى بكرة القدم.

## ٤-٣ التجربة الرئيسية والأساسية للبحث:-

قام الباحثان بأجراء التجربة الرئيسية يوم الجمعة ٢٠١٧/٢/٤ إذ تم تنفيذ جميع الاختبارات على عينة البحث وتم تبويب ذلك في استمارات خاصة للمختبرين.

## ٥-٣ الوسائل الإحصائية المستخدمة بالبحث:-

استخدم الباحثان البرنامج الجاهز (spss) في الحقيبة الإحصائية لمعالجة البيانات والحصول على النتائج.

## ٤- عرض النتائج ومناقشتها:-

تناول هذا الباب عرض البيانات الإحصائية التي تم التوصل إليها الباحث بغية تحليلها ومناقشتها ومعرفة ما يطابق الأهداف المحددة بالبحث، والمتمثلة بالقياسات والاختبارات الخاصة للأفراد عينة البحث بعد تطبيق الاختبارات، واستخلاص النتائج ووضع المعايير في جداول خاصة، وبناء المستويات المعيارية له.

## ٤-١ الوصف الإحصائي لتوزيع الاختبارات:-

جدول (٢) يبين الإحصاء الوصفي للقدرات البدنية والقياسات الإثنروبومترية لدى حراس المرمى لكرة القدم.

ت	القياسات الإثنروبومترية	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	القوة الانفجارية للأمام	50.14	52.49	10.14	0.64
٢	شناو	50.08	54.56	10.12	1.03
٣	السرعة الانتقالية	49.61	48.28	10.32	0.33
٤	طبية ٢	49.75	50.65	10.00	0.39

الجدول (٣) يبين الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع للاختبارات المهارية لدى حراس المرمى لكرة القدم

المتغيرات	القوة الانفجارية	شناو	السرعة الانتقالية	طبية ٢
الدرجة المعيارية	درجة خام	درجة خام	درجة خام	درجة خام
١٠٠	٣,١١	١٥,٧٧	٢,٤٤	٤٥,١٩
٩٩	٣,٠٨٤	١٥,٦٢١	٢,٤٧٨	٤٤,٦٣٩
٩٨	٣,٠٥٨	١٥,٤٧٢	٢,٥١٦	٤٤,٠٨٨
٩٧	٣,٠٣٢	١٥,٣٢٣	٢,٥٥٤	٤٣,٥٣٧
٩٦	٣,٠٠	١٥,١٧٤	٢,٥٩٢	٤٢,٩٨٦
٩٥	٢,٩٨	١٥,٠٢٥	٢,٦٣	٤٢,٤٣٥
٩٤	٢,٩٥٤	١٤,٨٧٦	٢,٦٦٨	٤١,٨٨٤
٩٣	٢,٩٢٨	١٤,٧٢٧	٢,٧٠٦	٤١,٣٣٣
٩٢	٢,٩٠٢	١٤,٥٧٨	٢,٧٤٤	٤٠,٧٨٢
٩١	٢,٨٧٦	١٤,٤٢٩	٢,٧٨٢	٤٠,٢٣١
٩٠	٢,٨٥	١٤,٢٨	٢,٨٢	٣٩,٦٨
٨٩	٢,٨٢٤	١٤,١٣١	٢,٨٥٨	٣٩,١٢٩
٨٨	٢,٧٩٨	١٣,٩٨٢	٢,٨٩٦	٣٨,٥٧٨
٨٧	٢,٧٧٢	١٣,٨٣٣	٢,٩٣٤	٣٨,٠٢٧
٨٦	٢,٧٤٦	١٣,٦٨٤	٢,٩٧٢	٣٧,٤٧٦
٨٥	٢,٧٢	١٣,٥٣٥	٣,٠١	٣٦,٩٢٥
٨٤	٢,٦٩٤	١٣,٣٨٦	٣,٠٤٨	٣٦,٣٧٤
٨٣	٢,٦٦٨	١٣,٢٣٧	٣,٠٨٦	٣٥,٨٢٣

٣٥,٢٧٢	٣,١٢٤	١٣,٠٨٨	٢,٦٤٢	٨٢
٣٤,٧٢١	٣,١٦٢	١٢,٩٣٩	٢,٦١٦	٨١
٣٤,١٧	٣,٢	١٢,٧٩	٢,٥٩	٨٠
٣٣,٦١٩	٣,٢٣٨	١٢,٦٤١	٢,٥٦٤	٧٩
٣٣,٠٦٨	٣,٢٧٦	١٢,٤٩٢	٢,٥٣٨	٧٨
٣٢,٥١٧	٣,٣١٤	١٢,٣٤٣	٢,٥١٢	٧٧
٣١,٩٦٦	٣,٣٥٢	١٢,١٩٤	٢,٤٨٦	٧٦
٣١,٤١٥	٣,٣٩	١٢,٠٤٥	٢,٤٦	٧٥
٣٠,٨٦٤	٣,٤٢٨	١١,٨٩٦	٢,٤٣٤	٧٤
٣٠,٣١٣	٣,٤٦٦	١١,٧٤٧	٢,٤٠٨	٧٣
٢٩,٧٦٢	٣,٥٠٤	١١,٥٩٨	٢,٣٨٢	٧٢
٢٩,٢١١	٣,٥٤٢	١١,٤٤٩	٢,٣٥٦	٧١
٢٨,٦٦	٣,٥٨	١١,٣	٢,٣٣	٧٠
٢٨,١٠٩	٣,٦١٨	١١,١٥١	٢,٣٠٤	٦٩
٢٧,٥٥٨	٣,٦٥٦	١١,٠٠٢	٢,٢٧٨	٦٨
٢٧,٠٠٧	٣,٦٩٤	١٠,٨٥٣	٢,٢٥٢	٦٧
٢٦,٤٥٦	٣,٧٣٢	١٠,٧٠٤	٢,٢٢٦	٦٦
٢٥,٩٠٥	٣,٧٧	١٠,٥٥٥	٢,٢	٦٥
٢٥,٣٥٤	٣,٨٠٨	١٠,٤٠٦	٢,١٧٤	٦٤
٢٤,٨٠٣	٣,٨٤٦	١٠,٢٥٧	٢,١٤٨	٦٣
٢٤,٢٥٢	٣,٨٨٤	١٠,١٠٨	٢,١٢٢	٦٢
٢٣,٧٠١	٣,٩٢٢	٩,٩٥٩	٢,٠٩٦	٦١

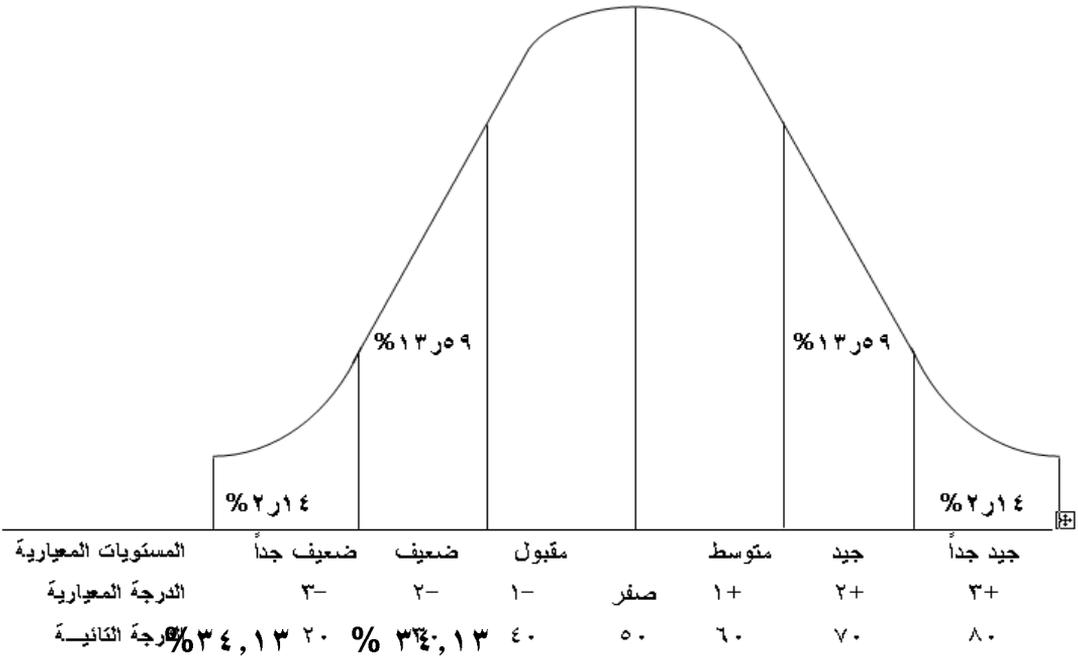
٢٣,١٥	٣,٩٦	٩,٨١	٢,٠٧	٦٠
٢٢,٥٩٩	٣,٩٩٨	٩,٦٦١	٢,٠٤٤	٥٩
٢٢,٠٤٨	٤,٠٣٦	٩,٥١٢	٢,٠١٨	٥٨
٢١,٤٩٧	٤,٠٧٤	٩,٣٦٣	١,٩٩٢	٥٧
٢٠,٩٤٦	٤,١١٢	٩,٢١٤	١,٩٦٦	٥٦
٢٠,٣٩٥	٤,١٥	٩,٠٦٥	١,٩٤	٥٥
١٩,٨٤٤	٤,١٨٨	٨,٩١٦	١,٩١٤	٥٤
١٩,٢٩٣	٤,٢٢٦	٨,٧٦٧	١,٨٨٨	٥٣
١٨,٧٤٢	٤,٢٦٤	٨,٤١٨	١,٨٦٢	٥٢
١٨,١٩١	٤,٣٠٢	٨,٤٦٩	١,٨٣٦	٥١
١٧,٦٤	٤,٣٤	٨,٣٢	١,٨١	٥٠
١٧,٠٨٩	٤,٣٧٨	٨,١٧١	١,٧٨٤	٤٩
١٦,٥٣٨	٤,٤١٦	٨,٠٢٢	١,٧٥٨	٤٨
١٥,٩٨٧	٤,٤٥٤	٧,٨٧٣	١,٧٣٢	٤٧
١٥,٤٣٦	٤,٤٩٢	٧,٧٢٤	١,٧٠٦	٤٦
١٤,٨٨٥	٤,٥٣	٧,٥٧٥	١,٦٨	٤٥
١٤,٣٣٤	٤,٥٦٨	٧,٤٢٦	١,٦٥٤	٤٤
١٣,٧٨٣	٤,٦٠٦	٧,٢٧٧	١,٦٢٨	٤٣
١٣,٢٣٢	٤,٦٤٤	٧,١٢٨	١,٦٠٢	٤٢
١٢,٦٨١	٤,٦٨٢	٦,٩٧٩	١,٥٧٦	٤١
١٢,١٣	٤,٧٢	٦,٨٣	١,٥٥	٤٠
١١,٥٧٩	٤,٧٥٨	٦,٦٨١	١,٥٢٤	٣٩

١١,٠٢٨	٤,٧٩٦	٦,٥٣٢	١,٤٩٨	٣٨
١٠,٤٧٧	٤,٨٣٤	٦,٣٨٣	١,٤٧٢	٣٧
٩,٩٢٦	٤,٨٧٢	٦,٢٣٤	١,٤٤٦	٣٦
٩,٣٧٥	٤,٩١	٦,٠٨٥	١,٤٢	٣٥
٨,٨٢٤	٤,٩٤٨	٥,٩٣٦	١,٣٩٤	٣٤
٨,٢٧٣	٤,٩٨٦	٥,٧٨٧	١,٣٦٨	٣٣
٧,٧٢٢	٥,٠٢٤	٥,٦٣٨	١,٣٤٢	٣٢
٧,١٧١	٥,٠٦٢	٥,٤٨٩	١,٣١٦	٣١
6.62	5.1	5.34	1.29	٣٠
6.069	5.138	5.191	1.266	٢٩
5.518	5.176	5.042	1.24	٢٨
٤,٩٦٧	٥,٢١٤	٤,٨٩٣	١,٢١٤	٢٧
٤,٤١٦	٥,٢٥٢	٤,٧٤٤	١,١٨٨	٢٦
٣,٨٦٥	٥,٢٩	٤,٥٩٥	١,١٦٢	٢٥
٣,٣١٤	٥,٣٢٨	٤,٤٤٦	١,١٣٦	٢٤
٢,٧٦٣	٥,٣٦٦	٤,٢٩٧	١,١١	٢٣
٢,٢١٢	٥,٤٠٤	٤,١٤٨	١,٠٨٤	٢٢
١,٦٦١	٥,٤٤٢	٣,٩٩٩	١,٠٥٨	٢١
١,١١	٥,٤٨	٣,٨٥	١,٠٣٢	٢٠
٠,٥٥٩	٥,٥١٨	٣,٧٠١	١,٠٠٦	١٩
٠,٠٠٨	٥,٥٥٦	٣,٥٥٢	٠,٩٨	١٨
---	٥,٥٩٤	٣,٤٠٣	٠,٩٥٤	١٧

---	٥,٦٣٢	٣,٢٥٤	٠,٩٢٨	١٦
---	٥,٦٧	٣,١٠٥	٠,٩٠٢	١٥
---	٥,٧٠٨	٢,٩٥٦	٠,٨٧٦	١٤
---	٥,٧٤٦	٢,٨٠٧	٠,٨٥	١٣
---	٥,٧٨٤	٢,٦٥٨	٠,٨٢٤	١٢
---	٥,٨٢٢	٢,٥٠٩	٠,٧٩٨	١١
---	٥,٨٦	٢,٣٦	٠,٧٧٢	١٠
---	٥,٨٩٨	٢,٢١١	٠,٧٤٦	٩
---	٥,٩٣٦	٢,٠٦٢	٠,٧٢	٨
---	٥,٩٧٤	١,٩١٣	٠,٦٩٤	٧
---	٦,٠١٢	١,٧٦٤	٠,٦٦٨	٦
---	٦,٠٥	١,٦١٥	٠,٦٤٢	٥
---	٦,٠٨٨	١,٤٦٦	٠,٦١٦	٤
---	٦,١٢٦	١,٣١٧	٠,٥٩	٣
---	٦,١٦٤	١,١٦٨	٠,٥٦٤	٢
---	٦,٢٠٢	١,٠١٩	٠,٥٣٨	١
----	٦,٢٤	٠,٨٧	٠,٥١٢	

## ٤-٢ تحديد المستويات المعيارية:-

بعد أن تم إيجاد الدرجات المعيارية لنتائج العينة في الاختبارات المبحوثة، تم تحديد المستويات المعيارية وفقاً لمنحنى كاوس للتوزيع الطبيعي الشكل (٦)، إذ إنَّ " أغلب الصفات والخصائص التي تقاس في التربية الرياضية يقترب توزيعها من التوزيع الطبيعي (٢:٣٠١) كذلك ( من الأساليب الموضوعية في تقدير الدرجات ولاسيما إذا كانت المجموعة التي تجري عليها القياسات كبيرة ) (١٣:٤٥٠)



الجدول (٤) يبين حدود المستويات المعيارية لنتائج عينة البحث في اختبار القوة الانفجارية (القفز الأمامي).

النسبة المئوية	التكرار	الفئات	المستويات
1.25%	٢	70.46 فما فوق	جيد جداً
8.75%	١٤	70.45-60.52	جيد
٤١,٨٨%	٦٧	60.51-50.58	متوسط
31.25%	٥٠	50.57-40.64	مقبول
10.62%	١٧	40.63-30.70	ضعيف
6.25%	١٠	30.69-20.76	ضعيف جداً
١٠٠%	١٦٠		المجموع

## القوة الانفجارية

يتبين من الجداول (٧) نجد أن عينة البحث في (المتوسط والمقبول) باختبارات القوة الانفجارية ( القفز الأمامي) يوعز الباحثان سبب ذلك في ما يبدو أن العينة تأثرت بالتدريب الحياتي لعضلات الرجلين في السير والركض والقفز فمرحلة الناشئين هي بشكل عام مرحلة نشاط الحركة، وكذلك العينة غير خاضعة لبرنامج تدريبي يساهم بشكل كبير بتنمية هذه الصفة البدنية هي من المؤشرات المهمة بالنسبة للرياضي عامة وحارس المرمى بشكل خاص وتعرف على أنها "قدرة الجهاز العضلي في التغلب على مقاومات تتطلب درجة عالية من سرعة الانقباضات العضلية(٦٣:٥) ،ومن مميزات حارس المرمى لكرة القدم يعتمد بشكل كبير على القوة الانفجارية للرجلين في تحركاته الأمامية والجانبية لصد الكرات المصوبة نحو المرمى، وعليه فعلى مدرب حراس المرمى أن يهتم بتدريبات القوة الانفجارية للرجلين أن كانت للأمام أو الجانبين الأيمن والأيسر، أما العينة المتبقية التي حصلت على الجيد، والضعيف فيعزو الباحث ذلك للفروقات الفردية بين أفراد عينة البحث.

## الجدول (٥)

يبين حدود المستويات المعيارية لنتائج عينة البحث في اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين

المستويات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
جيد جدا	٦٦,٥٤ - فما فوق	٤	٢,٥ %
جيد	٥٦,٠٩ - ٦٦,٥٣	٢٧	١٦,٨٨ %
متوسط	٤٥,٦٤ - ٥٦,٠٨	٩٦	٦٠ %
مقبول	٣٥,١٩ - ٤٥,٦٣	١٨	١١,٢٥ %
ضعيف	٢٤,٧٤ - ٣٥,١٨	١٠	٦,٢٥ %
ضعيف جدا	١٤,٢٩ - ٢٤,٧٣	٥	٣,١٢ %
المجموع		١٦٠	١٠٠ %

## القوة المميزة بالسرعة للذراعين

يتبين من الجدول (٥) أن عينة البحث في (المتوسط)، يرى الباحثان سبب ذلك تمتع العينة بهذه الصفة هو أن هذه المرحلة هي مرحلة تحسن القوة السريعة وقوة عضلات الجسم نسبة لوزن الجسم، ولما كانت القوة المميزة بالسرعة ناتج التناسق الايجابي بين القوة والسرعة فهي تعرف على أنها" المظهر السريع للعضلة الناتج من دمج للقوة والسرعة(٢١٧:١١) وكذلك تعتبر مرحلة الناشئين هي مرحلة بناء التوافق

والترابط الحركي العالي مما مكن العينة من قابلية الربط بين القوة العضلية في أقصى سرعة، وان هذه القدرة لها أهمية بالغة لحراس المرمى لكرة القدم التي تحتاج إلى القدرة على الانقباض في اللحظة المناسبة، لذا فان الجهاز العصبي له دور كبير في خلق التوافق المطلوب، حيث أن "التناسق داخل وبين العضلات يساعد على زيادة سرعة الحركة حيث أنه عند عمل العضلات المتناسقة تتحد جهودها لتغلب بذلك على المقاومة الخارجية بسرعة كبيرة (٧: ٥٢٦) .

أما بقية أفراد العينة المتواجدين بين الجيد جدا، والضعيف، والضعيف جدا إلى الفروق الفردية بين أفراد البحث، وكذلك للفروقات بين مدرب، وآخر المشرفين على هذه الفئة.

### الجدول (٦)

يبين حدود المستويات المعيارية لنتائج عينة البحث في اختبار السرعة الانتقالية

المستويات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
جيد جدا	٣٣,٥٧ فما دون	٦	٣,٧٥ %
جيد	٣٣,٥٨ - ٤٢,٩٦	٣٩	٢٤,٣٧ %
متوسط	٤٢,٩٧ - ٥٢,٣٥	٥٩	٣٦,٨٨ %
مقبول	٥٢,٣٦ - ٦١,٧٤	٣٢	٢٠ %
ضعيف	٦١,٧٥ - ٧١,١٣	٢١	١٣,١٢ %
ضعيف جدا	٧١,١٤ - ٨٠,٥٢	٣	١,٨٨ %
المجموع		١٦٠	١٠٠ %

### السرعة الانتقالية

يتبين من الجدول (٦) أن عينة البحث أغلبها في (المتوسط والجيد والمقبول)، يرى الباحثان تحقيق العينة لنسبة عالية لهذه الصفة يدل على تمتع أفراد عينة البحث بدرجة لأبأس بها من السرعة مما يؤكد حالة التكيف العضوي للأجهزة العضوية ووظائفها والنظام العضلي المسؤول عن الفعاليات الحركية، وان هذه الصفة ترتبط بنوع الجهاز العصبي وهي حالة خاصة وموروثة، وكما هذه الصفة مهمة لحراس مرمى كرة القدم ليكون سريعا بالخروج على الكرات التي تلعب خلف المدافعين خارج منطقة الجزاء مما يستوجب على حارس المرمى الخروج عليها بأقصى سرعة ممكنة لأبعادها من اللاعب المنافس، فأن من الظاهر تمتع العينة بالسرعة لخضوعهم من قبل مدربيهم إلى تدريبات السرعة وهذا ما يحسب إلى مدربيهم، للان المدربين يدركون

سرعة الحارس مهمة جدا له، ويذكر ريسان خريبط" أن السرعة عبارة عن قدرته على تأدية حركاته في اقصر وقت (٧: ٥٣٢) .  
الجدول (٧) يبين حدود المستويات المعيارية لنتائج عينة البحث في اختبار رمي الكرة الطبية وزن (٢ كغم).

المستويات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
جيد جدا	٧٥,٥٩ - فما فوق	٤	٢,٥ %
جيد	٧٥,٥٨ - ٦٥,٩	٢	١,٢٥ %
متوسط	٦٥,٨ - ٥٦,١٢	٢٩	١٨,١٣ %
مقبول	٥٦,١١ - ٤٦,٤٣	٦٣	٣٩,٣٧ %
ضعيف	٤٦,٤٢ - ٣٦,٧٤	٤٦	٢٨,٧٥ %
ضعيف جدا	٣٦,٧٣ - ٢٧,٠٥	١٦	١٠ %
المجموع		١٦٠	١٠٠ %

#### رمي الكرة الطبية وزن (٢ كغم).

يتبين من الجدول (٧) أن اغلب العينة كان في (المقبول والضعيف)، يرى الباحثان أن سبب وجود اغلب العينة في هذين المستويين لاعتمادهم على القوة العشوائية المكتسبة من خلال التمارين للصفات البدنية الأخرى، كما يرى الباحث وجود هذه الصفة في المقبول والضعيف غير مقبولة لدى مدربي حراس المرمى وذلك لان حارس المرمى يستخدم يده أكثر من قدمه في صد الكرات المصوبة نحو المرمى وكذلك لعب الكرة للزميل بيده أن كانت في الثلث الأول أو الثاني أو الثالث أي لعب الكرة لمسافة قصيرة أو متوسطة أو طويلة فعليه أن يمتاز بقوة الذراعين، وأيضا هي مهمة في مسك الكرة أو لكمها لأبعد مسافة، كما هي مهمة في السقوط الجانبي لمسك أو أبعاد الكرة المصوبة نحو المرمى، ومن الواضح أن المدربين لم يعيروا أهمية في تربياتهم لهذه الصفة، ولهذه الصفة لها أهمية بالغة في انتقاء حارس المرمى الناشئ، وهذا ما يؤكد (كمال جميل الربضي) بتعريفه للقوة الانفجارية" هي قدرة اللاعب على استخدام الحد الأقصى من القوة بأقصر زمن ممكن، وهذا يولد الرأي أن هذا اللاعب يمتاز بقوة انفجارية تسمح له بتطوير المستوى وتحسين الانجاز، والذي لا يمتاز بها ستجد صعوبة كبيرة في التعامل معه، ويستغرق معك وقتا كبيرا لتحسين انجازه، وربما في النهاية لا يصل إلى نتيجة تذكر، وهذا يقودنا إلى أهمية القوة الانفجارية عند اللاعب إلى حد اعتبارها أساسا في اختيار اللاعب، وهناك دراسات كثيرة أشارت إلى

أهمية القوة الانفجارية للاعبين الناشئين منها دراسة (عبد الحليم محمد ودراسة محمد عبد الوهاب) (١٥ : ٤٠-٤١)

### 5 - الاستنتاجات والتوصيات.

#### 5-1 الاستنتاجات.

- ١- ملائمة الاختبارات للمهارات الأساسية لعينة البحث.
- ٢- تم التوصل الى وضع درجات معيارية لبعض القياسات الانثرومترية والقدرات البدنية لكرة القدم لعينة البحث.
- ٣- تم التوصل الى تحديد مستويات معيارية لبعض القياسات الانثرومترية والقدرات البدنية لكرة القدم لعينة البحث.

#### 5-2 التوصيات.

- ١- يوصي الباحثان تعميم الاختبارات الموضوعية كأحد معايير الانتقاء لحراس المرمى الناشئين لكرة القدم لكي نصل بالحراس الى المستويات العليا لتحقيق الهدف.
- ٢- الاخذ بالمستويات المعيارية التي توصل اليها الباحث في مجال انتقاء حراس المرمى الناشئين التي تحققت على العينة المعنية بالبحث بغية استخدامها في عملية التقويم ومتابعة تطوره بين حين وآخر.
- ٣- من خلال المؤشرات لعملية التقويم طبقا للمستويات المعيارية المتحققة للدراسة إلى وضع برامج تدريبية تتناسب ومستوى اللاعبين.

### المصادر العربية

- ١- إبراهيم شعلان؛ دليل الناشئ في كرة القدم، ط١، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠١٣،
- ٢- جابر عبد الحميد واحمد خيرى ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٧٣،
- ٣- حسين جبار، كاظم شبيب؛ المهارات الأساسية لحراس المرمى لكرة القدم، الدوحة، قطر، دار الكتب للطباعة، ٢٠١٧.
- ٤- حنفي محمود مختار؛ كرة القدم للناشئين، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٨، ص٩٢.
- ٥- رامي محمد الطاهر؛ الجديد في علم التدريب الرياضي، دار الفيروز للطباعة والنشر، ٢٠١٦.
- ٦- ريسان خريبط مجيد؛ تطبيقات في علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي، دار الشرور للنشر والتوزيع، عمان، ١٩٩٧.

- ٧- ريسان خريبط؛ تطبيقات في علم الفسيولوجية والتدريب الرياضي، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، ١٩٩٧.
- ٨- زهير قاسم الخشاب (وآخرون)؛ كرة القدم: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988).
- ٩- سعد منعم الشبخلي؛ دراسة فاعلية الأداء وبعض المؤشرات الوظيفية للاعبين كرة القدم: (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٠).
- ١٠- صادق جعفر محمود؛ تصميم بطارية اختبار لقياس بعض القدرات المهارية لدى حراس المرمى لكرة القدم: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٤).

# تأثير التعليم المتميز وفق الانشطة المتدرجة في تعلم مهارتي التميرر والتهديف بكرة القدم للصالات للأعمار

(١٥ - ١٦) سنة

*The effect of differentiated education  
according to the gradual activities in learning  
the skill of passing and scoring football for  
the halls for ages  
(15-16) years)*

أ.د. اسماعيل عبد زيد عاشور

م.م. حيدر مجيد شويح

الجامعة المستنصرية

جامعة ميسان

كلية التربية الاساسية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

hayder\_h81@yahoo.com

٢٠١٧

**Prof. Ismail Abid Zaid Ashour**

**Haider Majid Shuaie**

**Mustansiriya University**

**University of Maysan**

**Faculty of Basic Educatio**

**College of Physical Education and Sports Sciences**

## الملخص

احتوى البحث على المقدمة وأهميته، وتطرق الباحثان إلى اساليب وطرائق التدريس الحديثة ومنها التعليم المتميز في تعليم مهارتي التميرر والتهديف بكرة الصالات، وجاءت اهمية البحث في التعرف على الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في تعلم مهارتي التميرر والتهديف بكرة الصالات. أما مشكلة البحث فتجسدت

في ان اغلب المدرسين لا يستخدمون التعليم المتميز في تدريس المهارات المختلفة الذي يعد من استراتيجيات التدريس الحديثة والفعالة ويراعي الاختلافات بين التلاميذ ويتعرف على احتياجات التلاميذ المختلفة ومعلوماتهم السابقة واستعدادهم للتعلم وميولهم وانماط تعلمهم المفضلة ثم الاستجابة لكل ذلك في الدرس ، مما دفع الباحثان إلى تناول تلك المشكلة ووضع مقترحات الحلول المناسبة لمعالجتها، أما مجالات البحث فقد اشتملت على المجال البشري الذي تمثل بالطلاب المنتمين ضمن (منتدى شباب المستقبل) في ميسان، وتحدد المجال الزمني للمدة من (٢٥/١٢/٢٠١٦) لغاية (٢١/٥/٢٠١٧) في حين كان المجال المكاني في القاعة الرياضية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان.

وأستخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة، وتكونت عينة البحث من (١٥) طالباً من منتدى شباب المستقبل، اذ استعمل الباحثان الاختبارات المهارية الخاصة بالمهارتين ، كما تم استعمال نظام (SPSS) للحصول على نتائج البحث، واستنتج الباحثان ان هناك فروقا ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولكلا المهارتين، واوصى الباحثان اعتماد التعليم المتميز في تعليم الطلبة واللاعبين مهارات كرة القدم للصالات ضمن المنهج الدراسي والتدريبي في منتديات الشباب وطلاب المرحلة المتوسطة.

## Abstract

The research focused on the introduction and its importance, and the researchers explored the methods and methods of modern teaching, including teaching differentiation in teaching the skills of scrolling and scoring in the hall. The importance of research in identifying the differences between the tribal and remote tests of the research sample in learning the skills of scrolling and scoring. The problem of research is that most teachers do not use differentiated teaching in the teaching of different skills, which is one of modern and effective teaching strategies. It takes into account the differences between the students, and identifies the needs of the different students, their previous information, their readiness to learn and their

preferences and their preferred learning styles. To address this problem and develop proposals for appropriate solutions to address them, so the researchers decided to study this problem and develop solutions to them. The areas of research included the human field represented by students belonging to the Future Youth Forum in Maysan. The temporal scope of the period is (25/12/2016) until (21/5/2017) while the spatial area in the gymnasium of the college Physical education and sports sciences at the University of Maysan. The researchers used the experimental method in a one-group approach. The research sample consisted of (15) students from the Future Youth Forum, if the researchers used the skill tests for the two skills. The SPSS system was used to obtain the results of the research. The researchers concluded that there were significant differences between The two researchers recommended the adoption of differential education in teaching students and players the skills of football halls within the curriculum and training in youth forums and middle school students.

#### ١- التعريف بالبحث

##### ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

ان العصر الحديث يتميز بالتقدم العلمي في الكثير من المجالات وخصوصاً في المجال الرياضي من خلال الأنشطة والفعاليات المستخدمة فيه ، وتهدف التربية الحديثة إلى تربية الطالب تربية متكافئة جسمياً وعقلياً من خلال التعرف على الأساليب التعليمية وطرائق التدريس التي تؤكد ذاتية الطالب في الحصول على الخبرات والمعارف التي يهيئها له الموقف التعليمي الذي ينقل محور الاهتمام من المدرس إلى الطالب لتحقيق الأهداف المطلوبة من خلال الاهتمام بالابتعاد عن أساليب التلقين التي يتحدد فيها دور الطالب باستقبال المعلومات. والتعليم المتميز يهدف إلى إيصال الطلبة إلى أفضل مستويات التعلم من خلال تحسين وتنمية التنوع في التحصيل المعرفي وتعليم مهاراتهم، لذلك فإن المبدأ الرئيسي للتعليم المتميز يقوم على أن التعليم هو لجميع الطلاب بغض النظر عن مستوى مهاراتهم أو خلفياتهم. وتكمن أهمية المهارات في

تعليم أساسيات كرة القدم للصالات كونها يتكفل نجاحها باعتمادها على التدرج والتنوع، ولعملية تعليم هذه المهارات أهمية كبيرة في درس التربية البدنية لأنها تهدف الى تعليم الطالب واكتسابه المهارة الحركية واتقانها بحيث يمكن استخدامها بصورة جيدة واقتصادية كبيرة ، فالمهارات جميعها وبشكل عام تتطلب عملية التعلم لكي يتمكن الطالب من ادائها وتنفيذها ، لذا فان الالمام بعملية التعليم من قبل المعلمين تتطلب المعرفة والاطلاع والخبرة في اختيار افضل الطرائق والاساليب في التدريس لتسهيل العملية التعليمية والاقتصاد بالجهود والوقت ، وذلك لأنه لا يوجد اسلوب تدريسي واحد من الممكن ان يسهم في التنمية الكاملة للمتعلم . ومن هنا جاءت أهمية البحث في تطبيق التعليم المتمايز باستخدام الأنشطة المتدرجة في تعليم مهارتي التمرير والتهدف بكرة القدم للصالات.

### ٢-١ مشكلة البحث:

من خلال اطلاع الباحثين عن طريق الزيارات المتكررة للمدارس المتوسطة والبعض من منتديات الشباب في المحافظة لاحظنا ان كثيراً من الطلاب تواجههم صعوبات في اتقان مهارات كرة الصالات، لكون اساليب وطرائق تنفيذ الدرس تعتمد على خبرة المدرس الأكاديمية وقد لا تتلاءم مع إمكانية المتعلم وقدراته مما يجعله متلقياً وملبياً لأوامر وتوجيهات المدرس دون إتاحة الفرص الكافية لتطوير مستواه المهاري. كما لم يجد الباحثان دراسة تتناول استخدام التعليم المتمايز في تعليم المهارات الخاصة بكرة القدم للصالات في العراق ، على الرغم من أهميتها بحسب علم الباحثين ، مما دفعهما إلى تناول تلك المشكلة ووضع الحلول المناسبة والناجعة لمعالجتها بغية تعليم مهارات هذه اللعبة للطلاب.

### ١-٣ أهداف البحث :

- ١- أعداد منهج بالتعليم المتمايز وفق الأنشطة المتدرجة في التعلم للمهارات الخاصة بكرة القدم للصالات .
- ٢- التعرف على الفروق في الاختبار القبلي والبعدي للتعلم للمهارات الخاصة بكرة القدم للصالات وفقاً للأنشطة المتدرجة لدى عينة البحث.

## ١- ٤ فرضا البحث :

١- للتعليم المتميز وفق الأنشطة المتدرجة والثابتة تأثير في تعليم مهاراتي التمرير والتهديف بكرة القدم للصالات لدى عينة البحث.

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية البعدية للمجموعة التجريبية (المتدرجة) ولصالح البعدية.

## ١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : لاعبو منتدى شباب المستقبل بأعمار (١٥-١٦ سنة) في محافظة ميسان.

١-٥-٢ المجال المكاني : القاعة الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة ميسان .

١-٥-٣ المجال الزمني : للمدة من ٢٥/١٢/٢٠١٦ ولغاية ٢١/٥/٢٠١٧ .

## ٢- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

## ١-٢ منهج البحث:

ان طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد المنهج المناسب لتحقيق أهداف البحث ، لذا استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة لملاءمته طبيعة مشكلة البحث ، إذ إن المنهج التجريبي يعطي نتائج حقيقية ملموسة عن تأثير الاستراتيجيات والطرائق والاساليب التعليمية ، وان ما يميز الأنشطة العلمية الدقيقة هو استخدام التجربة.

## ٢-٢ مجتمع وعينة البحث :

اختار الباحثان مجتمع البحث بالطريقة العمدية من الطلاب المنتمين ضمن منتديات شباب محافظة ميسان والبالغ عددهم (١٣٠) طالباً بأعمار (١٥-١٦ سنة) للعام (٢٠١٦ – ٢٠١٧) ، اما فيما يخص عينة البحث التي تم اختيارها بطريقة عشوائية من مجتمع البحث فقد بلغت (٣٠) طالباً من منتدى شباب المستقبل ، لتشكل نسبة مئوية مقدارها (٢٣,٠٧%) ، وتم استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (١٠) طلاب ، بعد ان تاكد الباحث من منهج المنتدى للاعمار (١٥-١٦) من خلال اطلاعه على المنهج المعد فيه والذي احتوى على مهارات اعتمدها الباحث في منهجه

المقترح ، واستبعد الباحثان الطلاب الذين يمارسون اللعبة ضمن منتخب التربية والاندية والبالغ عددهم (٥) طلاب.

### ٣-٢ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

استخدم الباحثان مجموعة من الاجهزة والادوات وهي كالآتي :

#### ١-٣-٢ الأجهزة المستخدمة في البحث:

- ❖ كومبيوتر (حاسبة إلكترونية) نوع HP620.
- ❖ ساعة توقيت نوع Casio.
- ❖ كاميرة فيديو دجيتال نوع (Sony 8M).
- ❖ ملعب كرة قدم للصالات قانوني.
- ❖ كرات قدم صالات قانونية عدد (١٢).
- ❖ شريط لاصق بالوان مختلفة.
- ❖ فلم فيديو عدد ٢ نوع (Sony Albom).
- ❖ أقراص سي. دي (C.D) عدد (١٠).
- ❖ شواخص عدد (٢٠).
- ❖ اهداف بلاستيكية صغيرة .
- ❖ صافرة.

#### ٢-٣-٢ ادوات البحث :

- ❖ مصادر عربية وأجنبية.
- ❖ المقابلات الشخصية.
- ❖ استمارة تسجيل نتائج الاختبارات التي تقيس المهارات قيد الدراسة.
- ❖ الاختبارات والقياسات.

#### ٤-٢ تحديد الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث :

قام الباحثان بعد الاطلاع على المصادر والمراجع العلمية باختيار الاختبارات الخاصة لمهارتي التمرير والتهديف ، وتم اعداد استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمتخصصين في تخصص الاختبارات والقياس والتدريب الرياضي في كرة القدم للصالات في صلاحية الاختبار وعدم صلاحية الاختبارات المقترحة.

وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات واستخراج النسبة المئوية وعلى ضوء النتائج تم استبعاد الاختبارات التي لم تحصل على نسبة القبول البالغة (٧٥%) ، إذ أن

((للباحث الحق في اختيار النسبة التي يراها مناسبة عند اختياره للمؤشرات)).(١):  
(٣٩٩)

كما يذكر (بنيامين) عن بلوم انه ((على الباحث الحصول على نسبة اتفاق قبول (75%) فأكثر من آراء المحكمين)) (٢: ١٢٦)، وكما موضح في الجدول (١٠) ، الذي يبين الاختبارات المهارية التي اجمع عليها الخبراء والمختصون مرتبة على وفق اختيارهم ، علما ان الباحث قام ببعض الدروس التوضيحية لغرض شرح الاختبارات المرشحة للطلاب وبواقع درسين قبل البدء بتنفيذها ليتسنى للطلاب معرفة ماهية هذه الاختبارات وكيفية ادائها .

### جدول رقم (١)

يبين النسبة المئوية للاختبارات المهارية حسب رأي الخبراء

ت	الصفة المهارية	الاختبارات المرشحة	موافقة الخبراء	النسبة المئوية
١	التمرير (المناول)	١- المناولة المرتدة على الجدار لمدة ٣٠ ثانية من بعد ٩ م	١	%٨,٣٣
		٢- المناولة من علامة الزاوية الى مسافات مختلفة	٩	%٧٥
		٣- مناولة الكرة نحو هدف مرسوم على الارض مكون من ٣ دوائر من بعد ١٠ م	٢	%١٦,٦٦
٢	التهديف	١- التهديف نحو هدف مقسم الى مربعات من بعد ٢٠ م	٠	%٠
		٢- التهديف نحو ثلاثة مستطيلات متداخلة والمسافة بين خط البداية والمستطيلات ١٠ م	١	%٨,٣٣
		٣- التهديف من مسافة ١٢ م	١١	%٩١,٦٦

٢-٥ مواصفات الاختبارات المهارية:

٢-٥-١ اختبار المناولة من علامة الزاوية الى مسافات مختلفة:(٣: ٤٥)

الإمكانات والأدوات : ملعب كرة صالات وشواخص عدد (١٢) وصافرة وكرات صالات عدد (١٢).

**وصف الاداء :** من علامة الزاوية لساحة كرة القدم للصالات توضع شواخص على مسافات مختلفة تبعد (٦)م و (٨)م و(١٠)م ، وهذه الشواخص عبارة عن شاخصين كبيرين المسافة بينهما ٥٠سم وشاخصين صغيرين من الجانبين تبعد المسافة بينهما ٢٥سم .

**طريقة الأداء :** توضع (١٢) كرة قريبة من علامة الزاوية وعند سماع المختبر اشارة البدء يقوم اللاعب بمناولة الكرة من علامة الزاوية الى الشواخص ابتداءً من الشاخص البعيد (١٠)م ومن ثم المناولة على (٨)م واخيراً (٦)م وهكذا حتى ينتهي من مناولة (١٢) كرة.

### شروط الاختبار :

- \* يجب ان تؤدي المناولات بدون توقف .
- \* يجب ان يتبع التسلسل المطلوب في تعليمات الاختبار .
- \* تعطى للاعب (١٢) محاولة ، أربع محاولات لكل اتجاه .
- \* يجب ان تكون المناولة ارضية حتى تحتسب الدرجة .
- \* اذا مست الكرة أي من الشواخص النهائية ولم تدخل لا تحتسب أي درجة .
- التسجيل :** تحتسب للاعب درجتين اذا دخلت الكرة بين الشاخصين الكبيرة ويحتسب للاعب درجة واحدة اذا دخلت الكرة بين الشاخص الكبير والصغير.
- اعلى درجة يحصل عليها المختبر ( ٢٤ ) درجة اذا كانت المناولة صحيحة .

٢-٥-٢ اختبار التهديف من مسافة ١٢م : (٤ : ١٠٣)

**الهدف من الاختبار :** دقة التهديف .

**الامكانات والادوات :** حائط مرسوم عليه هدف بعرض (٣)م وارتفاع (٢)م و(١٠) ، كرات صالات وصافرة .

**وصف الاداء :** هدف كرة القدم (صالات) مرسوم على حائط ومقسم على ٦ اجزاء متساوية وموزعة عليه كالآتي : الزاويتان العليا (٤) درجات ، والسفلى (٣) درجات ،

والجزء الوسطي السفلي (١) درجة، والجزء الوسطي العلوي (٢) درجة وخط بعرض ٢م يبعد ١٢م عن الهدف.

**طريقة الاداء :** يقف اللاعب خلف خط التهديد وامامه (٥) كرات على الخط وعند سماع الإشارة يقوم بضرب الكرات الموضوعة على الخط الى الهدف ، ثم يقوم بضرب الكرات الخمس الاخرى بعد وضعها في مكانها من قبل فريق العمل وهكذا الى ان يستكمل اللاعب (١٢) محاولات .

### شروط الاختبار :

\* يضرب اللاعب الكرة بالقدم المفضلة لديه .

\* لا يغير مكان الكرات الموضوعة على الخط قبل التهديد .

### ٢-٦ التجربة الاستطلاعية :

ان اهم ما يوصي به خبراء البحث العلمي للحصول على نتائج موثوق بها، هي إجراء التجربة الاستطلاعية التي تعرف انها ((دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه بالتجربة الرئيسية ، الهدف منها اختبار اساليب البحث وادواته)).(٥ : ٣٤)

ولغرض الحصول على النتائج الضرورية ولاتباع السياق العلمي باجراءات البحث فقد أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الاولى اختبارات المهارات الخاصة بكرة القدم للصالات على عينة مؤلفة من (١٠) طلاب من الطلاب المنتمين ضمن (منتدى شباب المستقبل – ميسان) ، والذين لم يكونوا ضمن عينة البحث الاساسية وبمساعدة فريق العمل.

وتمت التجربة بتاريخ ٢٠١٧/١/٤ وكان هدف التجربة ما يأتي :

- ١- التأكد من مدى ملاءمة الاختبار المعرفي لعينة البحث .
- ٢- التأكد من مكان إجراء الاختبارات ومدى ملاءمته لتنفيذها .
- ٣- معرفة مدى استعداد عينة البحث لأداء الاختبارات .
- ٤- معرفة الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات وتنفيذها .
- ٥- معرفة مدى ملاءمة الاختبارات لعينة البحث .
- ٦- معرفة الصعوبات التي قد تواجه مجريات البحث .

- ٧- التأكد من تفاهم فريق العمل وكفاءتهم في اجراء الاختبارات وتسجيل النتائج .
  - ٨- التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة .
  - ٩- ملاءمة استمارات التسجيل .
- ٢-٧ الاختبارات القبليّة :

تم اجراء الاختبار القبلي على مجموعتي البحث (المتدرجة والثابتة) قبل البدء بتنفيذ المنهج التعليمي وذلك لتحديد مستوى المهارات الخاصة بكرة القدم للصالات لدى عينة البحث وقد اجريت الاختبارات يومي الاحد والاثنين ٢٠١٧/١/٨ في القاعة الرياضية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة ميسان، وتضمن : اختبار التمرير (المناولة)، واختبار التهديف.

### ٢-٨ المنهج التعليمي :

تم اعداد منهج تعليمي خاص بالتعليم المتمايز بطريقة الانشطة المتدرجة لافراد عينة البحث لتعلم مهارتي التمرير والتهديف بكرة القدم للصالات بعد ان اطلع الباحثان على مجموعة من المصادر العلمية فضلاً عن خبرة الباحثين كونهما مدرّبين ومدرسين لطرائق التدريس وكرة الصالات.

وقد تضمن المنهج (١٠) اسابيع، (٢٠) وحدة تعليمية وبواقع وحدتين تعليميتين لكل اسبوع وبزمن قدره (٩٠) دقيقة للوحدة التعليمية بحسب وقت الدروس التعليمية واوقات الوحدات التدريبية وبذلك يصبح زمن الودتين التعليميتين في الاسبوع (١٨٠) دقيقة .

وتضمن المنهج النشاط الإداري والتنظيمي والإعداد العام والخاص ثم تمرينات الإحساس بالكرة ومن ثم القيام بالنشاط التعليمي (شرح وعرض المهارة) ثم الجزء التطبيقي (تطبيق المهارة حسب مجموعتي البحث) واخيراً النشاط الختامي.

وفيما يأتي التوزيع الزمني للمنهج المقترح :

- عدد الاسبوع (١٠) اسابيع .
- عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع(٢) وحدة : (٢٠ = ١٠ × ٢) عشرون وحدة .
- زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة .
- الزمن الكلي للوحدات التعليمية (١٨٠٠ = ٢٠ × ٩٠) دقيقة .

- تقسيم أفراد المجموعة التجريبية (المتدرجة) على ثلاثة مستويات (خام – ضعيف – متوسط) وهي إحدى شروط التعليم المتميز .  
وتحتوي كل وحدة تعليميه على ما يأتي :

أ- القسم التحضيري (٢٥) دقيقة منها (٣) للجانب التنظيمي و(٧) للاعداد العام (المقدمة) و(١٥) للتمارين البدنية (الاعداد الخاص) .

ب- القسم الرئيسي(٦٠) دقيقة منها (١٥) دقيقة للجزء التعليمي ويتضمن شرح المهارة وعرض النموذج و(٤٥) دقيقة للجزء التطبيقي .

ج- القسم الختامي (٥) دقائق ويشمل تمارين تهدئة واسترخاء مع جمع الادوات والانصراف.

وقد روعي عند وضع المنهج التعليمي بعض الاسس والمبادئ التعليمية وهي:

- تحديد الاهداف الخاصة بكل وحدة تعليمية .
  - ان تحقق الوحدة التعليمية هدفاً تعليمياً وسلوكياً او هدفين على الاكثر .
  - ان يعمل كل تمرين من تمارين الوحدة التعليمية على تحقيق اهدافها .
  - تحديد الازمنة المخصصة لكل تمرين .
  - مراعاة تطبيق المهارات التي تم تعلمها في وحدة سابقة في الوحدة التعليمية التالية لتثبيتها وربطها بالمهارات الاخرى او الجديدة .
- تطبيق المنهج التعليمي:**

بعد الإفادة من إجراء الوحدة التعريفية وتهيئة مستلزمات الدرس من النواحي الفنية الخاصة بالوحدات التعليمية وتهيئة القاعة الرياضية المخصصة لدرس كرة القدم للصالات ، بدأ الكادر المساعد وبإشراف الباحثين بتنفيذ التجربة يوم الاثنين الموافق ٢٠١٧/١/١٥ لغاية ٢٠١٧/٣/١٩ .

قام الباحث بتطبيق المنهج التعليمي على عينة البحث وكان توزيع المهارات التعليمية على الوحدات التعليمية كالاتي :

**(التعليم المتميز وفق الانشطة المتدرجة) :**

نفذ المنهج بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ولمدة (١٠) أسابيع ، في القاعة الرياضية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان ، فعند وصول

الطلاب إلى القاعة يسارعون بتبديل ملابسهم والاستعداد للدرس ويكون البدء بأداء التحية ثم الإحماء والتمارين البدنية كلاً وفق المجموعة الخاصة به وعلى وفق المكان المخصص لكل مجموعة، ثم يقوم المدرس بشرح المهارة بشكل مفصل خلال الجزء التعليمي من القسم الرئيسي من الدرس ثم يقوم بعرض النموذج للطلاب وكل مجموعة على وفق المهارة أو المستوى الخاص بها ، وتحديد التمارين الخاصة بكل مجموعة ، وقد نفذ المنهج التعليمي بالتركيز على القسم الرئيسي من الدرس في الجزء التعليمي والجزء التطبيقي، وبلغ وقت الجزء التعليمي من القسم الرئيسي (١٥) دقيقة إذ يقوم المدرس بتوضيح الهدف التعليمي وشرح المهارة الخاصة بالوحدة التعليمية، وعرض الأنموذج ، وإعادة شرح المهارة السابقة وربطها بالمهارة اللاحقة ، وبعد الانتهاء من شرح المهارة الجديدة والتذكير بالمهارة السابقة وبلغ وقت الجزء التطبيقي(٤٥) دقيقة ، إذ يقوم المدرس بمنح بعض صلاحياته إلى الطالب ، إذ يقوم المدرس بتوزيع الطلاب كلا وفق التقسيم الخاص لكل مستوى تعليمي ( المستوى الأول ، المستوى الثاني، المستوى الثالث ) إذ يقوم أفراد كل مجموعة بتطبيق التمرينات الخاصة وفق المنهاج الخاص لكل مستوى كلا وفق التكرارات الخاصة بكل مجموعة محددة له من المدرس ، إذ يكون دور المدرس إعطاء التوجيهات وتصحيح الأخطاء، عن طريق التغذية الراجعة الآنية والبعديّة وذلك من خلال مراعاة كل مستوى تعليمي والفروق الفردية للمتعلمين التي تؤكد إستراتيجية التعليم المتمايز، كما قام الباحثان بعرض الصور والأفلام الخاصة بتعليم كرة القدم للصالات للتعرف والإفادة من النماذج ولغرض تنشيط فكر وزيادة إمكانية التصور الحركي والمعرفي لدى المتعلمين.

### ٣-٩ الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي تم اجراء الاختبار البعدي على عينة البحث وذلك لتحديد مستوى تعلم الطلاب في المهارات الخاصة بكرة القدم للصالات التي وصلت اليها عينة البحث ، وذلك في يوم الاثنين ٢٦/٣/٢٠١٧ وفي القاعة الرياضية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة ميسان ، وقد سعى الباحثان الى تهيئة الظروف نفسها من حيث الوقت والمكان والاجهزة والادوات وطريقة التنفيذ وفريق العمل ذلك من اجل خلق الظروف نفسها التي اجريت فيها الاختبارات القبلية .

## ٢-١٠ الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS.Ver١٧) في جهاز الحاسوب الإلكتروني لمعالجة النتائج للوصول إلى تحقيق أهداف البحث وفرضياته .

## ٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

## ٣-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية (المتدرجة) لمهارتي التمرير والتهديف بكرة الصالات ومناقشتها:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية (المتدرجة) من الباحثين ، ومعالجتها إحصائياً تبين كما في الجدول (١٢).

## الجدول (٢)

يبين المعالم الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية (المتدرجة) للمتغيرات قيد الدراسة

الدلالة	قيمة (T) الجدولية	القيمة الاحتمالية	قيمة (T) المحسوبة	البعدى		القبلي		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية
				ع±	س	ع±	س		
دال	٢,١٥	٠,٠٠	٨,٩٠	١,٨ ١	١٧,٤ ٧	١,٨ ٨	١١,٣ ٣	الدرجة	التمرير
دال		٠,٠٠	١١,٩٩	٣,٥ ٢	٣٧,٦ ٠	٢,٩ ٨	٢٣,٨ ٠	الدرجة	التهديف

درجة الحرية (ن-١) (١٠٥=١-١٤) ومستوى الدلالة (٠,٠٠٥) ، قيمة (ت) الجدولية = (٢,١٥)

من خلال الجدول (٢) والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدى لاختبار مهارة التمرير بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (١١,٣٣) درجة، وبانحراف معياري (١,٨٨) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدى (١٧,٤٧) درجة ، وبانحراف معياري (١,٨١)، وعند استخدام قانون (T-Test) للعينات المترابطة

ظهرت قيمة (T) المحسوبة (٨,٩٠) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (٢,١٥) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٤) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي.

اما في اختبار مهارة التهديف بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (٢٣,٨٠) درجة ، وبانحراف معياري (٢,٩٨) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٣٧,٦٠) درجة ، وبانحراف معياري (٣,٥٢)، وعند استخدام قانون (T-Test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (١١,٩٩) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (٢,١٥) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٤) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي .

### ٢-٣ مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية (المتدرجة) لمهارتي التمرير والتهديف بكرة الصالات:

من خلال النتائج التي عرضت في جدول (٢) وجدنا ان هناك تطوراً في الاختبارات البعديّة عن الاختبارات القبلية في (التمرير والتهديف) ، ويعزو الباحثان ظهور هذه النتائج الى استخدام التعليم المتميز الذي كان له الأثر الكبير والواضح في تفوق افراد المجموعة التجريبية (المتدرجة) كون هذا النوع من التعليم يمنح الكثير من الفرص لتعليم الطلاب جميعهم وفقاً لمستوى كل طالب ومراعاة الفروقات الفردية ، وتقسيم الطلاب في مجموعات على اساس ذكاءاتهم ورغباتهم وميولهم واستعداداتهم ومستوياتهم المهارية ويوفر لهم بيئة جيدة للتعلم فهم يتعلمون نفس المحتوى كلّ وفق الطريقة التي يرغبها ويمكن من خلالها الوصول الى المعلومات وزيادة التحصيل المعرفي والمهاري، ولان التعليم المتميز باستخدام الانشطة المتدرجة يوفر فرصة للتعاون بين طلاب المجموعة الواحدة والتنافس مع المجموعات الاخرى مما زاد في رغبتهم للتعلم وتحسين مستواهم المعرفي والمهاري ، كما ان هذا النوع من التعليم يتيح للطلاب ذوي التحصيل والاداء المنخفض الاختلاط والاستفادة من المدرس ومن زملائهم مرتفعي التحصيل للحصول على المعلومات والاداء الافضل والاستفادة من خبرتهم.

وهذا ما اكده (مسلم محمد ، عبد الواحد محمود) في ان للتعليم المتميز دوراً كبيراً في ما يمارسه الطلاب من عمليات وأنشطة مختلفة أثناء التعلم ، كما أن هناك اعتماداً ذاتياً وجماعياً ومسؤولية فردية وجماعية بين أفراد المجموعة في تعلم المعلومات وإتقانها ،

فضلاً عن استخدام التقويم المستمر والتعزيز الإيجابي والمعنوي ، مما ساعد على رفع كفاية الطلاب وزاد من مواصلتهم بأداء الأنشطة التطبيقية (٦: ٢٢١) ، كذلك دور المدرس في أثناء تطبيق التمارين وتصحيح الأخطاء وإعطاء التوجيهات وتقييم مستوى الأداء المهاري للطلاب والتحول من تمرين مهاري إلى آخر ، والتدرج بالتمارين حسب مستويات الطلاب والربط بين المهارات الفنية بصورة متسلسلة ومنظمة، مما يجعل التركيز في الأداء تحت إشراف المجموعة وهذا ما يزيد ويرفع عاملي الدقة والتركيز عند تنفيذ المهمات والواجبات التعليمية بصورة أفضل ، حيث يتعامل هذا النوع من التعليم مع الطالب بصورة فعالة تتعدى كونهم تلقياً سلبياً، ويتم تفعيل دوره في عملية التعلم إذ يكون الطالب مشاركاً نشطاً في عملية التعلم وليس مجرد مستقبل للمعلومات ، وهذا ما أكدته (فراس عجيل) نقلاً عن (ظافر هاشم) أن الطلاب تزداد قدرتهم على الأداء من خلال تزويدهم بالمعلومات الفردية والجماعية اللفظية والبصرية والحركية من قبل المدرس مباشرةً ، وأن الطالب يتعلم من خلال النظر إلى طالب آخر، عندما يقوم بالأداء الصحيح وتصحيح الأخطاء. (٧: ٨٢)

#### ٤- الاستنتاجات والتوصيات :

##### ٤-١ الاستنتاجات :

بعد العرض والتحليل والمناقشة وفي ضوء النتائج التي حصل عليها الباحثان توصلنا إلى الاستنتاجات الآتية :

١. إن التعليم المتميز باستخدام الأنشطة المتدرجة فعال وله تأثير كبير في تعلم المهارات الخاصة بكرة القدم للصالات.
٢. أن التقسيم الجيد للمتعلمين كان له الدور الإيجابي في التعاون المثمر بين المتعلمين انفسهم.
٣. وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والتي تعلمت وفقاً للأنشطة المتدرجة في تعليم مهارتي التمير والتهديف بكرة القدم للصالات .
٤. هناك أفضلية للمنهج التعليمي الخاص بالتعليم المتميز باستخدام الأنشطة المتدرجة في تعلم تعليم مهارتي التمير والتهديف بكرة القدم للصالات .

##### ٥-٢ التوصيات :

- في ضوء نتائج البحث التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان بالآتي :
١. اعتماد التعليم المتميز في تعليم الطلبة مهارات كرة القدم للصالات ضمن المنهج الدراسي في منتديات الشباب وطلاب المرحلة المتوسطة.
  ٢. ضرورة التنوع في استخدام طرائق التدريس وأساليب التعلم في المراحل الدراسية المختلفة.

٣. إقامة دورات وندوات تعريفية لهيئات التدريس في الجامعات لاطلاعهم على مميزات التدريس بالتعليم المتميز وتشجيعهم على استخدام نماذجه في أثناء عملهم في التدريس.
٤. ضرورة تضمين مفردات طرائق تدريس التربية البدنية في مناهج إعداد المعلمين والمدرسين موضوعاً حول التعليم المتميز وتطبيقاته في تدريس التربية البدنية .
٥. إجراء دراسات مشابهة في تحديد تأثير التعليم المتميز باستعمال الاساليب الأخرى التي يتضمنها في تعليم المهارات المختلفة لكرة القدم للصالات .
٦. إجراء دراسات مشابهة باستخدام التعليم المتميز على فئات عمرية مختلفة والعباب رياضية أخرى .

#### المصادر والمراجع :

- ١- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل الراتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٩٩.
- ٢- بنيامين وآخرون : قيم تعليم الطالب الجامعي ، (ترجمة) محمد أمين وآخرون ، دار الكتب ، ماروهيل ، ١٩٨٧.
- ٣- احمد فاهم نغيشالزالمي: تأثير منهج تدريبي مقترح في تطوير بعض الصفات البدنية الخاصة للاعبات خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٩.
- ٤- مجيد خديخش اسد : بناء بطاريتي اختبار اللياقة البدنية والمهارات الاساسية في خماسي كرة القدم للاعبين فرق المدارس الابتدائية في مدينة السليمانية ، اطروحة دكتوراه ، جامعة سليمانية، ٢٠٠٨.
- ٥- فؤاد حطب : معجم علم النفس والتربية ، المجمع العلمي ، القاهرة ، ١٩٨٤.
- ٦- مسلم محمد جاسم ، عبد الواحد محمود محمد : فاعلية ستراتيجيتي الدعائم التعليمية والتعليم المتميز في تحصيل طلاب الصف الثاني المتوسط في مادة الفيزياء ، بحث منشور ، جامعة القادسية ، ٢٠١٦.
- ٧- فراس عجبل ياور: تأثير استراتيجية التعليم المتميز المعرفية في التحصيل المعرفي واكتساب الأداء المهني في فعالية السباحة الحرة ، اطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الانبار، ٢٠١٦.

## تحديد درجات ومستويات معيارية لبعض المؤشرات البيوكيميائية والمهارية لانتقاء لاعبي التنس الأرضي الناشئين في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب

*Determination of standard levels and levels of  
some biochemical and skill indicators for the  
selection of emerging tennis players in the  
Middle and South Euphrates regions*

أ.د أمجاد عبد الحميد الماجد  
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية  
أ.م.د عبد الرزاق جبر الماجدي  
كلية الإسراء الجامعة  
م.م أحمد حسين غانم  
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية  
م ٢٠١٧

Prof.Dr. Amjad Abdul Hameed Al-Majed  
Asst. Prof.Dr. Abdul Razzaq Jabr Al Majdi  
Ahmed Hussein Ghanim Al-Nasrawe

### مستخلص البحث:

تحظى لعبة التنس الأرضي بمكانة مرموقة لدى مختلف الشعوب واهتمام واسع وكبير من لدن الدول والجمهور العريض وخطت خطوات واسعة نحو الرقي والتقدم وعلى المستويات كافة وإن هذا التقدم جاء نتيجة اعتماد النهج العلمي وتسخير العلوم المرتبطة لخدمة هذه الفعالية ، وتجلت أهمية البحث في تحديد مؤشرات بيوكيميائية ومهارية تتلاءم وقدرات اللاعبين في هذه الفئة (الناشئين) لغرض الانتقاء ، فضلاً عن تقنين هذه المؤشرات ووضع المستويات المعيارية الملائمة لمفرداتها ، أما مشكلة البحث فتجسدت في اختيار لاعبين لا يؤمل فيهم مستقبل جيد من خلال إهمال الجانب البيوكيميائي للناشئ مما يؤدي إلى هدر في

الجهد والوقت والمال وبالمقابل سنفقد طاقات ومواهب واعدة نتأمل فيها مستقبلاً زاهراً، وهدف البحث الى تحديد أهم المؤشرات البيوكيميائية والمهارية للاعبين التنس الناشئين وتقنينها واستخدام الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية، وتكونت عينة البحث من (٩٠) لاعباً بأعمار (١٣-١٤) سنة في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب وبعد استبعاد (٥) لاعبين لأسباب تم ذكرها بالتفصيل استقرت العينة على (٨٥) لاعباً، وأوضح الباحثون خطوات تنفيذ البحث ثم تم إجراء التجربة الاستطلاعية والتجربة الرئيسية ، وأوضح الباحثون الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث ، وبعد المعالجات الإحصائية وعرض النتائج الخاصة بالمستويات المعيارية تم التوصل إلى أهم الاستنتاجات الآتية:

- ١- تحديد الدرجات والمستويات المعيارية للمؤشرات النهائية المستخلصة.
  - ٢- إن المؤشرات المستخلصة تتميز بسهولة من خلال الإدارة والتطبيق فضلاً عن إنها تتلاءم مع البيئة العراقية بشكل كبير.
- ويوصي الباحثون بـ :
- ١- اعتماد المؤشرات البيوكيميائية والمهارية لانتقاء لاعبي التنس الأرضي بأعمار (١٣-١٤) سنة في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب.
  - ٢- استخدام المعايير التي تم التوصل إليها من خلال الجداول المعيارية التي وضعها الباحثون للمؤشرات واعتمادها في عملية الانتقاء والمتابعة والتقييم للوقوف على المستوى الحقيقي للاعبين بهذه الأعمار.

## Abstract

The game of tennis is a place of great prestige among the various peoples and the interest of large and large countries and the public and took great strides towards progress and progress on all levels and this progress was the result of the adoption of scientific approach and harnessing the sciences associated with this service, The importance of research in the identification of biochemical and technical indicators suitable for the abilities of players in this category (beginners) for selection, as well as the codification of these indicators and the development of standard standards appropriate to the vocabulary, the problem of the search embodied in the selection of players do not hope for a good future by neglecting the biochemical side of the young Leads to waste of effort, time and money and in return we will lose energies and promising talents to contemplate a bright future, The sample consisted of (90) players aged between (13-14) years in the regions of the Euphrates

Central and South, and after the exclusion of (5) players for the reasons mentioned in detail, and the researcher explained the statistical methods used in the research. After the statistical treatments and the presentation of the results of the standard levels, the following main conclusions were reached :

- Determine the grades and standard levels of the final indicators extracted.
- The indicators extracted are characterized by ease through management and application, as well as it is compatible with the Iraqi environment significantly.

The researchers recommend:

- Adopting biochemical and skillful indicators for the selection of tennis players aged (13-14) years in the Middle and South Euphrates regions.
- Use the criteria reached through the standard tables developed by researchers for indicators and adoption in the selection and follow-up and evaluation to determine the real level of players of these ages.

## ١ - التعريف بالبحث

### ١ - ١ مقدمة البحث وأهميته :

شهدت الألعاب الرياضية تقدماً متزايداً في الإنجازات ومستويات الأداء الحركي، وأصبح هذا التقدم مرتبطاً بنتائج الدراسات والبحوث العلمية وإتباع التحليل والتخطيط العلمي المستمر من أجل الارتقاء بمستوى وقابليات الرياضيين وتطوير مستوى الأداء البدني والمهاري والخططي والنفسي والوظيفي لأجهزة جسم الرياضي، أما في لعبة التنس الأرضي فتظهر جلياً المؤشرات البيوكيميائية لدى اللاعب والتي يجب أن تكون بمستوى عالٍ من خلال زيادة نشاط الأنزيمات والهرمونات ومواد الطاقة التي تشترك في عمليات التمثيل الغذائي لتحقيق التكيفات في أجهزة الجسم الحيوية وأعضائها لكي تواجه التعب الناتج عن التدريب البدني ويظهر ذلك من خلال التطبيق الصحيح والدقيق والأداء الناجح والمؤثر للمهارات الأساسية لدى اللاعب كالإرسال الذي يعد المفتاح الأساس للعب فضلاً عن الضربة الأمامية والخلفية وبقية المهارات الأخرى لتشكل له قاعدة أساسية في اللعبة.

وتكمن أهمية البحث في تحديد درجات ومستويات معيارية للاعب التنس الأرضي لبعض المهارات الأساسية والبيوكيميائية التي تعد مؤشراً للانتقاء يستند عليه المدربون والمختصون في مجال اللعبة هذا وتعد المؤشرات البيوكيميائية عاملاً فسيولوجياً هاماً يتم الاعتماد عليه في عملية الانتقاء للانتقاء بمستوى اللعبة على الصعيد المحلي من أجل تحقيق الانجاز الأفضل.

#### ١ - ٢ مشكلة البحث :

إن أداء بعض المهارات الأساسية في لعبة التنس الأرضي لم تكن بالشكل الذي يعطي فكرة على إن هناك تكامل في قدرات اللاعبين الفسيولوجية والبيوكيميائية فضلاً عن ندرة استخدام الأسس العلمية الصحيحة للانتقاء للاعبين المتمثلة بالقياسات المخبرية أو السريرية الخاصة باللعبة ، ومن خلال خبرة الباحثين في اللعبة بالتخصصين (النظري والعملي) ومتابعة طرائق ووسائل اختيار الناشئين بهذه اللعبة لاحظوا أنها مازالت رهينة الاجتهاد الشخصي والمعايير الذاتية ، وهناك مشكلة بارزة تتمثل في اختيار لاعبين لا يؤمل فيهم مستقبل جيد من خلال إهمال الجانب الوظيفي والبيوكيميائي للناشئ مما يؤدي إلى هدر في الجهد والوقت والمال وبالمقابل سنفقد طاقات ومواهب واعدة نتأمل فيها مستقبلاً زاهراً.

#### ١ - ٣ أهداف البحث :

١ - تحديد درجات ومستويات معيارية لبعض المؤشرات البيوكيميائية والمهارية للاعب التنس الأرضي.

#### ١ - ٤ مجالات البحث :

١ - ٤ - ١ المجال البشري : لاعبو التنس الأرضي الناشئين بأعمار (١٣-١٤) سنة في منطقة الفرات الأوسط والمنطقة الجنوبية (٢٠١٦ - ٢٠١٧).

١ - ٤ - ٢ المجال الزمني : (٢٠١٧/١/١٠ إلى ٢٠١٧/٣/١٠) .

١ - ٤ - ٣ المجال المكاني : ملاعب وساحات التنس الأرضي في محافظات الجنوب والفرات الأوسط.

٢ - منهج البحث وإجراءاته الميدانية:-

#### ٢ - ١ منهج البحث:

إن المنهج الذي يختاره الباحث يجب أن يكون ملائماً لحل مشكلة ما، والمنهج هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه الذي يمكن من خلاله التوصل الى حل مشكلة البحث، (١: ٨١) لذا اعتمد الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، فالمنهج الوصفي " يتضمن دراسة الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة الظاهرة، ولا تقتصر هذه الدراسات الوصفية على معرفة خصائص الظاهرة بل تتجاوز ذلك إلى معرفة المتغيرات والعوامل التي تتسبب في وجود الظاهرة" (٢ : ٣٣).

## ٢ - ٢ مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي التنس الأرضي في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب لعام ٢٠١٧ وشملت محافظات ( كربلاء ، بابل ، القادسية ، المثنى ، ميسان ، البصرة ) بأعمار ١٣-١٤ سنة والبالغ عددهم ٩٠ لاعبا ، إذ تم اختيار العينة بالطريقة العمدية والتي تمثل المجتمع الكلي وذلك لان طبيعة الدراسة وأسلوب حل المشكلة يتطلب عينة مناسبة إذ كلما زاد عدد أفراد العينة كلما كانت النتائج أكثر دقة وبذلك تم دراسة المجتمع ككل ، وتم استبعاد محافظتين وهما كل من محافظة النجف كونها معاقبة من قبل الاتحاد المركزي العراقي ومنعها من إجراء أي نشاط وكذلك محافظة ذي قار كونها لا تحتوي على الفئة العمرية الخاصة بالدراسة ، فضلاً عن استبعاد (٥) لاعبين من مجتمع البحث بسبب الامتناع عن سحب الدم وعدم استقرار معدل ضربات القلب والضغط لديهم قبل الشروع بأجراء الاختبارات والقياسات ، إذ تم تطبيق الاختبارات والقياسات بشكل نهائي على (٨٥) لاعبا من العينة ، والجدول (١) يبين توزيع مجتمع البحث بشكل مفصل.

جدول (١) يبين عدد مجتمع البحث وعينته وتوزيعهم

ت	اسم النادي	العدد	عينة التجارب الاستطلاعية	عينة البناء	عينة التقنين (المعايير والمستويات)	اللاعبون المستبعدون
١	بابل	١٨	—	١٧	١٧	١
٢	كربلاء	٢٠	—	١٨	١٨	٢
٣	القادسية	٨	—	٧	٧	١
٤	المثنى	٩	—	٩	٩	—
٥	ميسان	٢٥	١٠	١٠	٢٥	—
٦	البصرة	١٠	—	٩	٩	١
	المجموع الكلي	٩٠	١٠	٧٠	٨٥	٥

وتجدر الإشارة هنا إلى إن عينة التقنين تبلغ (١٥) لاعباً إذا تم جمع نتائج عينة الاستطلاع مع عينة البناء كوحدة واحدة وإضافتها الى عينة التقنين واستخراج المعايير والمستويات لهم ككل.

## ٢ - ٣ تحديد المتغيرات البيوكيميائية والمهارية واختباراتها:

بعد الاطلاع على البحوث العلمية والعديد من المصادر والمراجع والأدبيات والدراسات السابقة والتي تناولت المتغيرات البيوكيميائية والمهارية عمد الباحثون الى عمل تحليل المحتوى للمتغيرات المبحوثة فضلاً عن أن الباحثين ذوي التخصص الدقيق في مجال الفسلجة والاختبار والقياس والعباب المضرب، إذ تم الاتفاق على المتغيرات المبحوثة واختباراتها بشكلها النهائي وكما مبين في جدول(٢).

### جدول (٢) يبين المتغيرات البيوكيميائية والمهارية واختباراتها

الاختبارات	المؤشرات	ت
سحب الدم قبل وبعد الجهد البدني	CPK كرياتين فوسفو كاينيز	البيوكيميائية ١
	LDH لاكتات ديهيدروجينيز	
اختبار الإرسال للإتحاد الدولي	الإرسال (المستقيم)	المهارية ٢

## ٢- ٤ الأسس العلمية للاختبارات:-

لغرض التأكد من سلامة الاختبارات والقياسات قيد البحث عمد الباحثين الى إجراء الاختبارات على عينة مكونه من (١٠) لاعبين في يوم الخميس بتاريخ ٢٠١٧/١/٢٦ وذلك لتنقيح الإجراءات الميدانية قبل الخوض في جمع المعلومات فضلاً عن التحقق من دقة الأجهزة والأدوات المستخدمة وسلامته او مدى ملائمة الاختبارات للعينة قيد الدراسة والتعرف على الصعوبات التي تواجه العينة والباحثين أثناء التطبيق هذا وعمد الباحثون الى إعادة الاختبارات بعد مرور سبعة أيام في يوم الخميس بتاريخ ٢٠١٧/٢/٢ مستخدمين نتائجها في التحقق من الصدق والثبات والموضوعية وكما مبين في الجدول(٣).

## جدول (٣)

يبين معاملات الصدق والثبات والموضوعية للاختبارات والقياسات قيد البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	معامل الصدق	sig	معامل الثبات	sig	معامل الموضوعية	sig
١	البيوكيميائية	Cpk بعد الجهد	L/U	٠,٩٥	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	93٠0	٠,٠٠٠
		Ldh بعد الجهد	L/U	٠,٩٦	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	93٠0	٠,٠٠٠
٢	المهارية (الإرسال)	درجة	٠,٩٥	٠,٠٠٠	92٠0	٠,٠٠٠	93٠0	٠,٠٠٠

٢ - ٥ توصيف الاختبارات والقياسات البيوكيميائية والمهارية للاعبين التنس الأرضي في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب :-

❖ المؤشرات البيوكيميائية:

▪ سحب الدم :

يتم إجراء سحب الدم من اللاعبين بمقدار (٥) سي سي من كل لاعب بعد الجهد لغرض القياسات البيوكيميائية وبإشراف المختبريين والكيميائيين، ويتم تسجيل أسماء اللاعبين في استمارة تسجيل البيانات إذ يعطى لكل لاعب أنبوبتان (أنبوبة الاختبار test tube) يسجل على أحدهما رقم واحد (وتعني اختبار Cpk) والأخرى رقم اثنان وتعني (اختبار Ldh)، يتم سحب الدم من اللاعب بعد الجهد البدني بزمن قدره من ٣-٥ دقيقة بعد المناداة عليه من قبل فريق العمل المساعد ويوضع في أنبوبة الاختبار المرقمة والمخصصة لكل مؤشر وهكذا لبقية اللاعبين، لاستخراج نتائج الـ Cpk و Ldh ويوضع الدم بعد ذلك في حاوية التبريد (callbox) لكي يتم المحافظة عليه ومن ثم ينقل الدم إلى المختبرات لإجراء التحليلات الخاصة بمتغيرات الدراسة.

١- قياس أنزيم كرياتين فوسفو كاينيز CPK :

نقوم بسحب (٣٥) مايكرون ثم نقوم بتثبيت الشريط داخل جهاز الرفلو (Reflometer) ثم نقوم بوضع السيرم من بعد سحبه على الشريط ونغلق الجهاز ،

ويستغرق وقت الحصول على النتيجة (١٢٠) ثانية ، علماً أن وحدة القياس الخاصة بتحليل **CPK** هي U/L وحدة الدولية ملي لتر.

## ٢- قياس أنزيم لاكتات ديهيدروجيناز LDH :

نضع عينة الدم التي تم سحبها من اللاعب في أنبوبة خاصة تحتوي على مادة (جل) للحصول على كمية مصل نقية وعزل كريات الدم الحمراء Rbc وبعد ذلك من خلال عملية الفصل في جهاز الطرد المركزي نأخذ كمية من المصل حوالي (١٠٠) مايكرون ونضعها في (Cantube) ونضع المصل في الجهاز ونقوم بتحديد الفحص للـ LDH في جهاز الـ (B5200) وبعد الانتهاء يتم الحصول على النتيجة ، يكون مستوى الفحص على طول موجي nm ٣٤٠-٤٥٠ ، وتكون عملية التفاعل Recatypic Kinetic ، إن وحدة القياس الخاصة بتحليل LDH هي U/L وحدة الدولية ملي لتر.

## اختبار الإرسال للاتحاد الدولي (٢٣:٣)

### الهدف من الاختبار: قياس دقة وعمق الإرسال

الأدوات والأجهزة : ملعب تنس نظامي ، مضارب تنس ، كرات تنس ، شريط قياس ، استمارة تسجيل .

مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف خط القاعدة وفي المكان المخصص للإرسال إذ يقوم بأداء (٦) ارسالات من الجانب الأيمن و (٦) ارسالات من الجانب الأيسر، (٣) ارسالات لكل منطقة..

### التسجيل :

- يتم احتساب نقطتين لكل كرة تدخل منطقة الإرسال وأربع نقاط إذا كانت الطبقة الأولى في منطقة المقصودة من مناطق الإرسال الأربع الموجودة في مربع الإرسال (منطقة الهدف) .
- يتم احتساب نقطة إضافية إذا كانت الطبقة الأولى في مربع الإرسال و الطبقة الثانية في منطقة النقطة الإضافية الواحدة و يتم مضاعفة النقاط إذا كانت الطبقة الأولى في مربع الإرسال و الثانية في منطقة القوة لمضاعفة النقاط .

## ٢ - ٦ إجراءات التجربة الرئيسية:

بعد الانتهاء من الإجراءات التي تؤهل القيام بالتجربة الرئيسية والتي أكدت صلاحية الاختبارات والأجهزة والأدوات المستخدمة عمد الباحثون الى إجراء الاختبارات على عينة التحليل الإحصائي ( البناء ) والتي قوامها (٧٠) لاعباً من لاعبي التنس في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب للعام ٢٠١٧ .

تم تطبيق الاختبارات والقياسات للمتغيرات المبحوثة في يوم الاثنين الموافق ٢٠١٧/٢/٦ ولغاية يوم الأحد الموافق ٢٠١٧/٢/١٩ ، وحسب التسلسل المنطقي الذي اتفق عليه الباحثون وعلى النحو العلمي السليم الذي لا يسبب الإجهاد لعينة البحث وفريق العمل المساعد، وبعد الانتهاء من الاختبارات وإتمام التجربة الرئيسية تم تفريغ استمارات الاختبارات والقياسات والاتجاه نحو إجراء المعالجات الإحصائية.

## ٢ - ٦ - ١ صلاحية الاختبارات:-

### • القدرة التمييزية للاختبارات :-

لغرض التأكد من قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعة ذات المستوى المرتفع وذات المستوى المنخفض، عمد الباحثون إلى ترتيب الدرجات الخام التي حصل عليها أفراد العينة والبالغ عددهم (٨٥) لاعباً ترتيباً تنازلياً ، وتم اختيار (٢٧ %) من الدرجات العليا و (٢٧ %) من الدرجات الدنيا وقد مثلت (١٨,٩) وتم تقريبها الى (١٩) لاعباً لكل من المجموعتين العليا والدنيا وبالتالي تم استخدام اختبار (t ، test) للعينات المستقلة غير المترابطة بين المجموعتين العليا والدنيا ومن خلال مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (ن + ن - ٢) = (٢ - ١٩ + ١٩) = ٣٦ ومستوى دلالة (٠,٠٥) وبالقيمة (٢,٠٢) ، إذ ظهرت إن جميع الاختبارات مميزة لكون قيمتها المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية ، والجدول (٤) يبين ذلك .

جدول (٤) يبين القدرة التمييزية للاختبارات البيوكيميائية والمهارة قيد البحث

الدلالة	sig	(ت) المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الاختبارات المرشحة	ت	المتغيرات
			ع±	س	ع±	س			
مميز	٠,٠	٩,٨٨	٦,٦	٦١,٩٨	٢,١	١٢٠,٦	Cpk بعد الجهد	١	البيوكيميائية
	٠		٤		٠	٣			
مميز	٠,٠	١١,٢٦	٤,٣	٣٩١,٨	٣,٩	٤٩٠,١	Ldh بعد الجهد	٢	
	٠		١	٩	٨	٦			
مميز	٠,٠	١٦,٧٨	٢,٤	٤٥,٧٩	٣,٦	٦٢,٧٤	اختبار الإرسال للاتحاد الدولي	٣	المهارة
	٠		٢		٨				

## ٢ - ٧ الوسائل الإحصائية المستخدمة بالبحث:

تم استخدام نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS) الإصدار (V20) وتم آلياً حساب كل من قيم :

(الوسيط ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، معامل الالتواء، اختبار (ت) للعينات غير المترابطة ، قوانين الدرجات الزائفة والمعدلة .

٣ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

### ٣ - ١ مواصفات الاختبارات والقياسات المبحوثة لعينة البناء :-

عمد الباحثون الى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الوسيط وفق كل اختبار لاستخراج قيمة معامل الالتواء كمؤشر لتوزيع وانتشار نتائج العينة في الاختبارات قيد الدراسة، ويلحظ أن نتائج العينة لكل اختبار لم تكن ملتوية بدرجة كبيرة إنما هي أقرب للتوزيع الطبيعي لأن "الالتواء في المنحنى المعتدل يمتد بين  $(3 \pm)$ " (٤ : ٣٨) مما يدل على أن الاختبارات جميعها تقع تحت المنحنى الاعتدالي وكما موضح في الجدول (٥).

الجدول (٥) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط وقيمة معامل الالتواء للاختبارات والقياسات المرشحة لعينة البناء

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الحسابي	وحدة القياس	اسم الاختبار	ت
-1.22	2.92	٩٢,٣٥	91.16	U/L	Cpk بعد الجهد	٨
6.42	4.17	٣١١	319.93	U/L	Ldh بعد الجهد	١٠
-0.06	6.94	٥٤,٠٠	53.86	درجة	اختبار الإرسال للإتحاد الدولي	١٢

ن=٧٠)

٣ - ٢ عرض نتائج الدرجات والمستويات المعيارية للمؤشرات البيوكيميائية والمهارية وتحليلها ومناقشتها:

بعد أن استخرج الباحثون نتائج عينة التطبيق البالغة (85) لاعبا والدرجة المعيارية المعدلة بغية إيجاد التقنين وذلك بتحديد الدرجات والمستويات المعيارية للمؤشرات البيوكيميائية والمهارية بعد أن جرى التحقق من توزيعها الطبيعي يعرض الباحثون المعالم الإحصائية للمؤشرات المبحوثة وكالاتي :

## الجدول (٦)

قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط وقيمة معامل الالتواء للمؤشرات البيوكيميائية والمهارية

ت	اسم الاختبار	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	Cpk بعد الجهد	U/L	91.32	٩٠,٧١	2.96	0.61
٢	Ldh بعد الجهد	U/L	328.52	٣٢٩,٠	4.51	-0.31
٣	اختبار الإرسال للاتحاد الدولي	درجة	53.87	٥٤,٠٠	7.06	-0.05

ن = (٨٥)

٣ - ٢ - ١ عرض نتائج الدرجات والمستويات المعيارية لمؤشر Cpk بعد الجهد وتحليلها ومناقشتها:

بما أن الوسط الحسابي للدرجات المعيارية كان (0) والانحراف المعياري (1) وأن قيمها محصورة بين (+3) مما يعني إن درجات الاختبار المعيارية تقع ضمن المستوى الاعتدالي (الطبيعي) ، إذ تم استخراج هذه القيم من خلال حصول اللاعب على الدرجة الخام وما يقابلها في الحقل الأخير من الجدول الذي يمثل درجة المؤشر بعد تعديل الدرجات المعيارية وفق معادلة (الدرجة الزائفة  $\times 10 + 50$ ) ، ولغرض التعرف على المستويات المعيارية لمؤشر Cpk بعد الجهد، تم تبويب البيانات ووضع المستويات المعيارية والتكرارات لها استناداً لقيم الدرجات المعيارية الزائفة وكما مبين في الجدول (٧) :

جدول (٧) يبين المستويات المعيارية لمؤشر Cpk بعد الجهد

الدرجة المعيارية	الدرجة المعيارية المعدلة	المستوى المعيارى	عدد اللاعبين (التكرارات)	النسبة المئوية
(- 2) فما دون	29 فما دون	ضعيف جداً	2	2.35 %
(- 1.99) - (- 1)	39-30	ضعيف	9	10.59 %
(- 0.99) - (0)	49-40	مقبول	40	47.06 %
(1) - (0.01)	59-50	متوسط	13	15.29 %
(2) - (1.01)	69-60	جيد	21	24.71 %
(2.01) فما فوق	70 فما فوق	جيد جداً	0	0 %

(ن = 85) (س = 0) ( $\pm$  ع = 1)

يتبين من الجدول (٩) أن عدد اللاعبين ضمن مستوى ضعيف جداً (2) بنسبة مئوية (2.35%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى ضعيف (9) بنسبة مئوية (10.59%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى مقبول (40) بنسبة مئوية (47.06%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى متوسط (13) بنسبة مئوية (15.29%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى جيد (21) بنسبة مئوية (24.71%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى جيد جداً (0) بنسبة مئوية (0%) .

وعلى ضوء ما تقدم من عرض و تحليل النتائج نلاحظ أن عينة البحث انحصرت نتائجها (لمؤشر Cpk بعد الجهد) ضمن المستويات (مقبول،متوسط،جيد) ويعزو الباحثون ذلك الى إن خصوصية اللعبة وما تتطلبه طبيعة المباراة من خلال الاستمرار بالأداء المتكرر والمتمثل بالتحرك داخل الملعب وأداء المهارات لذا يتطلب من اللاعب عمل لاواكسجيني وبالتالي يؤدي الى زيادة في تركيز الـ Cpk في الدم الذي يساعد في تحرير الطاقة عن طريق إعادة بناء الـ ATP وكما ذكرنا أن الراحة بين الأشواط لا تكفي اللاعب للعودة الى الحالة الطبيعية فتحدث زيادة اكبر في مستوى إنزيم الـ Cpk وان خصوصية اللعبة تتطلب التحرير السريع للطاقة للقيام بالمجهود البدني أثناء المباراة إذ أن أنزيم CPK يعتبر من العوامل المهمة والمباشرة في الإسراع بتحرير الطاقة في الجسم عن طريق إعادة بناء ATP ، إذ " يعتمد النظام الفوسفاتي في إعادة بناء ATP على المركب الكيميائي فوسفات الكرياتين فيقوم إنزيم ( CPK ) بنقل مجموعة الفوسفات من المركب فوسفات الكرياتين (CP) الى ثنائي فوسفات الادينوسين (ADP) لتكوين ثلاثي فوسفات الادينوسين (ATP) والكرياتين (Creatine) وبالعكس". (٥ : ١٦٥)

٣ - ٢ - ٢ عرض نتائج الدرجات والمستويات المعيارية لمؤشر Ldh بعد الجهد وتحليلها ومناقشتها:

بما أن الوسط الحسابي للدرجات المعيارية كان (0) والانحراف المعياري (1) وأن قيمها محصورة بين (+3) مما يعني إن درجات الاختبار المعيارية تقع ضمن المستوى الاعتدالي (الطبيعي) ، إذ تم استخراج هذه القيم من خلال حصول اللاعب على الدرجة الخام وما يقابلها في الحقل الأخير من الجدول الذي يمثل درجة المؤشر بعد تعديل الدرجات المعيارية وفق معادلة (الدرجة الزائنية  $10 \times + 50$ ) ، ولغرض التعرف على المستويات المعيارية لمؤشر Ldh بعد الجهد، تم تبويب البيانات ووضع المستويات المعيارية والتكرارات لها استنادا لقيم الدرجات المعيارية الزائنية وكما مبين في الجدول (٨) :

جدول (٨) يبين المستويات المعيارية لمؤشر Ldh بعد الجهد

النسبة المئوية	عدد اللاعبين (التكرارات)	المستوى المعياري	الدرجة المعيارية المعدلة	الدرجة المعيارية
0 %	0	ضعيف جداً	29 فما دون	(- 2) فما دون
24.71 %	21	ضعيف	39-30	(- 1.99) - (- 1)
24.71 %	21	مقبول	49-40	(- 0.99) - (0)
32.94 %	28	متوسط	59-50	(0.01) - (1)
17.65 %	15	جيد	69-60	(1.01) - (2)
0 %	0	جيد جداً	70 فما فوق	(2.01) فما فوق

(85 = ن) (0 = س) (1 = ع ±)

يتبين من الجدول (١١) أن عدد اللاعبين ضمن مستوى ضعيف جداً (0) بنسبة مئوية (0%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى ضعيف (21) بنسبة مئوية (24.71%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى مقبول (21) بنسبة مئوية (24.71%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى متوسط (28) بنسبة مئوية (32.94%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى جيد (15) بنسبة مئوية (17.65%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى جيد جداً (0) بنسبة مئوية (6%) .

وعلى ضوء ما تقدم من عرض و تحليل النتائج نلاحظ أن عينة البحث انحصرت نتائجها (لمؤشر Ldh بعد الجهد) ضمن المستويات (مقبول، متوسط، جيد) ويعزو الباحثون ذلك عندما يكون ثمة نشاط عضلي كبير فان كمية الأوكسجين في العضلات تكون قليلة جداً بحيث لا يمكن أن تصل بسرعة الى المايثوكوندريا لأكسدة NADH الناتج عن مسار الكلايكوليز ففي هذه الحالة فان اللاكتيت ديهيدروجينيز من نوع (LDH - M4) مصدر العضلات يحول كمية عالية من البايروفيت الى لاكتيك.

وهذا ما يفسر زيادة نشاط إنزيم (LDH) بعد الجهد البدني ، إذ يتفق الباحثون مع ما جاء به (بهاء الدين إبراهيم سلامة ١٩٩٩) في انه عند قيام الفرد بجهد بدني يزداد خروج الكلوكوز من الكبد نتيجة هذا الجهد إذ يزداد معدل الهدم وبناء الكلوكوز (تمثيل الكلوكوز) ، وقد بينت التجارب إن زيادة تحلل الكلوكوز من كلايوجين الكبد تتم بمساعدة مجموعة من الإنزيمات ، ومنها إنزيم اللاكتيت ديهيدروجينيز والتي يزداد نشاطه مع عمليات التدريب التي يخضع لها الفرد الرياضي.(٥ : ٣٠)

٣ - ٢ - ٣ عرض نتائج الدرجات والمستويات المعيارية لاختبار الإرسال للاتحاد الدولي وتحليلها ومناقشتها:

بما أن الوسط الحسابي للدرجات المعيارية كان (0) والانحراف المعياري (1) وأن قيمها محصورة بين (+3) مما يعني إن درجات الاختبار المعيارية تقع ضمن المستوى الاعتدالي (الطبيعي) ، إذ تم استخراج هذه القيم من خلال حصول اللاعب على الدرجة الخام وما يقابلها في الحقل الأخير من الجدول الذي يمثل درجة المؤشر بعد تعديل الدرجات المعيارية وفق معادلة (الدرجة الزائفة  $\times 10 + 50$ ) ، ولغرض التعرف على المستويات المعيارية لاختبار الإرسال للاتحاد الدولي، تم تبويب البيانات ووضع المستويات المعيارية والتكرارات لها استنادا لقيم الدرجات المعيارية الزائفة وكما مبين في الجدول (٩) :

جدول (٩) يبين المستويات المعيارية لاختبار الإرسال للاتحاد الدولي

النسبة المئوية	عدد اللاعبين (التكرارات)	المستوى المعياري	الدرجة المعيارية المعدلة	الدرجة المعيارية
0 %	0	ضعيف جداً	29 فما دون	(- 2) فما دون
15.29 %	13	ضعيف	39-30	(- 1.99) - (- 1)
29.41 %	25	مقبول	49-40	(- 0.99) - (0)
38.82 %	33	متوسط	59-50	(0.01) - (1)
11.76 %	10	جيد	69-60	(1.01) - (2)
4.71 %	4	جيد جداً	70 فما فوق	(2.01) فما فوق

(85 = ن) (0 = س) ( $\pm$  ع = 1)

يتبين من الجدول (١٣) أن عدد اللاعبين ضمن مستوى ضعيف جداً (0) بنسبة مئوية (0%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى ضعيف (13) بنسبة مئوية (15.29%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى مقبول (25) بنسبة مئوية (29.41%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى متوسط (33) بنسبة مئوية (38.82%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى جيد (10) بنسبة مئوية (11.76%) ، وكان عدد اللاعبين ضمن مستوى جيد جداً (4) بنسبة مئوية (4.71%) .

وعلى ضوء ما تقدم من عرض و تحليل النتائج نلاحظ أن عينة البحث انحصرت نتائجها في (اختبار الإرسال للاتحاد الدولي) ضمن المستويات (مقبول،متوسط،جيد) ويعزو الباحثون ذلك أن الدقة في مهارات التنس الأرضي تعد من الأولويات التي

يجب على اللاعب أن يتقنها بدرجة عالية في كل المهارات الأساسية واغلب المهارات الثانوية ففي مهارة الإرسال ترجح الدقة على السرعة فأن اغلب المعلومات والتدريبات التي يزود المدرب بها اللاعب هي دقة ضربات الإرسال من خلال رفع إمكانية اللاعب في وضع الكرات المرسله داخل مستطيل الإرسال ، أولاً لنجاح اللاعب في وضع الكرة داخل المنطقة المخصصة للإرسال وثانياً لزيادة الصعوبة من خلال وضع الكرات في المناطق التي تشكل تعقيداً على اللاعب المرسل في الوصول الى الكرة وإرجاعها وكلما زادت دقة الكرات المرسله من قبل اللاعب المرسل كلما زادت معها صعوبة إرجاع الكرة للاعب المستقبل ، فضلاً عن الدور الكبير الذي تلعبه عناصر اللياقة البدنية في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري ، إذ يشير كل من (التكريتي والحجار، ١٩٨٦) إلى أن الدقة تتأثر إيجابياً بتطور عناصر اللياقة البدنية الأخرى (٦ : ٦٨) ، وهذه النتيجة تتفق مع ما تشير إليه المصادر العلمية من إن أداء المهارات بسرعة يكون على حساب الدقة ، فعند القيام بأداء مهارة ما وبسرعة غير متناسبة مع طبيعة هذه المهارة فان ناتج الأداء سيكون بدقة قليلة ، كما إن زمن الحركة يزداد عندما تكون الدقة هي الهدف الأساسي للاعب (٧ : ١٦٤).

### ٣ - الاستنتاجات والتوصيات:

#### ٤ - ١ الاستنتاجات:

في ضوء ما أسفرته نتائج البحث تم التوصل الى:

- ١- تحديد الدرجات والمستويات المعيارية للمؤشرات النهائية المستخلصة.
- ٢- إن المؤشرات المستخلصة تتميز بسهولة من خلال الإدارة والتطبيق مما يسهل على المختبرين فهم التعليمات سواء طبقت عليهم بشكل فردي أو جماعي فضلاً عن إنها تتلاءم مع البيئة العراقية بشكل كبير.
- ٣- حققت عينة البحث نسبة كبيرة في المستويين (المقبول والمتوسط) ونسبة متباينة في بقية المستويات.

#### ٤ - ٢ التوصيات:

في ضوء ما تحقق من نتائج وما استخلص من استنتاجات لهذه الدراسة يوصي الباحثون بما يلي:

- ١- اعتماد المؤشرات البيوكيميائية والمهارية لانتقاء لاعبي التنس الأرضي بأعمار (١٣-١٤) سنة في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب.
- ٢- استخدام المعايير التي تم التوصل إليها من خلال الجداول المعيارية التي وضعها الباحثون للمؤشرات النهائية المستخلصة واعتمادها في عملية الانتقاء والمتابعة والتقويم للوقوف على المستوى الحقيقي للاعبين بهذه الأعمار.

٣- إعادة إجراء هذه الدراسة وبنفس المتغيرات لمختلف الألعاب والفعاليات وعلى فئات عمرية أخرى ولكلا الجنسين واستحداث المعايير والمستويات المناسبة لها.

### المصادر العربية والأجنبية

#### المصادر العربية:

- بهاء الدين إبراهيم سلامة : التمثيل الحيوي للطاقة في المجال الرياضي: القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩.
- فوزي غرايبة (وآخرون) : أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية، ط٤ ، عمان، دار وائل للنشر، ٢٠٠٨ .
- مصطفى حسين باهي: المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الصدق والثبات والموضوعية والمعايير ، ط١، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩.
- وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه ، دار الكتب للطباعة والنشر ، بغداد ، ٢٠٠٢.
- وديع ياسين ، ياسين طه الحجار: الإعداد البدني للنساء ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل، ١٩٨٦.

#### المصادر الأجنبية:

- ITF ;International Tennisfedreration.Play tennis manual Play+Stay.
- Lasazal Sazabo :(1982) Fencing and the master Budapest Hungary,2011.

## تأثير تمارينات مركبة ( دفاعية هجومية ) في مهارتي

### المراقبة والتمرير لدى لاعبي كرة اليد للمتقدمين

*The effect of defensive (defensive) exercises in  
the control and scrolling skills of handball  
players*

أ.م. د مصطفى حسن عبد الكريم  
م. م تحسين علي حاتم  
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية  
٢٠١٧ م

**Dr. Mostafa Hassan Abdel-Karim**

**Tahseen Ali Hatem**

**University of Mustansiriya / Faculty of Basic Education  
2017 AD**

#### مستخلص البحث :

تهدف أسس ونظريات التدريب الرياضي في الألعاب كافة إلى الارتقاء بمستوى اللاعب وتطويره ، إذ يعتمد ذلك على حد كبير في مدى اكتمال حالتها البدنية والمهارية ، لذا فإن إتباع المنهجية الصحيحة والتنويع والمزج في عملية التدريب الرياضي تعد من المؤثرات الضرورية التي تعكس مقدار الانجاز عند الرياضيين ، فالتخطيط المسبق لأعداد تمارينات خاصة بالأداء الرياضي أمر ضروري لأجل تلافي معوقات العمل التدريبي ومعالجة المشاكل التي قد تواجه سير التدريب بوضع الحلول المناسبة لها .

ومن خلال رؤية الباحث العامة وزياراته المتكررة ومشاهدته للعديد من المباريات المحلية التي خاضها اللاعبون المتقدمين بكرة اليد في محافظة ميسان لاحظ وجود هبوط في مستوى الأداء المهاري ، وقد تكون مجتمع البحث من (٢٧) لاعبا، بأعمار

(٢٠) سنة فأكثر ، اما عينة البحث فقد تكونت من (١٢) لاعبا ، وتم إجراء التجربة الاستطلاعية والتجربة الرئيسية ، وأوضح الباحثون الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث ، وبعد المعالجات الإحصائية وعرض النتائج الخاصة بالباحث تم التوصل إلى أهم الاستنتاجات الآتية:

١. إن للتمارين المركبة اثرا واضحا في تطوير القدرات البدنية وخصوصاً للمجموعة التجريبية .

٢. إن للتمارين المركبة أثرا واضحا في تطوير القدرات مهارية وخصوصاً في المجموعة التجريبية .

#### ويوصي الباحثون :

١. اعتماد التمارين المركبة في تدريب المتقدمين لما حققه في تطوير الأداء لدى اللاعبين.

٢. الاستفادة من التمرينات المركبة التي تضمنها البرنامج التدريبي في تطوير الأداء إذ إنها تحتوي على مثيرات متعددة من تمارين بدنية ومهارية .

## Abstract

The fundamentals and theories of sports training in all games aim at improving the player's level and development. This depends largely on the completeness of the physical and professional training. Therefore, following the correct methodology and diversification and mixing in the sports training process is a necessary influence that reflects the achievement of athletes , The pre-planning of the number of exercises for sports performance is necessary in order to avoid the constraints of the work of training and address the problems that may face the process of training to develop appropriate solutions.

Through the researcher's vision and his frequent visits and watching the many local matches played by the advanced handball players in Maysan province, there was a decline in the level of skill performance. The research community may

be of (27) players, aged (20) years or more. The researcher explained the statistical methods used in the research, and after the statistical treatments and presentation of the results of the researcher reached the following main conclusions:

1. Complex exercises have a clear impact on the development of physical abilities, especially for the experimental group.
2. The combination exercises have a clear impact on the development of skilled abilities, especially in the experimental group.

PATHON recommends:

1. Adopting complex exercises in training the applicants for what he has achieved in developing the performance of the players.
- 2 - Utilizing the complex exercises included in the training program in the development of performance as it contains several exciting physical and professional exercises.

### ١. التعريف بالبحث .:

#### ١,١ المقدمة وأهمية البحث .:

شهد العالم في الآونة الأخيرة تطورات كبيرة في الميادين كافة منها الميدان الرياضي وهذا يعدّ مؤشراً لمدى الاهتمام الكبير من لدن المختصين والباحثين في تطوير العملية التعليمية والتدريبية بصورة مستمرة من أجل رفع المستوى الرياضي وتحقيق الإنجازات في مختلف الميادين ويعد الميدان الرياضي احد الميادين التي تهتم باستعمال الوسائل المساعدة لما لها من اثر ايجابي في سرعة استثمار الجهد المبذول في الوقت المحدد ، لقد أصبحت علوم التربية الرياضية وفعاليتها و ألعابها المختلفة تشكل أحد المقاييس التي تبين تقدم الأمم ونهوضها الحضاري.

وتعد لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية الفرقية التي حققت انتشارا واسعا في إرجاء العالم لما لها من مزايا وخصائص تربوية وبدنية ومهارية وعقلية ، هذا فضلا عن وجود عناصر خاصة بها مثل الإثارة والأداء الفني الحيوي و المتعة لممارسيها وكذلك للمتفرجين ، من هذا كان من ألام الحرس الدقيق و التخطيط السليم لعملية التدريب الرياضي وأعداد تمرينات مركبة لتطوير الأداء الخاص بالعبة وتنفيذها بالشكل الصحيح.

### ٢,١ مشكلة البحث :-

تهدف أسس ونظريات التدريب الرياضي في الألعاب كافة إلى الارتقاء بمستوى اللاعب وتطويره ، إذ يعتمد ذلك على حد كبير في مدى اكتمال حالتى التدريب البدنية والمهارية ، لذا فان إتباع المنهجية الصحيحة والتنوع والمزج في عملية التدريب الرياضي تعد من المؤثرات الضرورية التي تعكس مقدار الانجاز عند الرياضيين ، فالتخطيط المسبق لأعداد تمرينات خاصة بالأداء الرياضي أمر ضروري لأجل تلافي معوقات العمل التدريبي ومعالجة المشاكل التي قد تواجه سير التدريب بوضع الحلول المناسبة لها .

ومن خلال رؤية الباحث العامة وزياراته المتكررة ومشاهدته للعديد من المباريات المحلية التي خاضها اللاعبون المتقدمون بكرة اليد في محافظة ميسان لاحظ وجود هبوط في مستوى الأداء المهاري في الربع الأخير من وقت المباراة مما يؤثر سلبا على أداء اللاعبين بصورة عامة و كذلك على نتيجة المباراة .فضلا عن أراء المدربين والمسؤولين على الفريق إذ اجمعوا على أن هنالك انخفاضا واضحا لدى اللاعبين في هذه المدة المحددة ، لذا عمد الباحث على تشكيل تمرينات خاصة مهارية لرفع مستوى الأداء لدى اللاعبين والتي قد تساعد على حل هذه المشكلة .

### ٣,١ هدفا البحث :-

١ . تشكيل تمرينات مركبة لتحسين مستوى الأداء باللاعبين المتقدمين بكرة اليد .

٢. التعرف على تأثير التمرينات المركبة على تطور مستوى الأداء في القدرات البدنية و المهارية باللعبين المتقدمين بكرة اليد .

#### ١, ٤ فرضيات البحث :-

١. وجود فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات الدفاعية الخاصة باللعبين المتقدمين.

٢. وجود فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات الهجومية الخاصة باللعبين المتقدمين .

٣. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارات الدفاعية .

٤. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارات المهارية.

#### ١, ٥ مجالات البحث :-

١,٥,١ المجال البشري :- لاعبو المتقدمين بكرة اليد في محافظة ميسان .

٢,٥,١ المجال أزماني :- المدة الزمنية من ( ٢٠١٧ /٥/١ إلى ٢٠١٧ /٥/١٤ ).

٣,٥,١ المجال المكاني :- القاعة الرياضية لكلية التربية الرياضية في محافظة ميسان .

#### ٢. منهج البحث وإجراءاته الميدانية

##### ١,٢ منهجية البحث:-

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة البحث ،وبما إن طبيعة المشكلة هي التي تفرض على الباحث استخدام المنهج المناسب، لذا فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي وهو " تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة لواقعة معينة وملاحظة التغيرات الناتجة في هذه الواقعة ذاتها وتفسيرها (١:٥٩)

## ٢,٢ المجتمع وعينة البحث:

إن عينة البحث هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل ((فهي دراسة حالة جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ثم ينتهي ذلك بتعميم نتائجه على المجتمع كله)) (٢:٢١٣). تمثل مجتمع البحث بلاعبين كرة اليد من فئة المتقدمين لمحافظة ميسان، ممن تتراوح أعمارهم بين (٢٠) سنة فأكبر والبالغ عددهم (٢٧) لاعباً موزعين على اندية المحافظة، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وتمثلت بلاعبي نادي دجلة الرياضي لكرة اليد للموسم (٢٠١٦/٢٠١٧) والبالغ عددهم (١٢) لاعباً إذ شكلوا نسبة (٤٤,٤٤%) من المجتمع الأصلي للبحث.

ولتجنب المؤثرات التي قد تؤثر في النتائج المرجوة من البحث، فقد عمد الباحثان إلى استخراج التجانس لعينة البحث عن طريق أخذ قياسات (العمر بالأشهر، العمر التدريبي بالأشهر، الكتلة بالكيلوغرام، الطول بالسنتيمتر) لكل لاعب ضمن إطار عينة البحث وتسجيلها في استمارة خاصة، عن طريق استخدام معامل الالتواء. تم توزيع العينة إلى مجموعتين عن طريق إجراء القرعة وكما هو مبين:

١. المجموعة الضابطة: والتي تمثلت بلاعبي نادي دجلة والبالغ عددهم (٦) لاعبين وقد تم تدريب هذه المجموعة على وفق المنهج الموضوع مسبقاً من قبل مدرب النادي.

٢. المجموعة التجريبية: والتي تمثلت بلاعبي نادي دجلة أيضاً والبالغ عددهم (٦) لاعبين وقد تم تطبيق المنهج التدريبي على هذه المجموعة.

## ٣,٢ الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة:

١,٣,٢ الوسائل المستخدمة لجمع المعلومات:

١. المصادر العربية والأجنبية.

٢. المقابلات الشخصية.

## ٢,٣,٤ الأدوات والأجهزة المستخدمة:

١. كرات يد قانونية عدد (٢٠) .
٢. شريط لاصق بألوان مختلفة .
٣. صافرات عدد (٢) .
٤. ساعة توقيت نوع (Casio) صينية المنشأ .
٥. شواخص (٢٠) .
٦. شريط قياس معدني (وحدة القياس سم) .
٧. ميزان طبي ألماني المنشأ .
٨. آلة تصوير نوع (Sony) .
٩. جهاز حاسوب شخصي نوع (HP pavilion g6) صيني المنشأ .
١٠. فريق العمل المساعد الذين أعانوا الباحث في إجراء دراسته .

وقد عمد الباحثان إلى استخراج التكافؤ للعينة في المتغيرات المبحوثة كافة ، أذ قام الباحثان إلى إيجاد التكافؤ لعينة البحث وذلك باعتماده على نتائج الاختبارات القبليّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، ولضمان الشروع الواحد للمجموعتين .

## ٤,٢ توصيف الاختبارات المستخدمة بالبحث :

١/ اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة (٢:١٥٠) الهدف من الاختبار : قياس مهارة (المراقبة) الدفاعية بكرة اليد الأجهزة والأدوات : ملعب كرة اليد ، شريط لاصق ، ساعة إيقاف ، شريط قياس . الإجراءات والشروط : ترسم ثلاث علامات على الأرض بالشريط اللاصق ، اثنان (أ ، ب) على خط ال ٩ م ، والمسافة بينهما ثلاثة أمتار ، وواحدة بالقرب من خط ال ٦ م ، بحيث تشكل العلامات الثلاث مثلثاً متساوي الإضلاع وطول كل ضلع ثلاثة أمتار . يقف المختبر فوق العلامة أ وعند إعطائه إشارة البدء (بصرية) يقوم بالتحرك للجانب ( بالظهر) للعلامة ب ، ثم يتحرك للخلف بميل للعلامة ج ، وأخيراً يعود للنقطة أ بالتحرك للإمام بميل وكما موضح في الشكل (٧). وهكذا يكرر الأداء لأكثر عدد ممكن لمدة ٣٠ ثانية .

شروط الأداء : حركة المختبر تكون مماثلة تماما لحركة الدفاع من حيث حركات الرجلين في أثناء التحرك للجانب وللخلف بميل ، وللإمام بميل ، والذراعين واليدين ، يجب الوصول للنقاط المرسومة (أ، ب ، ج) وملامستها بالقدمين ، والتحريك كما في الشكل (٧) ، على اللاعب تكرار الأداء إلى إن يعطي له إشارة انتهاء الوقت المحدد للاختبار ، أي مخالفة للشروط السابقة لا تحتسب المحاولة ضمن العدد الذي قام به اللاعب خلال الوقت المحدد للاختبار ، تحتسب كل محاولة صحيحة بثلاث درجات ، درجة عند وصول المختبر للعلامة ب ودرجة عند وصوله للعلامة ج ودرجة عند عودته مرة أخرى ووصوله للعلامة أ ، في حال عدم إتباعه شروط الاختبار تخضع درجة واحدة عن كل أداء خاطئ يرتكبه اللاعب .

وحدة القياس : عدد المحاولات خلال الزمن المحدد . التسجيل : يسجل للاعب عدد المحاولات الصحيحة التي قام بها فترة ال ٣٠ ثانية

اسم الاختبار: التمرير والاستلام على الجدار لمدة (٦٠) ثانية :- (٣:٢١٤) الهدف من الاختبار : قياس تحمل السرعة لعضلات الذراعين . الأدوات المستخدمة : ١/ جدار مستوي . ٢/ شريط لاصق يثبت على الأرض وعلى بعد (٤) أمتار من الجدار . ٣/ كرات يد . ٤/ ساعة إيقاف . وصف الأداء : يقف المختبر على بعد (٤) أمتار من الجدار وهو يحمل الكرة بيده وعند إشارة البدء يعمد المختبر إلى تمرير الكرة نحو الجدار واستلامها لأكثر عدد ممكن من خلال الزمن المحدد للأداء ( ٦٠) ثانية . التسجيل : يسجل للمختبر عدد مرات التمرير والاستلام خلال (٦٠) ثانية .

## ٢ - ٥ إجراءات التجربة الرئيسية:

بعد الانتهاء من الإجراءات التي تؤهل القيام بالتجربة الرئيسية والتي أكدت صلاحية الاختبارات والأجهزة والأدوات المستخدمة عمد الباحثون إلى إجراء الاختبارات على عينة البحث من فئة المتقدمين بكرة اليد للموسم ٢٠١٧ .

## ٦,٢ الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

تم استعمال نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS) لاستخراج قيم النسبة المئوية والأهمية النسبية ، والوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء ، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، واختبار(ت) للعينات المترابطة ، باستخدام القوانين الآتية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- قيمة معامل الالتواء .
- معامل الارتباط البسيط ( بيرسون ) .
- اختبار (ت) للعينات المترابطة .
- اختبار (ت) لعينات غير مترابطة .
- ٣. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .
- ١,٣. عرض نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية .

بعد أفراغ الباحثين البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية ، ومعالجتها إحصائياً ، ظهرت لنا النتائج التالية كما في الجدول (١)

الجدول (١) يبين نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية في اختبارات القدرات المهارية

المعالجات الإحصائية	وحدة القياس	القبلي		البعدى		ف	ف هـ	قيمة (١) المحتسبة	درجة الحرية	قيمة (١) الجدولية	دلالة الفروق
		س	ع±	س	ع±						
المراقبة الدفاعية	تكرار	٢١,٨٦	٢,٥٣	٢٣,٧٥	٢,٢٧	-٢,٥٠	١,٠٤	-٥,٨٣	٥	٢,٢٢	دال
التمرير والاستلام	تكرار	١٣,٠١	١,٩٧	١٥,٨٨	٢,١٦	-٣,٨٣	٠,٧٥	-١٢,٤٧	٥	٢,٢٢	دال

## ٢,٣. عرض نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة الضابطة .

بعد أفراغ الباحثين البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية ، ومعالجتها إحصائياً كما تبين في الجدول (١) .

من خلال ملاحظتنا للجدول (١) نجد أن قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار المراقبة الدفاعية هو (٢١,٨٦ و ٢,٥٣) ، فيما بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبار البعدى (٢٣,٧٥ و 2.27) فيما كان فرق الأوساط الحسابية والانحراف المعياري لفرق الأوساط الحسابية هو (٢,٥٠ و ١,٨٣) وبعد إجراء المعادلات الإحصائية نجد بان قيمة (t) المحسوبة هي (٥,٨٣) وهي اعلى من قيمة (t) الجدولية والبالغة (٢,٥٧) وعند درجة حرية (ن-١) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على الفرق معنوي .

ويعزو الباحث سبب هذا التطور المعنوي الحاصل في هذا الاختبار الى نوعية التمارين المستخدمة في البرنامج التدريبي والذي تنوعت فيه باستخدام الأدوات او بدونها وكذلك التنوع في حجم التمرين والتكرارات اثناء تطبيق الوحدات التدريبية للمنهج المتبع ، ويتفق الباحث مع ما اكده ( دبور ) "بأن اللعب الدفاعي الحديث في كرة اليد اصبح يعتمد على استخدام نظم دفاعية متقدمة وضاعطة ، بالإضافة الى ارتفاع مستوى اللاعبين في قدراتهم الدفاعية نتيجة تطوير قدراتهم البدنية الفائقة مما انعكس بشكل مباشر في تطوير قضايا الهجوم حتى تتغلب على قضايا الدفاع لان قضيتي الدفاع والهجوم متبادلة" (٢٠٩:٣) اما اسامة رياض يذكر (٢٠٠٠) بقوله "يفيد التدريب بالتمرينات لتنمية القوة العضلية-العصبية للاعبى كرة اليد، ومنها التدريبات الخاصة والتي تشابه حركات الاداء الخاص بالمهارة وباستخدام المجاميع العضلية نفسها وفي الاتجاه العام نفسه لاداء اللعبة ذاتها وذلك للوصول الى المستوى العالي" (٩٨:٤) .

الجدول (٢) يبين نتائج الاختبارات القبليّة و البعديّة للمجموعة الضابطة في اختبارات القدرات المهاريّة

المعالجات الإحصائية	وحدة القياس	القبلي		البعدي		ف	ف هـ	قيمة (t) المحتسبة	درجة الحرية	قيمة (t) الجدولية	دلالة الفروق
		س	ع±	س	ع±						
المراقبة الدفاعية	تكرار	٢١,٥٠	٢,٧٣	٢٢,٣٣	٢,٥٠	١,٨٣	٢,٧٨	-٠,٥٥	٥	٢,٢٢	غير دال
التمرير والاستلام	تكرار	١٢,٦٦	١,٩٤	١٣,٧٠	٢,١٢	٠,٥٠	٠,٨٣	١,٤٦	٥	٢,٢٢	غير دال

### ٢,١,٣ عرض وتحليل و مناقشة نتائج الاختبارات المهاريّة :

من خلال ملاحظتنا للجدول (١) نجد أن قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار المراقبة الدفاعية هو (٢١,٥٠ و ٢,٧٣)، فيما بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبار البعدي (22.33 و 2.50) فيما كان فرق الأوساط الحسابية والانحراف المعياري لفرق الأوساط الحسابية هو (١,٨٣ و ٢,٧٨) وبعد إجراء المعادلات الإحصائية نجد بان قيمة (t) المحتسبة هي (٠,٥٥) وهي اقل من قيمة (t) الجدولية والبالغة (٢,٢٢) وعند درجة حرية (ن-١) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على الفرق غير معنوي .

### ٤ : الاستنتاجات والتوصيات

#### ٤,١ الاستنتاجات

١. إن للتمرين المعدة اثرا واضحا في تطوير القدرات البدنية وخصوصاً للمجموعة التجريبية .

٢. إن للتمرين المعدة اثرا واضحا في تطوير القدرات المهاريّة وخصوصاً في المجموعة التجريبية .

## ٢,٤ التوصيات :.

١. اعتماد التمارين المركبة في تدريب المتقدمين لما حققه في تطوير الأداء لدى اللاعبين.

٢. الاستفادة من التمرينات المركبة التي تضمنها البرنامج التدريبي في تطوير الأداء إذ إنها تحتوي على مثيرات متعددة من تمارين بدنية ومهارية .

**المصادر العربية والأجنبية**

- (١) اسامة رياض: الطب الرياضي وكرة اليد، عمان ، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠ .
- (٢) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة . ٢٠٠٠ .
- (٣) نوري الشوك ورافع الكبيسي: دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٤ .
- (٤) ياسر دبور: كرة اليد الحديثة، منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٩٧ .
- (٥) كمال الدين عبد الرحمن درويش (وآخرون). القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات تطبيقات). ط١، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٢ .

# تأثير منهج تعليمي وفقاً لنمطي السيطرة الدماغية الأيمن والأيسر لتحسين بعض المتغيرات البيوكيميائية لفعالية الوثب الطويل

## *Systematic effect Biochemical variables for long jump efficiency*

أ.د. محمد حسين حميدي

هدى سالم مزبان

جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Hoda Salem Mezban

Prof. Mohammed Hussein Hamidi

تحدد أهمية دراستنا بالوقوف على تأثير منهج تعليمي وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية لتطوير بعض المتغيرات البيوكيميائية في فعالية الوثب الطويل . تبلورت المشكلة في أنّ فعالية الوثب الطويل واحدة من فعاليات ألعاب القوى التي تمتاز بأداء فني خاص، وبشروط بيوميكانيكية تشكل الأسلوب الحركي الصحيح . لذلك، ارتأى الباحثان طرح السؤال التالي :

– أيّ نمطٍ من أنماط الدماغ أكثر تأثيراً في تطوير بعض المتغيرات البيوكيميائية، أهو النمط الأيسر أم الأيمن ؟ . ومن أجل الإجابة عن التساؤل المذكور آنفاً، لابدّ من الخوض في غمار تلك المشكلة للوصول إلى ما تمّ طرحه . أما أهداف البحث فكانت

– التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية ( الأيمن – الأيسر) في بعض المتغيرات البيوكيميائية . وقد فرض الباحثان :

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين بعض المتغيرات البيوكيميائية وتطرقت الباحثة في الفصل الثالث إلى المنهج التجريبي المستخدم إذ استخدمه المنهج (ذو التصميم المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبار القبلي و البعدي)؛ لملاءمته لطبيعة المشكلة المراد حلها . أما الفصل الرابع فتضمن عرض ومناقشة النتائج التي توصل لها الباحثان واستنتجا منها الباحثان منها:

- 1- كان للتمرينات المعدة من قبل الباحثة الأثر الواضح في تحسين متغير طول الخطوة في الـ ١٠ متر الأولى وللمجاميع الثلاث وبأفضلية لمجموعة النمط المتكامل
- 2- ظهر هناك تأثير ايجابي للتمرينات المعدة من قبل الباحثة في متغير معدل السرعة وللمجموعتين
- ومن اهم التوصيات
- ١- يوصي الباحثان بأن يستخدم المدرسون التمرينات المعدة من قبل الباحثين في الدراسة الحالية عند تعلم فعالية الوثب الطويل .
- ٢- التأكيد على المدرسين أثناء تعلم فعالية الوثب الطويل التعرف على النمط المستخدم من قبل أفراد عينة البحث .

## Summary

Wikipedia. The problem is that long jump efficiency is one of the athletics events that has a special technical performance, and with biomechanical conditions that form the correct motor method. Therefore, the researchers asked the following question: Which pattern of brain is more effective in developing some biochemical variables, is it left or right? . In order to answer the above-mentioned question, one has to go into it. The research objectives were English Arabic Dictionary Terms of Use:

There were statistically significant differences in the improvement of some biochemical parameters The researcher in the third chapter to the experimental approach used by the use of the method (with the design of the equivalent cluster related tribal and remote) to suit the nature of the problem to be resolved. The fourth chapter, including the presentation and discussion of the results reached by the researchers and concluded the researcher

1-The exercises prepared by the researcher had the obvious effect on improving the step length variable in the first 10 meters and for the three groups and the preference for the integrated pattern set

2-There was a positive effect of the exercises by the researcher in the variable speed rate and the two groups One of the most important recommendations.

1-Researcher researcher who uses the trainers exercises by the researcher in the current study when learning the effectiveness of the long jump.

2-Emphasize teachers while learning the long jump efficiency Identify the pattern used by the research sample members

### المقدمة وأهمية البحث :

تعد فعالية الوثب الطويل، من الفعاليات المهمة، التي لاقت اهتماماً كبيراً في الآونة الأخيرة، تجلى ذلك في تحطيم الأرقام الأولمبي، والعالمى، والآسيوي، نتيجة للبحوث والدراسات العلمية التي ترتبط بهذه الفعالية، ويضاف إلى ما تقدم يحتاج تعلم المهارة بشكل متقن إلى الجهاز العصبي المركزي؛ من أجل توظيف قدرات الدماغ بشكل ينسجم مع المهارة أو الفعالية المراد تعلمهما . إذ تجمع الدراسات والبحوث التي أجريت على الإنسان في استعماله أحد نصفي الدماغ (الأيمن أو الأيسر) أكثر من الآخر ويطلق عليها بالنمط السائد أي (النصف المسيطر) أو (النصف القائد)؛ لأنه يوجه، وانطلاقاً مما سبق يمكن أن نحدد أهمية دراستنا بالوقوف على تأثير منهج تعليمي وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية لتطوير بعض المتغيرات البايوكينماتيكية في فعالية الوثب الطويل . مما يساهم ذلك في تحسين أداء فعالية الوثب الطويل من خلال تطوير تلك المتغيرات .

### مشكلة البحث :

ومن خلال ملاحظة الباحثة ولقائها مع بعض خبراء هذه الفعالية، وخبراء مادة التعلم الحركي، وأيضاً متابعتها واطلاعها على العديد من المصادر العلمية التي تُعنى بأنماط السيطرة الدماغية المؤثرة في الأداء الحركي، ارتأت الباحثة طرح السؤال التالي :

— أي نمطٍ من أنماط الدماغ أكثر تأثيراً في تطوير بعض المتغيرات البايوكينماتيكية، أهو النمط الأيسر أم الأيمن ؟ . ومن أجل الإجابة عن التساؤل المذكور آنفاً، لابدّ من الخوض في غمار تلك المشكلة للوصول إلى ما تمّ طرحه .

### أهداف البحث :

- إعداد منهج تعليمي وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية .
- التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية ( الأيمن — الأيسر) في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية فعالية الوثب الطويل .

**فروض البحث :**

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين بعض المتغيرات البيوكينماتيكية ولصالح النمط الأيمن

**مجالات البحث :**

- المجال البشري : طلاب مدرسة متوسطة عبد الصاحب دخيل للبنين للعام الدراسي: ٢٠١٥ - ٢٠١٦ م .

- المجال الزمني : ابتداءً من تاريخ: ١ / ٢ / ٢٠١٦م إلى تاريخ: ٦ / ٧ / ٢٠١٧ م .

- المجال المكاني : ملعب الساحة والميدان في المخيم الكشفي — لتربية ميسان .

**منهج البحث :**

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ( ذو تصميم المجموعتين ذاتا الاختبار القبلي والبعدي )؛ لملاءمته لطبيعة المشكلة المراد حلها . إذ إنّ المنهج التجريبي : يمثل الاقتراب الأكثر صدقاً لحل الكثير من المشاكل بصورة علمية ونظرية (١٤:٢١٧)

مقياس ياسر محفوظ للسيطرة الدماغية : استخدم الباحثان مقياس ياسر للسيطرة الدماغية ، ينظر ملحق رقم (١) ، بعد الأخذ بأراء الخبراء والمختصين، ينظر ملحق رقم (٢) ، وبعد أن تم عرض نموذج من المقياس أمامهم، إذ يتكون المقياس من (٥٥) فقرة ، كلّ فقرة تتكون من عبارتين، الأولى ( أ ) وتشير إلى أنّ النمط مشتق من وظائف النصف الأيسر، أمّا العبارة الثانية (ب) تشير إلى أنّ النمط مشتق من وظائف النصف الأيمن . فإذا اختار المفحوص العبارة ( أ ) تعطي درجة له على هذا النمط، وكذلك الحال عند اختياره للعبارة (ب)، أما في حالة اختياره للعبارتين معاً فتعطي للمفحوص درجة له على النمط المتكامل .

**الوسائل الإحصائية :**

تمت معالجة النتائج إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي الجاهز ( SPSS ) . استعاننا بالقوانين التالية (١٥:١٤)

$$١- قانون النسبة المئوية : \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100\% .$$

$$٢- الوسط الحسابي .$$

$$٣- الانحراف المعياري .$$

$$٤- معامل الالتواء .$$

$$٥- اختبار (T) للعينات المتناظرة .$$

**عرض وتحليل نتائج الاختبارات ومناقشتها:**

عرض وتحليل نتائج اختبارات (T) القبليّة و البعدية للمجموعتين التجريبيتين في متغير طول الخطوة في الـ١٠متر:

## الجدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الخطأ ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبتين في متغير طول الخطوة في الـ١٠متر

الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
النمط الأيمن	متر	١٦٣	١٩٢	١٦٦	١٥٨	٥,٨٨	٠,٠٠	معنوي
النمط الأيسر	متر	١٦٥	١٥٠	١٦٦,٤	١,١٤	٣,٥٠	٠,٠٢	معنوي

معنوي عند درجة حرية (٤) ومستوى دلالة اصغر أو تساوي (٠,٠٥) عرض وتحليل نتائج اختبارات (T) القبليّة والبعديّة للمجاميع التجريبية الثلاث في متغير معدل السرعة في الـ١٠متر:

## الجدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الخطأ ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبتين في متغير معدل السرعة في الـ١٠متر

الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
النمط الأيمن	م/ثا	٦,٠١	٠,٤٦	٧,١٤	٠,٤٠	٥,٩٩	٠,٠٠	معنوي
النمط الأيسر	م/ثا	٦,٢٤	٠,٢٣	٦,٧٦	٠,٢٣	١٣,٨٩	٠,٠٠	معنوي

عرض وتحليل نتائج اختبارات (T) القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبتين في متغير زاوية ميل الجذع في الـ١٠متر عرض وتحليل نتائج اختبارات (T) القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبتين في متغير زاوية الطيران

## جدول (٣)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الخطأ ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبتين في متغير زاوية الطيران

الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
النمط الأيمن	درجة	٥٣,٦٠	١,١٤	٥٠,٦٠	٠,٨٩	٥,٤٧	٠,٠٠	معنوي
النمط الأيسر	درجة	٥٣,٢٠	١,٣٠	٥٠,٦٠	٠,٨٢	٣,٤٧	٠,٠٠	معنوي

عرض وتحليل نتائج اختبارات (T) القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبتين في متغير ارتفاع مركز ثقل الجسم أثناء الطيران:

## الجدول (٤)

يبين الأوساط الحسابية والاحترافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الخطأ ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبتين في متغير أقصى ارتفاع مركز ثقل الجسم أثناء الطيران

الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدى		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
النمط الأيمن	درجة	١٢٥	٠,٧٠	١٢٦,٨٠	٠,٨٣	٩	٠,٠٠	معنوي
النمط الأيسر	درجة	١٢٣,٨٠	٠,٨٣	١٢٦,٦٠	٠,٥٤	٥,٧١	٠,٠٠	معنوي

عرض وتحليل نتائج اختبارات (T) القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبتين في متغير زاوية النهوض:

## الجدول (٥)

يبين الأوساط الحسابية والاحترافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الخطأ ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبتين في متغير زاوية النهوض

الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدى		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
النمط الأيمن	درجة	٦٥	١,٢٢	٦٣,٢٠	٠,٨٣	٣,٦٧	٠,٠٢	معنوي
النمط الأيسر	درجة	٦٥,٦٠	١,١٤	٦٣,٨٠	١,٣٠	٩	٠,٠٠	معنوي

مناقشة نتائج اختبارات (T) القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبتين ونتائج الاختبارات البعدية في متغيرات البحث :

**أولاً: متغير طول الخطوة في الـ ١٠ متر الأولى:** خلال ما تم عرضه في جدول (١) البحث لمستوى الدلالة وقيمة T المحسوبة والقيم الأخرى وجود فروق دالة معنوياً بين الاختبار القبلي والاختبار البعدى ولصالح الاختبار البعدى للمجاميع التجريبية لكل من مجموعة النمط الأيمن والنمط الأيسر في متغيرات البحث، ففي متغير طول الخطوة في الـ ١٠ متر الأولى ويعزو الباحثان ذلك التطور إلى تأثير المنهاج التعليمي المستخدم وفق أنماط السيطرة الدماغية مع عينات البحث وبأسلوب علمي سليم وتنفيذه بالدقة المطلوبة لمحتوياته العلمية والتي تتناسب مع قدرات وفهم المتعلمين ليعطي التطور المطلوب في متغير طول الخطوة في الـ ١٠ متر الأولى للركضة التقريبية لفعالية الوثب الطويل، وهذا ما يعضده (محمود داود الربيعي ٢٠١١) بأن " محتوى المنهج الذي يشتق من المادة بحيث يتناسب مع قدرات المتعلم وخبراته ومعلوماته السابقة وإنّ التطور الحاصل للمجموعتين التجريبتين جاء نتيجة للتعلّم الجيد للركضة التقريبية وعملية الانطلاق والزيادة في طول الخطوة وبالتدرّج، وهذا ما يشير إليه (شبيب نعمان ٢٠١١) بأنّ " أثناء الركضة التقريبية يزداد التردد وطول الخطوات ، وأنّ الإنجاز في الوثب الطويل يعتمد على تليين من الركضة التقريبية وثلاث واحد من قوة القفز (٥:٢٨٢).

ثانياً: معدل السرعة في الـ ١٠ متر الأولى : عند ملاحظة جدول (٢) نلاحظ وجود فروق دالة معنوياً بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي، وتعزو الباحثة هذا التطور لدقة المعلومات المعرفية الموجودة في المقياس (مقياس ياسر للسيطرة الدماغية) المستخدم في المنهج والتي تتلاءم مع طبيعة وإمكانيات المتعلمين وخصوصاً للجانب المعرفي الذي يكون له دور مهم في تطوير الجانب المهاري لفعالية الوثب الطويل، يعضد هذا كل من (لمياء الديوان وحسين الشيخ) بالقول: " المعرفة أساس النمو إذ كان لزاماً على المنهج أن يراعيها من حيث طبيعتها وطرائق الحصول عليها ومصادرها، وهي مجموعة المبادئ والمعتقدات والأحكام والمفاهيم والتصورات الفكرية التي تتكون لدى الإنسان نتيجة لمحاولاته المتكررة لفهم الظواهر والأشياء المحيطة به(١٢:٣٤)، ويعزو الباحثان التطور الحاصل إلى الوحدات التعليمية المستخدمة في الدراسة والتي تزيد من معرفة الطلاب والمتعلمين بفعالية الوثب الطويل وخطوات الأداء بالشكل الصحيح، ويشير (قاسم حسن حسين ١٩٧٦) للجانب النظري وأهميته في تعلم مهارة الوثب "بأن الجانب النظري ومن خلال تنظيم مجموعة من الدروس والتي لها تأثير على الطلاب بالإضافة إلى كونها مناسبة لهم وتساعد على تعليمهم، ومن خلال معرفة النقاط الرئيسية للتكنيك وعلاقتها بالأسس الميكانيكية، وشرح الملاحظات والخطوات التدريجية وتوضيح أهمية الركض السريع للركضة التقريبية وكذلك ضبطها بالشكل المناسب؛ (لأن كبر التعجيل يحتاج إلى الركضة التقريبية المناسبة لفعالية الوثب الطويل) .

ثالثاً : متغير زاوية الطيران : عند ملاحظة جدول (٣) نلاحظ وجود فروق دالة معنوياً بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي، ويعزا هذا التطور إلى اختيار التمارين التي تتناسب مع مهارة مرحلة الطيران والزوايا المناسبة في عملية الوثب الطويل، إذ إن مستوى التمارين المستخدمة يجب أن يتوافق مع القسم التعليمي الخاص بعملية الطيران أثناء الوثب، وأن يكون اختيارها يتفق مع المتغيرات الكينماتيكية من حيث معرفة الزاوية المناسبة لكل مرحلة من مراحل الطيران، إذ إن الكثير من الفعاليات الرياضية وخصوصاً فعاليات القفز تعتمد على الأداء السليم من خلال اختيار الزاوية الجيدة للحصول على الانجاز والهدف المطلوب بأفضل صورة . وهذا ما تشير إليه (ناهدة عبد زيد ٢٠١٠) قائلة: (يتم تعلم الحركة باستعمال أسلوب التربية الحركية بعدة خطوات متتابعة ومتراصة ومنها اختيار وتحديد مهمة حركية مناسبة تشكل جزءاً فرعياً من موضوع حركي مثل التوصل إلى شكل من أشكال الطيران، إذ تكون المهمة الحركية تعليم شكل من أشكال الطيران والموضوع الحركي هو الوثب الطويل ، والتوصل للحركات والأساليب التي بمقتضاها التوصل للهدف في نطاق المهمة المطلوبة)(١٥:٤٦). وكذلك إن لِمَا يمتلكه فريق العمل المساعد من بعض المعلومات الميكانيكية والتي تساهم في عملية تحليل الحركة بالشكل الصحيح ومعرفة بعض أجزاء الجسم وبعض العضلات التي يكون لها الدور المهم أثناء الأداء في الفعالية المطلوبة وهذا ما يؤكد (وجيه محجوب ١٩٩٠) بالقول: (الحركات

الرياضية أصبحت تعني الانجاز ولهذا وجب دراسة (الميكانيك) وتأثيره في الحركات، وأصبح الباحث اليوم يدرس الكائن الحي وأجهزته الداخلية ووظيفتها من أجل أن تتخذ الناحية الميكانيكية بالخاصية الجيولوجية، وإن حركة الإنسان تكون نتيجة تفسير الدماغ للمحيط لإيجاد الفعل الحركي الايجابي الذي يتفاعل مع المحيط وتتركز بتطبيق المبادئ الميكانيكية على الحركات الرياضية (١٦:١٠٤). نلاحظ وجود فروق دالة معنوياً بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي،

**ثامناً : متغير أقصى ارتفاع مركز ثقل الجسم أثناء الطيران :** عند ملاحظة جدول (٤) نلاحظ في هذا المتغير وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ، للمجموعتين التجريبيتين ويعزى هذا التطور إلى طريقة التعامل مع المتعلمين واستخدام الأساليب التربوية والمشوقة والإعداد الصحيح في عملية التعامل والتعليم وذلك لإثارة النشاط وتحفيز المتعلم باتجاه التعلم والتطور واستخراج طاقاتهم الكامنة وتوظيفها باتجاه تعلم المهارة المطلوبة ، إن أكثر المتعلمين وخصوصاً في الفئات العمرية يمتلكون طاقات بدنية وحركية تحتاج إلى مجال لتفريغها، فهنا يتطلب من المدرب والمعلم والمشرف استغلال هذه الطاقات وتوجيهها بالاتجاه التعليمي المطلوب وذلك يحتاج إلى مهارة من قبل المسؤولين على عملية التعليم وفق أسلوب نفسي، فالإعداد أصبح من الأمور الهامة التي يعتمد عليها عند إعداد مناهج وبرامج تعليمية أو تدريبية وكذلك لما لها دور مميز في التأثير على الاستجابات المطلوبة والتغير نحو السلوك المراد تحقيقه وهذا ما يشير إليه (أحمد محمد عبد الخالق ١٩٨٩) بان الاستجابة (هو نوع من التغير الذي يمكن ملاحظته على السلوك، وكذلك الاستجابات هي ناتج تحليل السلوك، حيث قسم الاستجابات إلى حركية، لفظية فيزيولوجية انفعالية، معرفية وهي التي يراد فيها كسب معارف أو أفكار كال تفكير والتذكر والتعلم)(١:٢٣)

**تاسعاً : متغير زاوية النهوض :** من خلال جدول (٥) نلاحظ في هذا المتغير وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، ويعزى هذا التطور إلى استخدام المنهج التعليمي الذي تميز بالتفاعل والتواصل بين المعلم أو المدرب والمتعلم من أجل تحقيق الأهداف المطلوبة وتميزت هذه الأساليب بالخبرة والعلمية والتخطيط الجيد المسبق للوصول إلى هذا التطور لدى عينة البحث، وتؤكد (ناهدة عبد زيد ٢٠١٠) على أنه (يعد التدريس موقفاً يتميز بالتفاعل بين المدرس والطالب ولكل منهما دور يمارسه من أجل تحقيق أهداف معينة، وأصبحت عملية التدريس ذات خبرات تعليمية يخطط لها المدرس ويقوم بتنفيذها من أجل مساعدة الطلبة على تحقيق أهداف تعليمية معينة)(١٥:٥٨).

وأيضاً التطور الحاصل لدى المتعلمين نتيجة للعمليات العقلية، حيث السيطرة الدماغية لأجزاء ومراحل أداء الحركة وما يتطلبه من استخدام للنمط الأيمن أو الحاجة لاستخدام النمط الأيسر أو النمط المتكامل حول متطلبات أداء المهارة .

**الاستنتاجات :**

- 1- كان للتمرينات المعدة من قبل الباحثين الأثر الواضح في تحسين متغير طول الخطوة في الـ ١٠ متر الأولى وللمجموعتين .
- ٢- ظهر هناك تأثير ايجابي للتمرينات المعدة من قبل الباحثين في متغير معدل السرعة وللمجموعتين ولصالح الاختبارات البعدية .
- ٣- أن للتمرينات المعدة الأثر الايجابي في تحسين متغير زاوية الطيران للمجموعتين ولصالح الاختبارات البعدية.
- ٤- إنَّ للتمرينات المعدة الأثر الواضح لمتغير أقصى ارتفاع مركز ثقل الجسم أثناء النهوض للمجموعتين ولصالح الاختبارات البعدية .
- ٦- ثمة أفضلية واضحة ما بين الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية ولصالح البعدية لمتغير زاوية النهوض .

**التوصيات**

- ١- يوصي الباحثان بأن يستخدم المدرسون التمرينات المعدة من قبل الباحثين في الدراسة الحالية عند تعلم فعالية الوثب الطويل .
- ٢- التأكيد على المدرسين أثناء تعلم فعالية الوثب الطويل التعرف على النمط المستخدم من قبل أفراد عينة البحث .
- ٣- على المدرسين أثناء تعليم فعالية الوثب الطويل الاهتمام بالمتغيرات البيوكينماتيكية؛ لما لها من دور هام في تطوير مستوى تعلم هذه الفعالية .
- ٤- إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية على فعاليات مختلفة من فعاليات ألعاب الساحة والميدان .
- ٥- إجراء دراسات أخرى مشابهة للدراسة الحالية على أعمار مختلفة لأعمار الدراسة الحالية .

**المصادر والمراجع**

- أحمد محمد عبد الخالق : أسس علم النفس ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعة ، ١٩٨٩ .
- لمياء الديوان وحسين فرحان الشيخ : أساسيات تصميم المناهج الدراسية في التربية البدنية، ط١، لبنان، دار ومكتبة النظائر، ٢٠١٧ .
- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ .
- محمد نصر الدين رضوان : الإحصاء البارومتري في بحوث التربية الرياضية : (القاهرة، دار الفكر العربي ، ١٩٨٩ .
- ناهدة عبد زيد الدليمي: مفاهيم في التربية الحركية، النجف الأشرف، دار الضياء، ٢٠١٠ .
- وجيه محجوب وآخرون ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه في التربية الرياضية، بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، ١٩٨٨ .



## أثر الدورات التطويرية لعلمي التربية

### الرياضية في التعامل ( نفسياً وحركياً ) مع ذوي العوق

*Effect of developmental courses for physical education teachers in dealing (psychologically and emotionally) with people with disabilities*

م.د أحمد حنون خنجر

م. جاسم علي محمد

جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / ٢٠١٧م

**Dr. Ahmed Hanoun Dagger**

**M. Jassim Ali Mohammed**

**University of Missan / Faculty of Physical Education and**

**Sports Sciences / 2017**

#### مستخلص البحث

تضمن البحث على التعريف بشريحة ذوي الاعاقة والمشاكل التي تواجههم والاشارة الى اهمية دورهم في المجتمع وضرورة ايجاد وسائل تقلل من حجم المعاناة لديهم وخاصة في جو المدرسة فيجب ان يكون المعلم ذو خبرة كافية في التعامل النفسي والحركي معهم، وقد تجلت اهمية البحث في التعرف على قدر المعلومات والمعارف التي يمتلكها معلمو درس التربية الرياضية لتمكنهم معارفهم للتعامل مع شريحة ذوي الاعاقة، في حين تحددت مشكلة البحث بعدم وجود دورات تطويرية لمعلمي التربية الرياضية التي تهدف إلى تثقيفهم بالمعلومات والمهارات الخاصة بالتعامل مع هذه الشريحة، لذلك ارتأى الباحثان ان يقيما دورة تطويرية مقترحة ، تهدف لرفع المستوى المعرفي وخاصة بالجانب النفسي والحركي لدى معلمي درس التربية الرياضية للتعامل مع ذوي الاعاقة. وكان هدف البحث هو التعرف على اثر تطوير الدورة المقترحة للمعلومات النفسية والحركية لمعلمي التربية الرياضية للتلاميذ ذوي الاعاقة. واستخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة متكونة من ( ٤٠ ) معلما من مدارس يتواجد فيها

تلاميذ من ذوي الاعاقة ، حيث قام الباحثان بإعداد استبانة وتم عرض الاستبانة على الخبراء وقاموا بتقييمها ، وبعدها تم اجراء تجربة استطلاعية للتعرف على اهم المعوقات التي قد تواجه الباحثين، ثم قام الباحثان بتوزيع الاستبانات على المعلمين المشاركين بالدورة التطويرية في اليوم الاول حيث تم ملء الاستبانة بما يملكونه من معلومات ومعارف علمية متعلقة بذوي الاعاقة ، وبعد ان تم انتهاء مفردات الدورة الممتدة على مدار خمسة ايام قام الباحثان بتوزيع الاستبانات للمرة الثانية ليتم ملئها من جديد بما اكتسبوه من خبرات ومعارف علمية خلال فترة الدورة من ٢٠١٧/٣/٥ الى ٢٠١٧/٣/٩ ، وتم استخدام الوسائل الاحصائية الملائمة لموضوع البحث للوصول الى النتائج الدقيقة. وللتحقق من فروض البحث تم عرض ومناقشة النتائج وفق آراء الباحثين مدعومة بالمصادر العربية والاجنبية ذات العلاقة بموضوع البحث. حيث توصل الباحثان الى عدد من الاستنتاجات ومنها:

- ١- ان معلمي التربية الرياضية بحاجة الى دورات تطويرية للتعامل مع ذوي الاعاقة .
- ٢- للدورات التطويرية اثر واضح في اكساب معلمي التربية الرياضية معلومات في التعامل نفسيا وحركيا مع ذوي الاعاقة .  
اما اهم التوصيات فهي:
- ١- تعميم البرنامج على معلمي التربية الرياضية في مديرية تربية الكرخ الثانية لغرض الافادة منه لما له من اثر واضح في اكسابهم معلومات التعامل نفسيا وحركيا مع التلاميذ ذوي الاعاقة.
- ٢- اجراء دراسة مماثلة لتدريب مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية بغداد الكرخ الثانية.

## Abstract

The research included the definition of the disabled and the problems facing them and the importance of their role in society and the need to find ways to reduce the size of their dependents, especially in the atmosphere of the school must be a teacher with sufficient experience in dealing with psychological and dynamic with them, has been the importance of research in the identification of information And the knowledge possessed by the teachers of the lesson of physical education to enable them knowledge to deal with the disabled, while the problem was determined by the lack of research courses for teachers of physical education, which aims to educate them with information and skills

to deal with this segment, Lima developmental cycle proposed, aims to raise the level of knowledge, especially the psychological aspect of motor and the teachers of physical education lesson to deal with people with disabilities. The aim of the research was to identify the effect of the proposed course of psychological and motor information for physical education teachers for students with disabilities. The researchers used the experimental method on a sample consisting of 40 teachers from schools where students with disabilities were present. The researchers then distributed the questionnaires to the teachers who participated in the development session on the first day, where the questionnaire was filled with the information they had and scientific knowledge of the pleasures. After the completion of the vocabulary of the five-day course, the researchers distributed the questionnaires for the second time to be filled again with the acquired scientific expertise and knowledge during the period of the session from 5/3/2017 to 9/3/2017, and the use of appropriate statistical means For the research topic to reach accurate results. In order to verify the research hypotheses, the results were presented and discussed according to the researchers' opinions, supported by Arab and foreign sources related to the research topic.

Where the researchers reached a number of conclusions, including:

- 1 - Teachers of physical education need to develop courses to deal with people with disabilities.
- 2 - Development courses have a clear impact on the provision of physical education teachers information in the treatment of psychologically and with the movement of people with disabilities.

The most important recommendations are:

- 1- Mainstreaming the program to the teachers of physical education in the Directorate of Education of Karkh II for the

purpose of benefiting from it did not have a clear effect in providing psychological and emotional information to students with disabilities.

2 - Conduct a similar study for the training of physical education teachers in the Directorate of Education Baghdad Karkh II.

## ١-التعريف بالبحث

### ١-١ المقدمة واهمية البحث:

في يومنا هذا دأبت المجتمعات على الارتقاء بذوي الاعاقة وسخرت امكانيات كبيرة لدعم هذه الشريحة بهدف دمجهم بالمجتمع ولعدة اسباب ، من اهمها ان هذه الشريحة تمثل عددا لا يستهان به ،فهم يمثلون نسبة ١٠% من المجتمع الدولي والمحلي ، وتشير بعض الاحصائيات الى ان عدد المعوقين بالعالم يبلغ ٦٠٠ مليون واغلبهم في الدول النامية وهذا عدد يعدّ كبيرا ، لذلك هدفت الحكومات والمنظمات الدولية الاهتمام بالمعوقين من مبدأ انهم يمكن ان يخدموا المجتمع بجوانب عده ،فمن الافضل اعداد برامج لدمجهم واكسابهم الخبرات والامكانيات اللازمة ، ولكن توجد مشكلة في الدول النامية حيث تشير الدراسات ان ١،٩% فقط من ذوي الاعاقة في مجتمعات الدول النامية يحصلون على الدعم والاسناد المطلوب.

ولكون الرعاية تشمل التعليم كركن اساس في تطويرهم ودمجهم بالمجتمع ، عمد الباحثان الى تسليط الضوء على اهمية ان يكون المعلم هو احد اهم الركائز في عملية بناء وتطوير ذوي الاعاقة في مجتمعنا التربوي، وهنا تكمن اهمية البحث في التعرف على مدى المعلومات التي يمتلكها المعلمون الخاصة بالجانب النفسي والحركي بذوي الاعاقة، وبهدف تطوير معارفهم العلمية بذوي الاعاقة ،هدف الباحثان الى زج المعلمين بدورة تطويرية تنمي وتطور معارفهم بذوي الاعاقة ، ليتسنى لهم التعامل معهم بطرق اكثر فعالية وعلمية.

### ٢-١ مشكلة البحث:

في اغلب دول العالم يكون لذوي الاعاقة اهتمام خاص لتلبية كافة احتياجاتهم لكونهم جزءا من المجتمع ومراعاة لهم تضع الدول برامج خاصة وتسخر امكانيات واسعة لخدمتهم ، اما في العراق وبسبب الاوضاع والصراعات اهملت شريحة المعوقين

وامتد الاهمال ليشمل حتى المعلومات البسيطة عنهم، فاغلب المدرسين والمعلمين لا يملكون معلومات كافية عن هذه الشريحة التي تحتاج الى قدر كبير من الاهتمام والعناية بمختلف الامور ، واهمها الجانب النفسي والحركي ، ومن خلال متابعة عمل قسم الاعداد والتدريب لوحظ عدم وجود دورات تطويرية لمعلمي التربية الرياضية التي تهدف إلى تثقيفهم بالمعلومات والمهارات الخاصة بالتعامل مع هذه الشريحة ، لذلك ارتأى الباحثان ان يقيما دورة تطويرية مقترحة ، تهدف لرفع المستوى المعرفي وخاصة بالجانب النفسي والحركي لدى معلمي درس التربية الرياضية للتعامل مع ذوي الاعاقة.

### ١-٣ هدف البحث:

- التعرف على اثر تطوير الدورة المقترحة للمعلومات النفسية والحركية لمعلمي التربية الرياضية للتلاميذ ذوي الإعاقة.

### ١-٤ فروض البحث :

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للمجموعة التجريبية للتطبيق القبلي.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للمجموعة التجريبية للتطبيق البعدي.
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للمجموعة التجريبية للتطبيقين القبلي و البعدي.

### ١-٥ حدود البحث:

- ❖ الحد المكاني: قاعات قسم الاعداد والتدريب في مديرية تربية بغداد الكرخ الثانية.
- ❖ الحد البشري: مجموعة من معلمي درس التربية الرياضية.
- ❖ الحد الزمني: ٢٢/١١/٢٠١٦ من الى ٢٣/٣/٢٠١٧

**٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية****٢-١ منهج البحث:**

لأجل التوصل إلى الحلول المناسبة لطبيعة المشكلة المطروحة كان من اللازم اختيار المنهج الملائم، وعليه فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي الذي يعني (محاولة ضبط كل المتغيرات التي تؤثر على الظاهرة ماعدا- المتغير التجريبي- وذلك لقياس أثره على تلك الظاهرة) (١:١٣١) .

**٢-٢ مجتمع البحث وعينته :**

هي ذلك" الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث عليه مجمل عمله " (٢:٦٧) حيث تمثل عينة البحث بمعلمين درس التربية الرياضية من مديرية تربية بغداد الكرخ الثانية، ممن يتواجدون بمدارس يتواجد فيها تلاميذ من ذوي الاعاقة، حيث قام الباحثان بأعداد استمارة معلومات تهدف للتعرف على المدارس الابتدائية التي يتواجد فيها تلاميذ من ذوي الاعاقة. وكان المجموع الكلي (للمدارس الابتدائية في مديرية تربية بغداد الكرخ الثانية) (٥٣٠) مدرسة ، وبعد جمع استمارة المعلومات وتفرغها تبين انه توجد (٩٥) مدرسة ابتدائية يتواجد فيها تلاميذ من ذوي الاعاقة ، حيث ستصبح هذه المدارس هي مجتمع البحث الاصلي ، وبعد تحديد مجتمع البحث الاصلي قرر الباحثان ان يختارا (٤٠) مدرسة وذلك بسبب كون القاعة التدريبية طاقتها الاستيعابية من ٣٥ الى ٤٠ (فردا) اما اختيار المدارس فقد اعتمد الباحثان الاسلوب العشوائي في اختيار ال ٤٠ مدرسة لكي يتعد الباحثان عن التحيز بين مدارس المركز ومدارس الاطراف وبين المدارس التي يكون معلم الرياضة اختصاصا وبين المدارس التي يكون فيها معلم الرياضة ممارسا (الممارس: هو معلم ذو اختصاص مغاير لدرس الرياضة ، توكل اليه الادارة درس الرياضة لعدم توفر معلم رياضة بالمدرسة) ، ملحق رقم(١) ، وملحق رقم(٢) .

**٢-٣ استمارة الاستبانة:**

تعد الاستبانة من الأدوات المهمة في جمع البيانات والمعلومات التي يركز عليها البحث، وتعرف الاستبانة على أنها "مجموعة من الأسئلة المكتوبة ، يقوم المُجيب بالإجابة عنها، وهي الأداة الأكثر استعمالاً في الحصول على المعلومات من عينة البحث مباشرة ومعرفة آرائهم واتجاهاتهم" (٣:١٣٥). لذلك وبعد الاطلاع عن كُتب على واقع تدريس مادة التربية الرياضية بالمدارس الابتدائية وإجراء عدة مقابلات مع

بعض المعلمين للتعرف على اساليب تعليم التلاميذ من ذوي الاعاقة، إذ قام الباحثان بأعداد استبانة ذات اسئلة (لها اجوبة نموذجية مدعومة بالمصادر) تهدف الى التعرف على المعلومات والمعرفة العلمية التي يمتلكها المعلمون بخصوص التلاميذ من ذوي الاعاقة، حيث قام الباحثان بأعداد استبانة اولية، وقاما ايضا بتوجيه الاستبانة إلى الخبراء والبالغ عددهم (٥) خبراء ( ملحق رقم (٣) )، من الأساتذة في اختصاصات علم النفس وطرائق التدريس وغيرها لبيان رأيهم بصلاحية فقرات الاستبانة ( ملحق رقم (٤) )، والجدول (١) يوضح ذلك.

### جدول (١) اتفاق السادة الخبراء على مجالات الاستبانة

ت	الفقرات	النسبة المئوية للاتفاق
١	التصنيفات/ توجد لكل حالة عوق، اجب بما تعرفه عن الحالات التالية: ١- تصنيفات الشلل الدماغي. ٢- تصنيفات شلل الاطفال. ٣- تصنيفات البثور. ٤- تصنيفات العمى.	٨٦%
٢	هل تتصور ان منهاج درس التربية الرياضية ملائم لذوي الاعاقة، اذكر ما هي الالعب الملائمة لهم.	١٠٠%
٣	اذا كان لديك احد التلاميذ من ذوي الاعاقة كيف تجري له الاحماء.	٨٧%
٤	ما هي اساليبك في دمج تلميذ من ذوي الاعاقة مع زملائه.	١٠٠%
٥	ما هي اساليبك في دمج تلميذ من ذوي الاعاقة مع مجتمعه	٨٨%
٦	كيف تستخدم خبرتك لتساعد التلميذ من ذوي الاعاقة للتغلب على الحاجز النفسي.	٨٠%
٧	ما هي رسائلك المرسلة الى اسرة تلميذ من ذوي الاعاقة.	١٠٠%
٨	اعطي فكرة عن تثقيفك للمجتمع عن ذوي الإعاقة	٨٥%
٩	ماهي معلوماتك عن الاسعافات الأولية لذوي الإعاقة	١٠٠%
١٠	خبرات المعلم بقوانين الالعب بالمعوقين.	٥٩%
١١	افكارك حولهم.	٦٥%

وبعد أن تم تحديد فقرات الاستبانة التي تم الاتفاق عليها من قبل الخبراء وبعد أن أخذ الباحثان بملاحظات السادة الخبراء من حذف وإضافة وتعديل لفقرات الاستبانة إذ أصبحت الفقرة الثانية فقرتين وهما ((هل يلائم منهاج التربية الرياضية لذوي الإعاقة . ولماذا؟))، ((ماهي الالعاب الملائمة لهم)) إذ استبقيت الفقرات التي حصلت على (٨٠% فاكثراً) ، وبذلك أصبحت أداة القياس بصيغتها النهائية تتكون من (١٠) فقرات.

## ٢-٤ الشروط العلمية للاستبانة:

### ٢-٤-١ صدق المحتوى:

" وهو قياس مدى صلاحية الاختبار للنواحي أو المكونات المختلفة للجانب المراد قياسه " (٤:٩٦). وتحقق صدق محتوى الاستبانة عندما قام الباحثان بإعداد استبانة الاستبانة وتحديد مجالاتها وفقراتها بالاستعانة بمجموعة من الأساتذة الخبراء في مجال علم النفس وطرائق التدريس وعددهم خمسة خبراء سبق ذكرهم في ( ملحق رقم (٣))، واخذ نسبة أكبر من (٨٠%) من آرائهم في قبول المجالات وفقراتها ، وتم التعديل في ضوء ملاحظاتهم عليها . ويؤكد أيبيل Eble " أن أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء والمختصين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من أجلها " (٥:٥٥٥) والاختبار الصادق هو " الاختبار الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها ، ولا يقيس شيئاً آخر بدلاً منها أو بالإضافة إليها " (٦:٢٦٦) وكما هو موضح بالجدول رقم (١) .

### ٢-٤-٢ الثبات:

ويعني " مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للصفة التي يهدف إلى قياسها " (٧:١٣١). واعتمد الباحثان طريقة إعادة الاختبار " لأنها من أكثر طرائق الثبات استعمالاً فقد لا يستطيع الباحث جمع أفراد العينة ثانية لإعادة تطبيق الاختبار (٨:٢٤) .

حيث قام الباحثان بإعادة الاستبانة على نفس العينة البحثية بعد مرور اسبوعين من تاريخ انتهاء التجربة.

بعد ذلك قام الباحثان باستخدام معادلة (الفا كرونباخ)، وبذلك أصبح معامل ثبات الاختبار ( ٠,٨١ )، وهي قيم ذات دلالة يمكن الاعتماد عليها .

**٢-٤-٣ الموضوعية:**

وتعني " أن تكون للأسئلة نفس المعنى عند مختلف أفراد العينة التي يطبق عليها الاختبار، أي إن السؤال لا يقبل التأويل " (٩:٢٤) . فعليه وبعد توزيع الاستبانة على الخبراء لبيان صلاحية فقراتها ، وكذلك توزيعها على عينة البحث لإجراء التجربة الاستطلاعية لاحظ الباحثان عدم وجود أي تلوؤ أو سوء فهم أو إشكال في فهم فقرات الاستبانة ، فقد اتسمت الإجابات بالوضوح مما يدل على موضوعية الاستبانة.

**٢-٥ التجربة الاستطلاعية:**

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية للتعرف إلى الصعوبات التي تواجه عملية تطبيق الاستبانة وكذلك معرفة وضوح التعليمات للمختبرين والمدة الزمنية التي تستغرقها الإجابة على الاستبانة ومقدار فهم واستيعاب المختبرين لفقرات الاستبانة ومدى تعاونهم مع الباحثين . وقد طبقت التجربة على عينة تتكون من (٤) معلمين من خارج عينة البحث ، وجرت التجربة بتاريخ ١٠ / ١ / ٢٠١٧ وتبين أن التعليمات واضحة وان فقرات الاستبانة مفهومه وبعد نهاية التجربة الاستطلاعية أصبحت الاستبانة بفقراتها جاهزة للتطبيق.

**٢-٦ التجربة الرئيسية:****٢-٦-١ إجراءات البحث الميدانية:**

قام الباحثان بالاتفاق مع الأساتذة من ذوي الاختصاص بوضع برنامج تدريبي ، ويشمل ثلاثة محاور (المحور الاول كيفية التعامل النفسي مع ذوي الاحتياجات الخاصة، والمحور الثاني ماهي المعينات الطبية وكيفية التعامل معها ومساعدتهم لذوي الاحتياجات الخاصة في استخدامها، والمحور الثالث كيفية التعامل حركيا من خلال درس التربية الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة) والملحق رقم (٦) يبين مفردات البرنامج التدريبي للدورة التطويرية المقترحة. وبعد تجهيز كافة الامور الادارية والفنية تم تحديد يوم ٥-٣-٢٠١٧ موعدا لإقامة الدورة التدريبية والتي ستكون لمدة (٥) ايام ، حيث سيكون اليوم الاول والثاني (للمحور الاول) واليوم الثالث (للمحور الثاني) واليوم الرابع والخامس (للمحور الثالث).

**٢-٦-٢ الاختبار القبلي:**

قبل ان يتم توزيع الاستبانة قدم الباحثان شرحاً مختصراً لعينة البحث عن اهمية البحث ومدى الفائدة ، وبعد ذلك اوضحا لهم اهمية ان تملأ الاستبانة بكل موضوعية خدمته لهذا الشريحة من ذوي الاحتياجات الخاصة لكون المعلومات التي سوف

يقدموها يجب ان تكون دقيقة ، وبعدها قام الباحثان بتوزيع الاستبانة على العينة في يوم الاحد ٥-٣-٢٠١٧ وهو اول ايام الدورة التطويرية وقبل ان يدخل على العينة المحاضر بالمحور الاول ، حيث اعطيت للعينة الوقت الكافي لملء الاستبانة بما يملكون من معلومات ومعارف علمية، وحسب فقرات الاستبانة، وبعد ان اتم كافة افراد العينة ملء الاستبانة تم سحبها لكي يتم تفريغها .

### ٢-٦-٣ الاختبار البعدي:

قام الباحثان بأجراء الاختبار البعدي على عينة البحث بعد الانتهاء من مفردات الدورة في اخر يوم من الدورة والمصادف ٩-٣-٢٠١٧ الخميس، حيث تم اعادة توزيع الاستبانة على عينة البحث ليتم ملئها بما يملكون من معلومات ومعارف علمية (مع التأكيد على ان تملأ بما تمتلكه انت من معلومات )، وبعد ان انهي كافة افراد العينة ملء الاستبانة تم سحبها ليتم التعامل معها احصائياً.

### ٢-٧ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية spss لمعالجة نتائج البحث من خلال استخدام الوسائل الإحصائية الآتية :

- ١- النسبة المئوية.
- ٢- الفا كرونباخ.
- ٣- الاختبار التائي لعينة ومجتمع البحث.
- ٤- الاختبار التائي لعينتين مترابطتين متساويتين بالحجم.

### ٣- عرض النتائج ومناقشتها:-

سيتم في هذا الباب عرض النتائج التي توصل اليها الباحثان على وفق اهداف البحث وفرضياته ثم مناقشتها وكما هو موضح بالتفصيل.

### ٣-١ الفرضية الصفرية الاولى:-

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للمجموعة التجريبية للتطبيق القبلي عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وللتحقق من صحة الفرضية استخدم الباحثان معادلة الاختبار التائي لعينة ومجتمع البحث ، واشارت النتيجة الى قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة ، اذ بلغت القيمة

المحسوبة (٧،٥٨٠-) وهي اصغر من القيمة الجدولية والبالغة (١،٦٨٤) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) درجة حرية (ن-١) وكما موضح في الجدول (٢).

### الجدول (٢) قيمة الاختبار الثاني للفرضية الصفرية الاولى

مستوى الدلالة	القيمة الثانية		الوسط النظري	التباين	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد الكلي	عينة البحث
	الجدولية	المحسوبة						
٠،٠٥	١،٦٨٤	-٧،٥٨٠	٢٠	٢٠،٨٦٦	٤،٥٦٨	١٤،٥٣	٤٠	المجموعة التجريبية

درجة الحرية (ن-١) = ٣٩

ويتبين من الجدول (٢) ان معلمي التربية الرياضية ليس لديهم معلومات وخبرات كافية في التعامل مع التلاميذ من ذوي الإعاقة. وتؤكد ذلك ماجدة السيد عبيد من أن المؤهل العلمي للمعلم قد لا يكون له أثر على إمتلاك الكفايات التعليمية الخاصة بأداء الموقف التعليمي مع التلاميذ المعوقين ذهنياً من الفئة ( الخفيفة والمتوسطة)، القابلة للتعلم والتدريب (١٠:١٧٢).

### ٢-٣ الفرضية الصفرية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للمجموعة التجريبية للتطبيق البعدي عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ، وللتحقق من صحة الفرضية الصفرية استخدم الباحثان الاختبار التائي لعينة ومجتمع البحث وقد اشارت النتيجة الى رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تنص على انه يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للتطبيق البعدي اذ بلغت القيمة المحسوبة (٤،٣٤٩) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١،٦٨٤) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) درجة حرية (ن-١) وكما موضح في الجدول (٣).

## الجدول (٣) القيم التائية للمتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لأداة القياس

مستوى الدلالة	القيمة التائية		التباين	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد الكلي	عينة البحث
	الجدولية	المحسوبة					
٠,٠٥	١,٦٨٤	٤,٣٤٩	١٧,٧٨٣	٤,٢١٧	٢٢,٩٠	٤٠	المجموعة التجريبية

درجة الحرية (ن-١) = ٣٩

وتشير نتائج الجدول (٣) الى بيان اثر الدورة التطويرية في اكساب معلمي التربية الرياضية العديد من المعلومات والخبرات من خلال المعلومات التي طرحت لهم وبصورة منتظمة وواضحة خلال الدورة التدريبية ، وهذا ما أكدته جنان سعيد الرجو" اذ تم تنظيم المعارف والمعلومات للمعلمين وتحسين فهمها وربطها بما يماثلها واكسابهم القدرة على تطبيقها" (١١:٩٢) .

### ٣-٣ الفرضية الصفرية الثالثة:

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للمجموعة التجريبية للتطبيقين القبلي و البعدي على اداة قياس فن التعامل (نفسياً – وحركياً) مع ذوي الاعاقة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) . وللتحقق من صحة الفرضية الصفرية استخدم الباحثان الاختبار التائي لعينتين مترابطتين متساويتين بالحجم ، وقد اشارت النتيجة الى رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تنص على انه يوجد فرق دال احصائيا بين متوسط درجات معلمي التربية الرياضية للمجموعة التجريبية للتطبيقين القبلي و البعدي اذ بلغت القيمة المحسوبة (١٥,٠٠١) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٦٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكما موضح في الجدول (٤).

## جدول (٤)

القيم التائية للمتوسطين الحسابيين لدرجات المجموعة التجريبية للتطبيقات القبلي والبعدي

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري للفرق	المتوسط الحسابي للفرق	التباين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	التطبيق
	الجدولية	المحسوبة						
٠,٠٥	١,٦٦	١٥,٠٠١	٣,٣٣١	٧,٨٩١	٢٠,٨٦٦	٤,٥٦٨	١٤,٥٣	القبلي
					١٧,٧٨٣	٤,٢١٧	٢٢,٩٠	البعدي

درجة الحرية ٧٨

وتشير نتائج الجدول (٤) الى وجود اثر واضح للدورة التطويرية وبالتالي اكتساب المعلمين المعلومات والمفاهيم التي تساعدهم في التعامل نفسيا وحركيا مع ذوي الاعاقة ، وتتفق جنان سعيد الرجو مع هذا المفهوم "اذ تسهل هذه المعلومات التبصر والتعمق في التعامل مع هذه الفئة" (٩٢:١٢) . كما ويؤكد ذلك مصطفى حسين باهي وآخر على مساهمة محتويات البرامج التكوينية والدورات التدريبية قبل أو أثناء الخدمة بتزويد المعلمين بالمعارف، والتدريب على المهارات الأدائية للكفايات التعليمية للتعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة (٢٤:١٣).

#### ٤-الاستنتاجات والتوصيات

##### ٤-١ الاستنتاجات:

- ١- ان معلمي التربية الرياضية بحاجة الى دورات تطويرية للتعامل مع ذوي الاعاقة .
- ٢- للدورات التطويرية اثر واضح في اكساب معلمي التربية الرياضية معلومات في التعامل نفسيا وحركيا مع ذوي الاعاقة.

##### ٤-٢ التوصيات:

- ١-تعميم البرنامج على معلمي التربية الرياضية في مديرية تربية الكرخ الثانية لغرض الافادة منه لما له من اثر واضح في اكسابهم معلومات التعامل نفسيا وحركيا مع التلاميذ ذوي الاعاقة.

٢- اجراء دراسة مماثلة لتدريب مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية بغداد الكرخ الثانية.

### المصادر

- ١- حميد جاعد محسن. أساسيات البحث المنهجي. ج١(بغداد: الحضارة للطباعة والنشر، ٢٠٠٤م).
- ٢-وجيه محبوب وأحمد بدري؛ البحث العلمي: (مطبعة جامعة بابل ، وزارة التعليم، ٢٠٠٢).
- ٣-يوسف العنزي وآخرون؛ مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق: (الكويت، مكتبة الفلاح للنشر، ١٩٩٩م).
- ٤-محمد ربيع شحاته؛ قياس الشخصية: (القاهرة ، دار المعرفة الجامعية، ١٩٩٤م).
- 5-Eble-R-L-Essential of Educational Measurement: 2<sup>nd</sup> Edition: NewYork: Prentie-Hill,( 1972).
- ٦-محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠م).
- ٧-صلاح الدين محمود علام؛ القياس والتقويم التربوي والنفسى: ط١٠ (القاهرة ،دار الفكر العربي، ٢٠٠٠).
- ٨-علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء فى المجال الرياضى: (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، ٢٠٠٤م).
- ٩-جابر عبد الحميد؛ مناهج البحث فى التربية وعلم النفس: (القاهرة، مكتبة النهضة العربية، ١٩٧٩).
- ١٠-ماجدة السيد عبيد ، الإعاقة العقلية ، ط١ ( الأردن ،دار صفاء للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٠).
- ١١- جنان سعيد الرحو؛ اساسيات فى علم النفس، ط١(لبنان ،الدار العربية للعلوم، ٢٠٠٥).
- ١٢-جنان سعيد الرحو؛ اساسيات فى علم النفس، ط١(لبنان ،الدار العربية للعلوم، ٢٠٠٥).
- ١٣-مصطفى حسين باهي وأمينة إبراهيم شلبي ، الدافعية (نظريات وتطبيقات)، ط١ ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨).

ملحق رقم (١) اسماء المدارس الابتدائية في مديرية تربية الكرخ/٢ التي يوجد فيها معوقون و تم اختيار معلمي التربية الرياضية منها

ت	اسم المدرسة	ت	اسم المدرسة	ت	اسم المدرسة	ت	اسم المدرسة
١	العروبة	٢	اميمة	١	موكب العطاء	٣	الرسال
٢	الصادق المختلطة	٢	طول كرم	١	فاطمة الزهراء	٣	الافلاذ
٣	نضال العرب المختلطة	٢	الارض السعيدة	١	السويب المختلطة	٣	الجزيرة المختلطة
٤	التحرير	٢	حذيفة بن اليمان	١	الخلود	٣	الابداع العراقي المختلطة
٥	ابن الفقيه	٢	الافنان المختلطة	١	احباب الرحمن	٣	نهاوند المختلطة
٦	بلاط الشهداء المختلطة	٢	الرائد	١	بغداد	٣	عشتار
٧	ابل القمح	٢	الابرار المختلطة	١	العلم	٣	الاعلام
٨	حمزة بن عبد المطلب	٢	الفاضل	١	شهداء الحرية	٣	زيد بن علي (ع)
٩	التحدي	٢	جدة	١	خولة بنت الازور المختلطة	٣	ميثم التمار
١٠	الفيحاء المختلطة	٣	تبارك المختلطة	٢	هوازن	٤	احمد شوقي المختلطة

## ملحق رقم (٢)

اعمام لمدارس تربية بغداد الكرخ الثانية ، لبيان تواجد تلاميذ من ذوي الاعاقة في مدارسهم

بسم الله الرحمن الرحيم

المديرية العامة للتربية في محافظة بغداد / الكرخ \*

قسم الاعضاء والتدريب  
شعبة البحوث والدراسات  
العقد : ١١  
التاريخ : ٢٠١٧ / ١ / ٤



جمهورية العراق  
وزارة التربية  
شباب العراق نصر وابداع

---

إلى / ادارات المدارس التابعة لمديرتنا كافة

م/ العوق الفيزيائي

تحية طيبة ...

نخرج لكم انشاء جدول لبيان اعداد الطلبة من ذوي العوق الفيزيائي \*، والمعلومات الخاصة بهم.  
راجين التراج المعلومات المناسبة بها وارسالها لنا بالسرعة الممكنة .

مع التقدير

ملاحظة : تتم الاجابة في عدم وجود طلبة من ذوي العوق الفيزيائي .

ت	الاسم	العمر	مكان العوق		اي وصف اخر
			الطرف العلوي	الطرف السفلي (اليد، الرجل)	

اسم مدرس او معلم مادة التربية الرياضية:  
رقم الهاتف:  
اسم المدرسة:  
موقع المدرسة:  
\*العوق الفيزيائي: (القصور الذي يصيب قدرة الانسان على الحركة وتنقسم الى اعاقة في الحركات الدقيقة) اي استخدام الايدي وتناول الاشياء) او اعاقة في الحركات الكبيرة (اي القدرة على الجالوس والسير .. الخ) .

  
علاء عبد الفايض حسين  
مدير قسم الاعضاء والتدريب  
٢٠١٧ / ١ / ٤

www.moedu.gov.iq

العراق - بغداد - البوادي

www.karkhZedu.gov.iq

## ملحق رقم (٣)

يبين أسماء السادة المحكمين الذين عرض عليهم الباحث محاور وفقرات  
الاستبانة

ت	أسماء المحكمين	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	ايمان عبدالامير الخزرجي	أ . د	علم التدريب الرياضي- رياضة المعوقين	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
٢	علي يوسف	أ . د	علم النفسي	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
٣	سعاد خضر عباس	أ . م . د	ارشاد تربوي	مديرية تربية الكرخ الثانية/مشرفة/ خبيرة تدريب
٤	علاء محمد ظاهر	م . د	تدريب معوقين	جامعة كربلاء/ كلية التربية الرياضية
٥	عمار عبد الحميد كطران	م . م	طرائق تدريس عامة	مديرية تربية بغداد الكرخ الثانية/ شعبة البحوث والدراسات التربوية

## ملحق رقم (٤)

استمارة استبانة آراء الخبراء والمختصين حول تحديد صلاحية الفقرات

الأستاذ الفاضل المحترم.

م/ استبانة

تحية طيبة ...

يروم الباحثان إجراء دراسة عن (( اثر الدورات التطويرية لمعلمي التربية الرياضية في التعامل (نفسيا وحركيا) مع ذوي العوق)) .ويهدف الاستفادة من خبراتكم العلمية والميدانية الرجاء تقييم الاستبانة حيث تهدف الاستبانة الى التعرف على المعلومات والمعارف العلمية التي يمتلكها معلم التربية الرياضية بخصوص ذوي العوق لينتكم من التعامل مع المعوق نفسيا وحركيا. وتضم الاستبانة اسئلة مفتوحة لها اجوبة نموذجية يرجو الباحث منكم تقييمها، علما ان الاجابة معتمده من قبل المصادر العلمية.

ملاحظة: ان مفتاح التصحيح (١،٢،٣) حيث اذا كانت الاجابة صحيحة يأخذ المتدرب (٣)، واذا كانت الإجابة بليست كاملة (نصف صحيحة) يأخذ المتدرب (٢)، واذا كانت الاجابة خاطئة يأخذ المتدرب (١).

مع التقدير.

الاختصاص (ممارس ام اختصاص) /

مكان العمل /

التاريخ /

التوقيع /

الباحثان

## فقرات الاستبانة

ت	الأسئلة	يصلح	لا يصلح	الملاحظات
١	التصنيفات/ توجد لكل حالة عوق فيزيائي ،اجب بما تعرفه عن الحالات التالية: ١- تصنيفات الشلل الدماغي. ٢- تصنيفات شلل الاطفال. ٣- تصنيفات البثور. ٤- تصنيفات العمى.			
٢	هل تتصور ان منهاج درس التربية الرياضية ملائم لذوي الاعاقة، اذكر ما هي الالعاب الملائمة لهم.			
٣	اذا كان لديك احد التلاميذ من ذوي الاعاقة كيف تجري له الاحماء.			
٤	ما هي اساليبك في دمج تلميذ من ذوي الاعاقة مع زملائه.			
٥	ما هي اساليبك في دمج تلميذ من ذوي الاعاقة مع مجتمعه			
٦	كيف تستخدم خبرتك لتساعد التلميذ من ذوي الاعاقة للتغلب على الحاجز النفسي.			
٧	ما هي رسائلك المرسلة الى اسرة تلميذ من ذوي الاعاقة.			
٨	اعط فكرة عن تثقيفك للمجتمع عن ذوي الإعاقة			
٩	ماهي معلوماتك عن الاسعافات الاولية لذوي الاعاقة.			
١٠	خبرات المعلم بقوانين الالعاب بالمعوقين.			
١١	افكارك حولهم.			

## ملحق رقم (٥)

## الاستبانة بصيغتها النهائية

م/ استبانة

الأستاذ الفاضل

المحترم.....

تحية طيبة ...

يروم الباحثان إجراء دراسة عن (( اثر الدورات التطويرية لمعلمي التربية الرياضية في التعامل (نفسيا وحركيا) مع ذوي العوق)).

وبهدف التعرف على المعرفة العلمية التي تمتلكها بفقرات الاستبانة ، الرجاء الاجابة بما تمتلكونه من معلومات عن كل فقرة بشكل علمي ، لكون الاجابة ستخضع للتقييم على وفق معيار المصادر العلمية (اي كل فقرة يوجد لها جواب نموذجي معتمد من مصدر علمي).

مع التقدير.

الباحثان

## فقرات الاستبانة

الإجابة	الأسئلة	ت
	التصنيفات/ توجد لكل حالة تصنيف ،اجب بما تعرفه عن الحالات التالية:	
	١- تصنيفات الشلل الدماغي. ٢- تصنيفات شلل الاطفال. ٣- تصنيفات البتور. ٤- تصنيفات العمى.	١
	هل يلائم منهاج التربية الرياضية لذوي الاعاقة . ولماذا؟	٢
	ما هي الالعب الملائمة لهم.	٣
	اذا كان لديك احد التلاميذ من ذوي الاعاقة كيف تجري له الاحماء.	٤
	ما هي اساليبك في دمج تلميذ من ذوي الاعاقة مع زملائه.	٥
	ما هي اساليبك في دمج تلميذ من ذوي الاعاقة مع مجتمعه	٦
	كيف تستخدم خبرتك لتساعد التلميذ من ذوي الاعاقة للتغلب على الحاجز النفسي.	٧
	ما هي رسائلك المرسله الى اسرة تلميذ من ذوي الاعاقة.	٨
	اعط فكرة عن تثقيفك للمجتمع عن ذوي الإعاقة	٩
	ماهي معلوماتك عن الاسعافات الاوليه لذوي الاعاقة.	١٠



ملحق رقم (٦)  
برنامج الدورة التدريبية المقترحة

<p>المحاضر:- أ.د. اسامة حميد حسن (مكان العمل /الكلية التربوية المفتوحة / الاختصاص علم نفس)</p>	<p>اليوم الاول - الجانب النفسي</p>
<p>الساعة الاولى ٩،٠٠ الى ١٠،٣٠</p>	<p>١-فكرة عامة عن الارشاد النفسي. ٢- الارشاد النفسي لأسرة الطفل المعاق. ٣- استراتيجيات الارشاد النفسي.</p>
<p>الساعة الثانية ١١،٠٠ الى ١٢،٣٠</p>	<p>١- الحاجات النفسية الاساسية للأطفال من ذوي العوق.</p>
<p>المحاضر:- أ.د. اسامة حميد حسن (مكان العمل /الكلية التربوية المفتوحة/ الاختصاص علم نفس)</p>	<p>اليوم الثاني - الجانب النفسي</p>
<p>الساعة الاولى ٩،٠٠ الى ١٠،٣٠</p>	<p>١- الخصائص العامة للمناهج المناسبة لذوي العوق. ٢- الاهداف العامة للمناهج.</p>
<p>الساعة الثانية ١١،٠٠ الى ١٢،٣٠</p>	<p>١-مصادر الضغوط النفسية للأطفال من ذوي العوق. ٢-تسهيل عملية التكيف النفسي للأطفال من ذوي العوق.</p>
<p>م.د عماد عبد الحسين كاظم (مكان العمل/ المستوصف الصحي في مدينة الذرى للمعوقين)</p>	<p>اليوم الثالث - الجانب الطبي</p>
<p>الساعة الاولى ٩،٠٠ الى ١٠،٣٠</p>	<p>١- مقدمة عن التاريخ الطبي والعلاجي لذوي العوق. ٢- عرض المعينات الطبية المستخدمة مع مختلف</p>

	<p>الاصابات لذوي العوق.</p> <p>٣- عرض بعض طرق العلاج للمصابين بالعوق بالأجهزة وبغير الأجهزة.</p>
<p>الساعة الثانية ١١،٠٠ إلى ١٢،٣٠</p>	<p>١- تعليم المعلم افضل الطرق لمساعدة التلميذ من ذوي العوق في استخدام المعينات الطبية.</p> <p>٢- شرح بعض طرق الاسعافات الاولية.</p>

<p>م.م احمد محمد عبد (مكان العمل/ موظف في قسم الاعداد والتدريب/شعبة البحوث/ الاختصاص تعلم حركي)</p>	<p>اليوم الرابع -الجانب الحركي</p>
<p>الساعة الاولى ٩،٠٠ إلى ١٠،٣٠</p>	<p>١- مقدمة.</p> <p>٢- التصنيفات الخاصة بذوي الاعاقة.</p> <p>٣- الاهداف العامة للتربية البدنية الخاصة بذوي الاعاقة.</p>
<p>الساعة الثانية ١١،٠٠ إلى ١٢،٣٠</p>	<p>١- مبادئ وطرق التربية الرياضية للمعاقين.</p> <p>٢- اهمية اللعب للأطفال من ذوي الاعاقة.</p>
<p>م.م احمد محمد عبد (مكان العمل/ موظف في قسم الاعداد والتدريب/شعبة البحوث/ الاختصاص تعلم حركي)</p>	<p>اليوم الخامس - الجانب الحركي</p>
<p>الساعة الاولى ٩،٠٠ إلى ١٠،٣٠</p>	<p>١- البرامج الرياضية المدمجة .</p> <p>٢- الانشطة البدنية التي تناسب المعاقين.</p>
<p>الساعة الثانية ١١،٠٠ إلى ١٢،٣٠</p>	<p>١- الفرق بين التربية البدنية الخاصة والتربية البدنية العامة.</p> <p>٢- البرنامج الفردي في التربية البدنية الخاصة.</p>



## التمكين الإداري وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى القيادات الإدارية في أقسام وكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة

*Administrative Empowerment and its Relation  
to Job Performance among the Administrative  
Leaders in the Departments and Colleges of  
Physical Education and Sports Sciences*

أ.د نبيل عبد الوهاب العزاوي

م.د ساهرة فليح محمد

كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية

٢٠١٧ م

**Prof. Nabil Abdel Wahab Al-Azzawi**

**Sahera Falih Mohamed**

**Faculty of Basic Education / Mustansiriya University**

**2017 AD**

### ملخص البحث

هدفت الدراسة الى أهمية التمكين الإداري الذي يعد الوسيلة الفعالة لزيادة وتطوير كفاءة الأداء للقيادات الادارية اما مشكلة البحث من خلال اطلاع وعمل الباحثة داخل المؤسسة التعليمية لاحظت ان هناك تباينا في كفاءة الاداء لبعض القيادات الادارية ولعل من اهم اسباب التي تعمل على ضعف كفاءة الاداء لبعض القيادات الادارية هو عدم تمتعهم بالتمكين الاداري وعدم مشاركتهم في صنع القرار او التمتع بمتسع من الحرية في اتخاذ قرارات داخل الجامعة او الكلية او الصف مما يسبب ضعفا في الاداء الوظيفي وهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين التمكين الاداري للقيادات الادارية و الاداء الوظيفي للعاملين في أقسام وكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة. وتمثل مجتمع البحث القيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق وهم(معاونو العميد و رؤساء الأقسام ومقررو الأقسام وأعضاء اللجنة العلمية و تقويم

جودة الاداء و الشؤون العلمية ) والبالغ عددهم ( ١٧٠ ) من القيادات الإدارية ، واستخدم الباحثان مقياسي التمكين الاداري لاستخراج النتائج كما استخدمتا الوسائل الإحصائية المناسبة ، واستنتج الباحثان هنالك علاقة بين التمكين الاداري مع كفاية الاداء للقيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ويوصي الباحثان بضرورة تفعيل التمكين الإداري لما له من دور فعال بالأداء الوظيفي .

## Abstract

search included four sections of part I contains an introduction and relevance of research and sports administration were discussed and the importance of empowerment rules yet. Effective way to increase and develop the efficiency of the search problem. leadership through informed and researcher working within the educational establishment I noticed that there were differences in the efficiency of some of the leaders and perhaps one of the most important reasons that work to double the efficiency of some of the leaders is not to They enjoy administrative and non-participation empowerment in decision making or enjoy plenty of freedom to make decisions within a university or college or class, causing weakness in job performance and objective research to identify the relationship between empowerment leadership management and job performance of employees in departments and faculties Physical education and sports sciences. research community represents administrative leadership in colleges and departments of physical education and sports science in Iraq and they (Dean's aides and State departments and scientific sections and the members of the Committee decisions and decides. administrative leadership in colleges and departments of

physical education and sports science in Iraq and they (Dean's aides and State departments and scientific sections and the members of the Committee decisions and decides .

## ١-التعريف بالبحث

### ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تعد شخصية القيادي الاداري في التعليم الجامعي شخصية تربوية وتعليمية وادارية تؤثر تأثيرا فعالا في التطوير الشامل والمتزن لشخصية التدريسيين والمتعلمين بل لشخصية المجتمع الذي ينتمي اليه. ونتيجة للتطور الحاصل في العالم بسبب العولمة وظهور مفاهيم كالتمكن الاداري الذي حظي باهتمام من قبل العاملين و الباحثين على تطوير الموارد البشرية في الادارات الحديثة للمنظمات و المؤسسات التعليمية، اذ ان كفاءة الاداء القيادي الاداري في التعليم الجامعي تشكل مدخلا نحو تحسين مخرجات المؤسسة التعليمية ولعل التمكين الإداري هو الوسيلة الفعالة لزيادة وتطوير كفاءة الاداء للقيادات الادارية الذي يعني إعطاء القيادي الحرية والصلاحيه والمسؤولية، والثقة وتشجيعهم على المشاركة والمبادرة باتخاذ القرارات المناسبة متزامنة مع مراقبة الذات لإحساسه بانه مالك لهذه المؤسسة، من هنا برزت أهمية هذا البحث من خلال التركيز بشكل رئيسي على وظيفة التمكين الاداري من خلال بناء مقاييس ملائمة للبيئة العراقية و التعرف على مستويات التمكين الوظيفي للعاملين من خلال المشاركة في اتخاذ القرارات داخل الجامعات والكليات وخلق جو من الثقة المتبادلة والشعور بالمسؤولية المشتركة داخلها .

### ٢-١ مشكلة البحث:

إن تقويم الأداء الوظيفي في الجامعات العراقية يتمحور حول مجال مستوى اداء الجودة في المؤسسة التعليمية بقصد تطويرها وتحسينها، اذ تعد احدى الاساليب الحديثة في تقويم المؤسسات التعليمية و هي واحدة من اهم الاسباب التي تؤدي الى رفع مستوى جودة الأداء داخل الجامعة او الكلية وزيادة علمية وعملية عالية المستوى كميًا ونوعيًا نتيجة الشعور بالمسؤولية المباشرة عن عمل هذه المؤسسة . ومن خلال اطلاع وعمل الباحثة داخل المؤسسة التعليمية لاحظت ان هناك تباينا في كفاءة الاداء لبعض القيادات الادارية وقد تكون الاسباب نابعة من تكوين شخصية التدريسي او مؤثرات مرحلية تعود الى تجاذب افكار التدريسيين لاتجاهات مختلفة في هذه المؤسسات

العلمية او لعدم تقبلهم لأراء زملائهم الاخرين او الوزارة او الجامعة او العمادة ولعل من اهم الاسباب التي تعمل على ضعف كفاءة الاداء لبعض القيادات الإدارية هو عدم تمتعهم بالتمكين الاداري وعدم مشاركتهم في صنع القرار او التمتع بمتسع من الحرية في اتخاذ قرارات داخل الجامعة او الكلية او الصف مما يسبب ضعفا في الاداء الوظيفي ومن هذا المنطلق اصبح من الضروري تقويم أداء القيادات الادارية على وفق متطلبات التمكين الإداري وفي تشخيص نقاط القوة والضعف مع كفاءة الاداء داخل المؤسسة التعليمية لتعزيزها بما يعزز كفاءة الاداء للجامعة او الكلية وتقويم نواحي الضعف لتجاوزها من خلال المشاركة في صنع قرارات المؤسسات التعليمية .

### ٣-١ هدف البحث

-التعرف على العلاقة بين التمكين الاداري للقيادات الادارية و الاداء الوظيفي للعاملين في أقسام وكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### ٤-١ مجالات البحث

١-٤-١ المجال البشري : (١٧٠) من القيادات الادارية في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة

٢-٤-١ المجال المكاني: كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق

٣-٤-١ المجال الزماني : ٢٠١٦/١١/٢ لغاية ٢٠١٧ /٢/١٢

### ٢ - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

#### ٢ - ١ منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة

#### ٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم القيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق وهم ( معاونو العميد ورؤساء الأقسام ومقررو الأقسام وأعضاء اللجنة العلمية و تقويم جودة الاداء و الشؤون علمية ) والبالغ عددهم ( ١٧٠ ) القيادات الادارية موزعا على عينة للتجربة الاستطلاعية الاولى من (١٨) قيادي و اداري وكان الهدف من هذه التجربة التعرف على الزمن الكلي لتطبيق المقاييس و التعرف على الصعوبات والمعوقات والتجربة الاستطلاعية الثانية لبناء المقياس من (٧٦)

قيادي و اداري تم اختيارهم عشوائياً. وعينة التطبيق و بلغ عدد افراد العينة (١١٢)

### ٢-٣ وسائل جمع المعلومات المستخدمة بالبحث:

- المصادر العربية والأجنبية.
- الاختبارات والقياس
- استمارة استطلاع آراء الخبراء للمجالات والفقرات ( التمكين الاداري والاداء الوظيفي )
- المقابلات الشخصية مع الخبراء

### ٢-٤ خطوات تنفيذ البحث :

#### ٢-٤-١ تحديد المقاييس الخاصة بالبحث:

لما كان البحث يهدف الى التعرف على التمكين الاداري و كفاية الأداء للقيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق قامت الباحثة ببناء استبانات لتحديد مجالات التمكين الاداري واعدت الاستبانة الخاصة لجمع البيانات واعتمدها، اذ اعتمد الباحثان على المصادر والمراجع العلمية في تكوين الاستبانات من خلال محاورها و عباراتها.

#### ٢-٤-٢ بناء المقاييس (التمكين الاداري وكفاية الاداء الوظيفي).

بعد الاطلاع على الدراسات النظرية و البحوث ذات الصلة و من خلال تحليل المراجع والبحاث النظرية المرتبطة بموضوع التمكين الاداري في مجال الادارة و الادارة الرياضية ، تمكن الباحثان في ضوء تلك الدراسات من اقتراح (٨) مجالات وهي: (تفويض السلطة، تحديد المهام ، القوة ، العمل الجماعي ، المشاركة ، اتخاذ القرار، تنمية السلوك الريادي والتدريب ، الحرية) ، وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الادارة و الاختبارات و القياس عددهم (١٥) خبيراً ، كما تمكن الباحثان في ضوء تلك الدراسات من اقتراح (٨) مجالات وهي: (كفاية الشخصية والسلوك ، كفاية الإدارة والأداء ، الكفاية المعرفية، الإبداع ، المتابعة ، التدريب والتطوير ، و رضا المستفيد و التقويم )) وعرضها على نفس المجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الادارة و الاختبارات و القياس و علم النفس وعددهم (١٥)

خبيراً وطلب منهم إبداء آرائهم وقد أبدى السادة الخبراء موافقتهم على (٥) من المجالات المقترحة وتعريفاتها و بعد اجراء بعض التعديلات الطفيفة بتغيير تسمية (مجال كفاية الشخصية والسلوك الى مجال كفاية السلوك القيادي)

### ثانياً: تحديد فقرات المقياسين.

بعد تحديد المجالات استناداً الى الدراسات العربية و الاجنبية وبعض المقاييس النفسية التي تناولتها الدراسات السابقة على المستوى المحلي و العربي و العالمي فيما يتعلق بموضوع البحث، قام الباحثان بصياغة فقرات المقياس التمكين الاداري بصورتها الاولية و البالغ عددها (٤٧) فقرة موزعة في اربع مجالات للمقياس (تفويض السلطة والقوة و المرونة. والعمل الجماعي و تحديد المهام. ومجال تنمية السلوك الريادي والتدريب) وتم عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء لغرض تقويمها والحكم عليها من حيث صياغتها وصلاحيتها في قياس التمكين الاداري والمجالات المتضمنة لقياسه واتجاه العبارة السلبية والايجابي والتحقق من صلاحية مقياس التقدير الخماسي (تنطبق عليّ دائماً ، تنطبق عليّ غالباً ، تنطبق عليّ احياناً ، تنطبق عليّ نادراً ، لا تنطبق عليّ ابدأ) وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة الفقرات لمجالات المقياس ، ،اما مقياس كفاية الاداء قام الباحثان بصياغة فقرات المقياس بصورتها الاولية و البالغ عددها (٥٥) فقرة موزعة في خمسة مجالات للمقياس والملاحظات التي أبداها السادة الخبراء .

### ثالثاً: احتساب أوزان البدائل:

اعتمد الباحثان المقياس الخماسي الطريقة (ليكرت) في صياغة فقرات مفردات المقياس وكان احتساب الأوزان باتجاه ايجابي من (١-٥) على وفق البدائل ، وهي: وهي: عبارة (،لاتنطبق عليّ ابدأ)، أعطيت الوزن (١) درجة ، وعبارة (تنطبق عليّ نادراً) ، أعطيت الوزن (٢) درجة ، وعبارة (تنطبق عليّ احياناً)، أعطيت الوزن (٣) درجات، وعبارة (تنطبق عليّ غالباً) ، أعطيت الوزن (٤) درجات، وعبارة (تنطبق عليّ دائماً)، أعطيت الوزن (٥) درجات. وعكسه بالاتجاه السلبي

## رابعاً: المعاملات العلمية لمقياس التوافق المهني :

١. صدق المقياس .

أ : صدق المحتوى:

-الصدق الظاهري : قد تحقق الصدق الظاهري للمقياس عندما تم عرض المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء للحكم على مدى صلاحية فقراته في قياس التوافق المهني، وقد اجمعوا على أن الفقرات صالحة لذلك.

- الصدق المنطقي : وقد توافر هذا المؤشر للصدق في المقياس الحالي عند بداية إعداد المقياس من خلال التعريف لمفهوم التوافق المهني وتحديد مجالاته وفقراته بالاستعانة بمجموعة من الخبراء في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي والاختبارات والقياس .

## ب : صدق البناء (Construct Validity) .

أولاً: القوة التمييزية للفقرات.

تم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات. ورتبت الاستمارات تنازلياً من أعلى درجة الى أدنى درجة. ثم اختيرت نسبة (٢٧%) العليا بعدد (٢٠) استمارة، و(٢٧%) الدنيا بعدد (٢٠) استمارة من الدرجات لتمثل المجموعة المتطرفة واستبعاد نسبة (٤٦%) الوسط بعدد (٣٦) استمارة ، وتم بعد ذلك استخدام اختبار (t.test) لغرض احتساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات المقياس (٤٤) وقد أظهرت النتائج أن مستوى الدلالة المحتسب هو اصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (٠,٠٥) الأمر الذي يعني دلالة قيم (ت) المحتسبة كافة ولجميع الفقرات اما مقياس كفاية الاداء الوظيفي لغرض احتساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات المقياس (٥٢) استخدمت الباحثة نفس الطريقة وقد أظهرت النتائج أن مستوى الدلالة المحتسب هي اصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (٠,٠٥) الأمر الذي يعني دلالة قيم (ت) المحتسبة كافة ولجميع الفقرات باستثناء (٣) فقرات وهي (٧، و ١٠، و ٣١) وكما يبين في الجدول (١٥). واصبح المقياس مكون (٤٩) فقرة

## ثانياً: معامل الاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية):

لإيجاد معامل الاتساق الداخلي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ولجميع أفراد العينة البالغة (٧٦) القيادات الادارية في كليات و اقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة وأتضح أن (٢) فقرة غير دالة إحصائياً وهي (١٥، ٣٣) وقد تم استبعادها من المقياس لان معامل الارتباط لكل منها أكبر من مستوى الخطأ البالغ (٠,٠٥). وبذلك تبقى (٤٢) فقرة لقياس التمكين الاداري والملحق يبين فقرات المقياس اما مقياس كفاية الاداء تم استبعاد (٣) فقرات من المقياس لان معامل الارتباط لكل منها أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) والفقرات هي (٩، ٢٩، ٤١) وبذلك تبقى (٤٦) فقرة لقياس الرقابة يبين المقياس النهائي.

## ٢- ثبات المقياس :

وللتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحثان طريقتين هما التجزئة النصفية استخدم الباحثان استمارات التمكين الاداري عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (٧٦) استمارة للقيادات الادارية قي كليات و اقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة لحساب معامل الثبات بهذه الطريقة وقسم الفقرات فردية وزوجية ثم تم استخراج معامل الارتباط بين هذين النصفين. واستخرج معامل الثبات بين مجموع درجات النصفين باستخدام معامل الارتباط ، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (٠,٦٨٣) عند مستوى خطأ بلغ (٠,٠٠٠)، أن هذه القيمة توضح الثبات لنصف الاختبار لذا تم استخدام (معادلة سبيرمان - براون) لذلك تم تعديل قيمة معامل ثبات نصف الاختبار بمعادلة دلالة ثبات سبيرمان براون (Spearman – Brawn) وقد بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس (٠,٨٥٦) وهذا مؤشر جيد وهو معامل ثبات عال، يمكن الاعتماد عليه لتقدير ثبات الاختبار ، ولمقياس كفاية الاداء وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (٠,٧٤٢) عند مستوى خطأ بلغ (٠,٠٠٠)، لذا تم استخدام (معادلة سبيرمان - براون) لذلك تم تعديل قيمة معامل ثبات نصف الاختبار بمعادلة دلالة ثبات سبيرمان براون (Spearman – Brawn) وقد بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس (٠,٩٢٢) وهذا مؤشر جيد وهو معامل ثبات عال، يمكن الاعتماد عليه لتقدير ثبات الاختبار.

**٣- موضوعية المقياس:**

بعد أن تم تفريغ البيانات من الاختبار وأعادته اتضح بان جميع العبارات كانت واضحة للعينة كما أنها تتميز بكون البدائل اختيار من متعدد ولا تقبل الإجابة عن أكثر من بديل ولا توجد فيها عبارة للإجابة المفتوحة حيث تعد الاستبانة ذات موضوعية عالية ولا يمكن الاختلاف على الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة كما تضمن المقياس نفس المعلومات عن المستجيب وتعليمات ترشده إلى كيفية الإجابة عن المقياس .

**٢-٥ تطبيق المقياس (التجربة الرئيسة) .**

وقد قام الباحثان بتطبيق المقياس التمكين الإداري و كفاية الاداء الوظيفي على عينة من مجتمع البحث بالطريقة العشوائية وقد وزعت الباحثة على عينة تكونت (١١٨) من القيادات الادارية في كليات و اقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة من تاريخ ٢٠١٦/١٢/٨ لغاية ٢٠١٧/٢/١٢ عولجت احصائيا لاستخراج النتائج.

**٢-٦ الوسائل الإحصائية :**

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز (SPSS)

**الباب الثالث****٣-١ عرض نتائج كفاية الاداء وعلاقته بالتمكين الإداري لدى القيادات الادارية .**

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين التمكين الإداري وكفاية الاداء

وقد تبين وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

بين محاور التمكين الإداري الأربعة وكفاية الاداء الوظيفي

**٣-٢ مناقشة نتائج علاقة الارتباط بين مقياس التمكين الإداري وكفاية الاداء.**

تشير العلاقة الارتباطية الى وجود علاقة ارتباط بين التمكين الإداري وكفاية الاداء لدى القيادات الادارية في كليات و اقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة. لجميع المحاور باستثناء السلوك الريادي والتدريب مع كفاية الاداء. إذ ان للأداء الوظيفي علاقة

بتحقيق الاداري للاهداف الموضوعه له او اداء الاداري المكلف بالعمل الذي ينفذه بشكل صحيح. وان هذه النتائج قد اشارت بصورة واضحة العيان طبيعة العمل الاداري يتطلب من القائد الاداري استمرارية و مواكبة عمله وادائه المهني من خلال اتخاذه بعض القرارات بصورة مباشرة من قبله لتطوير العمل ويتم ذلك من خلال تحسين هذا الاداء في تمكين القائد ببعض الصلاحيات واعطائه دفعة في إدارة شؤون المؤسسة التعليمية. من خلال رفع مستوى الشعور بالمسؤولية تجاه الكلية التي ينتمي لها وتدفع بالإداري لان يكون قادرا على مواجهة التحديات التي تواجهه من اجل السعي باتجاه في تنمية مهارات العاملين معه على النحو الذي يمكنهم من تحسين أدوارهم في تحقيق ادارة جودة ونوعية اداء عالية في التعليم. وكفايته بالنهوض بأعباء وظيفته الحالية ومدى استعداده لتقلد الموقع الاداري. ويمكن تفسير ذلك أنه كلما ارتفع مستوى التمكين الإداري لدى القيادات الادارية زاد ذلك من مستوى الأداء والعكس صحيح حيث ان رفع مستوى الانتماء الى الكلية والعمل على نجاحها وهي من اهداف التمكين الاداري و دافع لا قدام الاداري على أداء مهمته ما بنشاط وحماس كبيرين، ويشير الى ذلك (كمال درويش) الى ان الاداري (( هو الفرد الذي يشعر بما يجب عمله وكيفية عمله في أي مستوى تنظيمي، وأنه يقوم بتنفيذ الجزء المسئول عنه من البرنامج بنشاط وكفاية كبيرة)) (١:٨). وهذا يتفق مع ما اشار (حبيب حجاز) ((إذ يتوقف نجاح الكلية في تحقيق أهدافها على مقدار ما يبذله التدريسي من أنشطة وامكانية في إيصال المادة العلمية. أي امتلاكه الكفايات اللازمة التي تتصل بالمواد الدراسية والطالب والتخطيط للعملية التعليمية والاحلاص بالأداء والشعور بالانتماء ومردود النجاح المهني، وتقويم الأداء بشكل مستمر)) (٢:٤٢). لذلك فمن المنطقي ان تكون العلاقة منطقية بين التمكين الاداري وكفاية الاداء لدى القيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة.

#### ٤ – الاستنتاجات والتوصيات

##### ٤-١ الاستنتاجات

١. توجد علاقة بين محور تفويض الصلاحيات مع كفاية الاداء للقيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق.
٢. توجد علاقة بين محور العمل الجماعي وتحديد المهام مع كفاية الاداء للقيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق.

٣. توجد علاقة بين محور القوة والمرونة مع كفاية الاداء للقيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق.

٤. توجد علاقة بين التمكين الاداري مع كفاية الاداء للقيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق.

#### ٢-٤ التوصيات

في ضوء الدراسة التي تم التوصل إليها، يوصي الباحث بالاتي:

١. تنمية وتعزيز التمكين الاداري لدى القيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق

٢. تشريع قوانين تعطي بموجبها صلاحيات كافية للقيادات الادارية في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق

٣. إجراء دراسات مشابهه على التدريسيين الجامعيين والعمداء في العراق

#### المصادر:

١. كمال درويش: الأسس العلمية للتخطيط والتنظيم والإدارة في مجال التربية الرياضية ، القاهرة ، ١٩٩٣ .

٢. حبيب حجاز: تمويل التعليم وتقنيات برمجة الموازنة ، (لبنان، بيروت، مكتب اليونسكو الاقليمي للتربية في البلاد العربية ،المطبعة العربية ، ١٩٩٠ .



## الذكاء الروحي والاجتماعي وعلاقتها بالاستقرار

### النفسي للاعبين بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين

*Spiritual and social intelligence and their relation to the psychological stability of the players of some individual and differential games*

أ.م.د رحيم حلو علي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة ميسان

[Raheem\\_hilo@yahoo.com](mailto:Raheem_hilo@yahoo.com)

**Researcher ADD Rahim Hulo Ali**

**Faculty of Physical Education and Sports Sciences**

**University of Maysan**

**[Raheem\\_hilo@yahoo.com](mailto:Raheem_hilo@yahoo.com)**

#### مستخلص البحث

يعد ذوو الإعاقة احد مكونات الحياة التي لها الدور الفعال والبارز في تحقيق جزء من اهدافه المرسومة، ولاسيما في المجال الرياضي فضلاً عن تحقيق أهدافه الشخصية.

يهدف البحث التعرف على درجة الذكاء الروحي والاجتماعي والاستقرار النفسي للاعبين بعض الالعاب الفردية والفرقية ، فضلاً عن التعرف على العلاقة بينهما، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة المشكلة، وشملت عينة البحث عدداً من لاعبي بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين في المنطقتين الوسطى والجنوبية، اختيروا بالطريقة العشوائية، وتم استخدام (مقياس

الذكاء الروحي-مقياس الذكاء الاجتماعي-مقياس الاستقرار النفسي)، وقد تم استخدام الحقيبة الاحصائية لمعالجة البيانات. وقد تم التوصل الى الاستنتاجات التالية:

١. ان لاعبي بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين يتمتعون بدرجة من الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي.
٢. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي الالعاب الفردية والفرقية المعاقين في الذكاء الروحي.
٣. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي الالعاب الفردية والفرقية في الذكاء الاجتماعي ولصالح لاعبي الالعاب الفرقيه.
٤. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي الالعاب الفردية والفرقية في الاستقرار النفسي ولصالح لاعبي الالعاب الفرقيه.
٥. توجد علاقة ارتباط بين الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى افراد العينة.

## Abstract

Persons with disabilities are one of the components of life that have an active and prominent role in achieving some of its goals, especially in the sports field as well as achieving its personal goals.

The researcher used the descriptive method in the method of correlative relations to suit the nature of the problem. The sample of the study included a sample of the players of some individual and differential games in the middle and southern regions , Were chosen by random method, and the scale was used (the measure of spiritual intelligence - the measure of social intelligence the measure of psychological stability), has been used statistical bag to process data. The following conclusions were reached:-

1-The players of some individual and differential games have a degree of spiritual intelligence, social intelligence and psychological stability.

2-There are no statistically significant differences between players of individual and differential games in spiritual intelligence.

3-There are differences of statistical significance between the players of the individual games and the difference in the social intelligence and for the players of the games.

4-There are differences of statistical significance between the players of the individual and differential games in the psychological stability and for the benefit of the players of the separate games.

5-There is a correlation between spiritual intelligence, social intelligence and psychological stability among the sample members.

## ١-التعريف بالبحث:

### ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

للوصول إلى مجتمع متطور لا بد من التكامل والتضافر بين مكوناته المختلفة لتحقيق أهداف الدولة المتعددة وفق أسس قوامها العلم والتجريب والتقويم المستمر، ويعد ذوو الإعاقة احد هذه المكونات التي لها الدور الفعال والبارز في تحقيق جزء من هذه الأهداف ولاسيما في المجال الرياضي فضلاً عن تحقيق أهدافه الشخصية، فتحقيق القبول الاجتماعي وصولاً لتحقيق الذات إحدى أهدافه جراء الممارسة الرياضية القريبة إلى اتجاهه النفسي.

ويعد علم النفس من العلوم التي أولت اهتماما كبيرا بشريحة المعاقين من خلال تقديم كل الخدمات النفسية لهم وذلك لمساعدتهم في فهم أنفسهم وتكيفهم مع إعاقاتهم

وبيئتهم وكيفية حل المشكلات واتخاذ القرار في المواقف المختلفة، فالذكاء الروحي احد مواضيع علم النفس ونوع من انواع الذكاءات المهمة ، اذ انه مجموعة من القدرات التي يستخدمها الفرد في حياته اليومية في محاولة للتكيف مع احداث الحياة والوصول الى حالة الاستقرار والصحة النفسية وهو الذي يهتم بالحياة الداخلية للعقل والروح في علاقتهما بالعالم ، ويتضمن ذلك القدرة على الوصول لفهم اعمق للحياة ولقضايا الوجود والعودة على امتلاك البصيرة والحكمة التي تنتقل بنا الى مستويات متباينة من الوعي بالذات وبالوجود. وتتمثل اهمية الذكاء الروحي بأهمية استخدامه من جانب الافراد الباحثين عن القيم الراقية ، بهدف تحقيق التميز في حياتهم الخاصة ، في علاقاتهم مع انفسهم ويمكن الوصول لذلك من خلال استخدامهم لبعض القيم مثل النزاهة، الأمانة، الاحترام ، الشجاعة في علاقتهم مع انفسهم ومع الاخرين.

وكذلك الذكاء الاجتماعي من المفاهيم الحديثة نسبيًا في علم النفس الا انه حظي بكثير من الدراسات والابحاث لأنه يلفت النظر الى مفهوم اكثر عمقا للذكاء ويزيد من القدرة على تقييم الذكاء بشكل عام وانه يتكامل مع الذكاءات المتعددة بوصفه مكونا مهما في الحياة اليومية، لذا فالفرد الذي يمتلك الذكاء الاجتماعي لديه القدرة على فهم ما هو صحيح وما هو خاطئ والتصرف بناء على القيم التي يعتقد انها صحيحة ، او تلك القدرات الخلقية التي يمكن تنميتها بحيث يستطيع الفرد التعرف على الصح او الخطأ باستخدام القدرات العقلية والعاطفية وذلك للرقى بالسلوك والاستقرار النفسي .

لذا فالاستقرار النفسي يعد من المفاهيم المهمة في مجال علم نفس العلاقات الاجتماعية ، اذ انه يعبر عن تلك العلاقة المتبادلة بين فردين او اكثر من افراد المجتمع اذ يتوقف سلوك كل واحد منهم على سلوك ورد فعل الاخر ، وهو عملية نفسية تؤدي الى التأثير على افعال الاخرين وعلى وجهات نظرهم ، وتتجلى أهمية البحث في الحاجة الملحة والأكيدة للتعرف على مستوى الذكاء الروحي و الاجتماعي والاستقرار النفسي للاعبين بعض الالعاب الفردية والفرقية اذ ان الفرد المعاق كائن اجتماعي تكفل له عملية التنشئة الاجتماعية تعليمه السلوك الاجتماعي بما يتضمنه هذا السلوك من علاقات اجتماعية ايجابية ، وتبادل اجتماعي نافع وسلوك تواصلية هادف تتحقق فيه الاسس الاجتماعية للحياة التي تهدف إلى تقديم المساعدة لهم من اجل رعايتهم نفسيا وحل المشكلات التي يتعرضون إليها في التدريب والمنافسة وفي حياتهم اليومية مما يساهم في التخفيف من الضغوط النفسية ومن ثم تحقيق التوافق النفسي على الأصعدة كافة ، الجسدية والنفسية والسلوكية والاجتماعية .

**١-١ مشكلة البحث:**

إن علم النفس من العلوم التي أولت اهتماما كبيرا لشريحة المعاقين من خلال تقديم كل الخدمات النفسية لهم وذلك من خلال فهم أنفسهم وتكيفهم مع إعاقاتهم وبيئتهم وكيفية حل المشكلات واتخاذ القرار، وإن الاهتمام بالأفراد المعاقين يعد من بين المؤشرات التي نستطيع أن نحكم بها على تطور حياة المجتمع في المجالات كافة، ومما لا شك فيه أن الإعاقة توهن من قدرة صاحبها الأمر الذي يلقي بظلاله على قدرة هؤلاء الأفراد للوصول إلى الحد الأقصى من تطوير قدراتهم البدنية والسلوكية والاجتماعية ومن ثم تقل قدرتهم على العطاء وتجعله في أمس الحاجة إلى عون خارجي متمثل في تطور المهارات النفسية والاجتماعية ومهارات التواصل لديهم، لذا تكمن مشكلة البحث في صورة السؤال التالي:

(هل هناك علاقة بين الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي للاعبين بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين)؟

**٢-١ أهداف البحث :**

١. التعرف على درجة الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى لاعبي بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين .
٢. التعرف على العلاقة بين الذكاء الروحي والاستقرار النفسي لدى افراد العينة .
٣. التعرف على العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى افراد العينة.
٤. التعرف على العلاقة بين الذكاء الروحي والاجتماعي والاستقرار النفسي لدى افراد العينة .

**٣-١ فروض البحث:**

١. توجد علاقة ارتباط بين الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي بين لاعبي بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين.

**٤-١ مجالات البحث :**

- ١-٥-١ المجال البشري: عينة من لاعبي بعض الالعاب الفردية والفرقية للمنطقتين الوسطى والجنوبية للموسم الرياضي ٢٠١٥-٢٠١٦.

١-٥-٢ المجال الزمني : للفترة من ١ / ١٠ / ٢٠١٦ لغاية ٢٥ / ١٢ / ٢٠١٦ .

- ١-٥-٣ المجال المكاني: القاعات الخاصة بتدريب اللاعبين المعاقين في المنطقتين الوسطى والجنوبية.

**٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:**

**٢-١ منهج البحث :** استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وذلك لملاءمته وطبيعة مشكلة البحث.

**٢-٢ مجتمع البحث وعينته :** شمل مجتمع البحث لاعبي الالعاب الفردية والفرقية المعاقين للمنطقتين الوسطى والجنوبية. وتكونت عينة البحث من (٩٠) لاعبا من بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين بواقع (٤٥) لاعبا من الالعاب الفردية و(٤٥) لاعبا من الالعاب الفرقية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .

**٢-٣ وسائل جمع المعلومات:**

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية
- مقياس الذكاء الروحي.
- مقياس الذكاء الاجتماعي.
- مقياس الاستقرار النفسي.

**٢-٤ اجراءات البحث الميدانية:-****٢-٤-١ تحديد المقاييس:**

أن مشكلة البحث الحالي ألزمت الباحث بحصر وتحديد المتغيرات الخاصة بالدراسة ، أذ تم تحديد متغير الدراسة(مقياس الذكاء الروحي-مقياس الذكاء الاجتماعي-مقياس الاستقرار النفسي) من خلال الاطلاع على الادبيات والمصادر العلمية والدراسات السابقة .

**٢-٤-١-١ مقياس الذكاء الروحي:**

استخدم الباحث مقياس الذكاء الروحي من اعداد (الغداني، ٢٠١١) ، ويتكون المقياس من (٧٠) فقرة موزعة على خمسة أبعاد بحيث يتكون كل بعد من ١٤ فقرة ، وقد صمم الإجابة بنظام خماسي التقدير على وفق طريقة ليكرت بحيث يكون تقدير الدرجات في الفقرات الايجابية لا مطلقا ( ١ درجة) وغالبا لا (٢ درجة ) ومتوسط (٣ درجات) وكثيرا (٤ درجات) وكثيرا جدا (٥ درجات) والعكس في توزيع الدرجات اذا كانت الفقرات سالبة الاتجاه(٦:٧٤)

## ٢-٤-١-٢ مقياس الذكاء الاجتماعي:

استخدم الباحث مقياس الذكاء الاجتماعي من اعداد (السيد محمد ابو هاشم ، ٢٠٠٨) ويتميز هذا المقياس كونه يصلح لقياس الذكاء الاجتماعي وله درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية ويتكون من ( ٨١ فقرة) موزعة على(٦ محاور)، وجميع الفقرات بالاتجاه الايجابي ما عدا الفقرات ذوات الارقام ( ٢٦، ٣٢، ٢١، ١٤، ٩، ٢) بالاتجاه السلبي والاجابة على هذه الفقرات تكون على خمسة بدائل (لا اوافق بشدة ، لا اوافق ، غير متأكد ، اوافق ، اوافق بشدة)(٢:٧٠)

## ٢-٤-١-٣ مقياس الاستقرار النفسي :

استخدم الباحث مقياس الاستقرار النفسي المعد من قبل (فاضل كردي شلاكة ، ٢٠١٠)

ويتميز هذا المقياس كونه يصلح لقياس الاستقرار النفسي وله درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية ويتكون من (٣٨) فقرة موزعة على(٦ محاور)، وان الفقرات بالاتجاه الايجابي(٢١) والفقرات بالاتجاه السلبي(١٨) والاجابة على هذه الفقرات تكون على خمسة بدائل، (تنطبق عليه دائماً-تنطبق عليه كثيراً-تنطبق عليه بدرجة متوسطة-تنطبق عليه قليلاً-لا تنطبق عليه)، وان اعلى درجة للمقياس (١٩٠) وادنى درجة(٣٨)(٩:٨١).

## ٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقاييس ووضوح فقراتها للاعبين الألعاب الفردية والفرقية المعاقين، والتعرف على الوقت المستغرق لإجاباتهم، وكذلك التعرف على ظروف تطبيق المقاييس ، تم تطبيق المقاييس على عينة استطلاعية مؤلفة من(١٠) لاعبين اختيروا عشوائيا بتاريخ ٢٦/١٠/٢٠١٦ ، وقد اتضح من هذه التجربة ان تعليمات المقاييس وفقراتها واضحة .

## ٦-٢ الأسس العلمية للمقاييس المستخدمة في البحث:

## ١-٦-٢ الصدق :

من اجل التأكد من صدق الاختبارات للمقاييس ( مقياس الذكاء الروحي-مقياس الذكاء الاجتماعي-مقياس الاستقرار النفسي ) قام الباحث بإيجاد معامل الصدق الذاتي عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات . ويشير هذا النوع من الصدق الى الكيفية التي يبدو فيها المقياس مناسباً للغرض الذي وضع من اجله (٥:١٣٤) وقد تحقق هذا الصدق من خلال عرض الاختبار الحالي على الخبراء والمختصين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة وعلم النفس للحكم على مدى صلاحية مواقفه كونها تقيس ما أعدت من اجله واتفق (٧٥%) فأكثر من الخبراء والمختصين يعد كافياً لتحديد ذلك.

## ٢-٦-٢ الثبات :

يعد الثبات من العناصر الأساسية في إعداد الاختبارات والمقاييس واعتماد نتائجها و يعرف الثبات بأنه " الدقة في تقدير العلامة الحقيقية للفرد على الفقرة التي يقيسها المقياس ، أو مدى الاتساق في علاقة الفرد إذا أخذ المقياس نفسه مرات عدة في الظروف نفسها " (١:٩٤) . وهناك عدة طرائق يمكن من خلالها استخراج معامل الثبات وقد أختار الباحث من بينها طريقتين هما طريقة ألفاكرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

## ٣-٦-٢ الموضوعية :

يقصد بها " عدم تدخل ذاتية الباحث وآرائه ومعتقداته في نتائج الاختبار. (٩:١٥٣) " بمعنى إذا طبقت على فرد ما ، أو مجموعة ما ثم صححت فأنها سوف تظل كما هي عنم قام بتطبيق هذه الأداة " (١١:١٦٢) ، وبعد أن تم تفريغ البيانات من الاختبار وأعادته اتضح بان جميع العبارات كانت واضحة للعينة كما أنها تتميز بكون البدائل اختياراً من متعدد ولا تقبل الإجابة عن أكثر من بديل ولا توجد فيها عبارة للإجابة المفتوحة حيث تعد المقاييس ذات موضوعية عالية ، ولا يمكن الاختلاف على الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة.

## ٧-٢ التجربة الرئيسية:

تم تطبيق المقاييس على عينة البحث البالغة (٩٠) لاعبا من بعض الالعاب الفردية والفرقية المعاقين للمنطقتين الوسطى والجنوبية بواقع (٤٥) لاعبا من الالعاب الفردية و(٤٥) لاعبا من الالعاب الفرقيه ، من خلال توزيع استمارات الاستبانة للمقاييس عليهم بعد توضيح ما هو مطلوب منهم والاجابة عن استفساراتهم ، وذلك بتاريخ ٨-٢٠١٦/١١/١٨ وبعد جمع الاستمارات تم تصحيحها على وفق مفاتيح التصحيح الخاصة بها ثم معالجتها احصائيا لاستخراج النتائج .

## ٨-٢ الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS لمعالجة البيانات ، والوسائل الاحصائية.

## ٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

## ٣-١-١ عرض نتائج قياس (الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي) وتحليلها :

جدول (١) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لدى افراد العينة في مقياس الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي

المتغيرات	العينة	العدد	س-	ع	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
الذكاء الروحي	الالعاب الفردية	٤٥	٣٠٠,٨	٨,٥٥	٢٤,٨٤	معنوي
	الالعاب الفرقيه	٤٥	٣١١,٢	٥,٣٩	٣٠,٦٦	معنوي
الذكاء الاجتماعي	الالعاب الفردية	٤٥	٣١٧,٨٥	١٢,٠٢	١٠,١٤	معنوي
	الالعاب الفرقيه	٤٥	٣٢٠,٨٨	٩,٤٥	٧,٧٣	معنوي

معنوي	٤,٠٦	٢,٩٦	١٠٨,١	٤٥	الالعاب الفردية	الاستقرار النفسي
معنوي	١١,١٨	٣,٥٠	١٢١,٣٨	٤٥	الالعاب الفرقية	

من خلال ما تم عرضه في الجدول (١) ، قد ظهر ان القيمة التائية المحسوبة للمقاييس (الذكاء الروحي-الذكاء الاجتماعي-الاستقرار النفسي) لبعض الالعاب الفردية والفرقية هي اكبر من القيمة (ت)الجدولية البالغة (٩٨٠,١) عند مستوى دلالة ٠,٠٥٥ ، مما يعني ان هناك فروقا دالة احصائيا بين الوسط الفرضي متوسط العينة ولصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة، وهذا يعني ان عينة البحث ( الالعاب الفردية والفرقية) لديهم ذكاء روحي واجتماعي عال وايضا تتمتع بدرجة عالية من الاستقرار النفسي.

#### ٤-١-٢ عرض نتائج العلاقة بين الذكاء الروحي والاستقرار النفسي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين). وتحليلها :

الجدول ( ٢ ) يبين دلالة الارتباط بين الذكاء الروحي والاستقرار النفسي

مستوى الدلالة	( ر)الجدولية	معامل الارتباط	العدد	المعالم الإحصائية
				المتغيرات
	٢٠٥,٠			
منوي		٠,٥٤٤	٩٠	-الذكاء الروحي -الاستقرار النفسي

• عند مستوى الدلالة = ٠,٠٥٥ وبدرجة الحرية (٩٠-٢) = ٨٨

الجدول ( ٣ ) يبين دلالة الارتباط بين الذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي

مستوى الدلالة	(ر) الجدولية		معامل الارتباط	العدد	المعالم الإحصائية المتغير
	الجدولية	المحسوبة			
معنوي	٢٠٥٤٠		٣٣٢٤٠	٩٠	-الذكاء الاجتماعي -الاستقرار النفسي

• عند مستوى الدلالة = ٠,٠٥ وبدرجة الحرية (٩٠-٢) = ٨٨

ومن أجل إيجاد العلاقة بين الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي من جهة والاستقرار النفسي من جهة أخرى تم استخدام معامل الارتباط المتعدد حيث تبين من خلال النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائية ، إذ كانت القيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة ( ١,٩٨٠ ) عند درجة حرية (٨٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) ، والجدول ( ٤ ) يبين ذلك.

الجدول ( ٤ ) يبين دلالة الارتباط بين الذكاء الروحي والذكاء الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى أفراد العينة

مستوى الدلالة	القيمة التائية		معامل الارتباط	العدد	المعالم الإحصائية المتغيرات
	الجدولية	المحسوبة			
معنوي	١,٩٨٠	٧,٠٥٠	٠,٢٨٣	٩٠	-الذكاء الروحي -الذكاء الاجتماعي

## ٤-٢ مناقشة النتائج:

من خلال ما تم عرضه في الجداول (١-٢-٣-٤) يتبين التالي:-

١- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين (الالعب الفردية والفرقية المعاقين) في الذكاء الروحي ، ويعزو الباحث ذلك بان هذا النوع من الذكاء يتسم بقدرة عالية على استخدام الحواس الروحية والداخلية للفرد في مختلف الانشطة الحياتية واليومية وهذا ما يرتبط ارتباطا ايجابيا مع الوعي الذاتي للاعب الالعب الفردية والفرقية المعاقين). مما يجعلهم قادرين على مواجهة المواقف المفاجئة والظروف والحالة التي يتعرضون لها ، فضلا عن ذلك فان الذكاء الروحي يشكل حافرا للتفوق وان السعي للحصول عليه قد يوصل الى الكمال ثم الاحساس بالذات والادراك الذاتي العميقين والحكمة او العقلانية والقدرة على الادراك الحسي للفرد والعلاقة بين الكيان الشخصي والمحيط الطبيعي وذلك لان هذا التفوق لا يمكن ان يحدث دون ادراك ووعي تام بالأهداف التي اكتسبها اللاعبون من خلال الوحدات التدريبية او المنافسات الرياضية ، وما تتبعها من حالات نجاح اللاعبين من تحقيق ذاتهم خلال المشاركات والفوز في البطولات المحلية والعربية والعالمية، التي منحت بعض اللاعبين الايمان والثقة بالنفس اذ ان اهداف الفرد هي التي توجه سلوكه نحو المستقبل ومن اجل تحقيق ذلك يضع الفرد لنفسه اهدافا يسعى لتحقيقها . يؤكد الباحث ما ذهبت اليه الكثير من المصادر حول العلاقة الوطيدة بين ممارسة الأنشطة الممارسة والقدرات العقلية ومنها الذكاء ، اذ أثبتت احدي الدراسات الحديثة في العراق في هذا الاتجاه أجريت في العام ٢٠٠٢ علاقة الذكاء باللياقة البدنية ( شهاب ، ٢٠٠٢ ، ٤٤ ) .

ويؤكد جيمس James اهمية وفائدة التربية الممارسة للفرد اذ تسعى التربية الممارسة الى تنمية وتطوير الذكاء كما أكد قدرة الفرد الممارس على الإدراك والتفكير وسرعة تعلمه وفهمه وهذا ما ينمي لديه قابلية التحليل الموضوعي والعلمي.

٢- لا توجد فروق بين لاعبي بعض (الالعب الفردية والفرقية المعاقين). في جانب الذكاء الاجتماعي، ويعزو الباحث ذلك لكون موقع ومكانه (لاعب الالعب الفردية والفرقية المعاقين). يجعلهم ذوي ذكاء اجتماعي عال وقدرة عالية على فهم وتحليل الحالات والمواقف للصواب او الخطأ وكل حسب موقفه وحالته والقناعات الاخلاقية والقيم التي تربي وانشئ عليها التي تمكنهم من اتخاذ القرار الصائب والتصرف اللائق

والجيد مع كل من حولهم من لاعبين ومدربين او افراد المجتمع بشكل عام. ويشير راتب الى ان الرياضة لها تأثير إيجابي كبير في توفير فرص متنوعة لتنمية المهارات الاجتماعية في العلاقات الشخصية مع الزملاء والمنافسين والقيادات، كما يمكن تطوير مهارة الذكاء الاجتماعي عندما يتاح فرصة توجيه زملائه من اجل تحقيق الأهداف بنجاح (١٠:٣٩٩) كما ويمكن تحقيق احتياجات الإنسان عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية وان الرياضة تعبير عن قيم ثقافية وهي انعكاس حقيقي للتنشئة الاجتماعية فالألعاب تعين على التكيف مع المحيط وتعكس معايير الضبط الاجتماعي ان مزاوله الأنشطة الممارسة للمعاقين تهئى للفرد العمل مع الجماعة الامر الذي يؤدي الى زيادة خبراته وتقوية شخصيته فضلاً عن زيادة علاقاته مع زملائه اللاعبين، من خلال خصوصية منهجهم اليومي في التدريب ومشاركتهم في البطولات، وعليه فان كل هذه الأمور تعطي التفوق للاعبين المعاقين في مجال الذكاء الاجتماعي.

٣- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين). في الاستقرار النفسي ولصالح لاعبي بعض الالعاب الفرقيه ، وعند الحديث عن الفروق بين الالعاب الفرقيه والفردية للاستقرار النفسي والذي يعد من المتغيرات النفسية المهمة ويرتبط ببعض العوامل التي هي نتيجة التفاعل الاجتماعي والتنظيم في الهياكل المختلفة وقد تسمى هذه العوامل بالنظم الاجتماعية وهذه النظرة تعتبر ان هناك عوامل اجتماعية تدخل فيها نطلق عليها مصطلح ( السلوك الذكي ) وتبعاً لذلك يكون اللاعبون المعاقون في الفرق الجماعية اكثر تكيفاً وبالتالي اكثر اسقراراً في التدريب والمنافسة. ويعزو الباحث ايضاً ذلك لما تتمتع به الفرق الرياضية الفرقيه الجماعية من قدره وجذب اجتماعي مع كل من حولهم اذ ان الرياضة تعزز وتقوي الاواصر الاجتماعية بين الفرد والجماعة وخصوصا الألعاب الفرقيه (الجماعية) لما لها من دور فعال في التعاون لبلوغ الهدف والفوز في مباراة جماعية مثلا او نكران الذات والمساعدة في قدرة الزميل في الحصول لهدف سريع ومحقق وبذلك تعم الفائدة على الجميع يؤدي الى حالة الاستقرار النفسي لان الفريق الواحد يضم بين صفوفه عدة اشخاص لكنهم بانتمائهم للفريق الواحد اصبحوا شخصا واحدا.

## ٥- الاستنتاجات والتوصيات:

## ١-٥ الاستنتاجات:

١. ان لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين). يتمتعون بدرجة من الذكاء الروحي والاجتماعي والاستقرار النفسي..
٢. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين). في الذكاء الروحي والاجتماعي .
٣. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين) في الاستقرار النفسي ولصالح لاعبي الالعاب الفرقيه .
٤. توجد علاقة ارتباط بين الذكاء الروحي والاجتماعي والاستقرار النفسي لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين).

## ٥-٢ التوصيات:

١. ضرورة الإفادة من قبل المختصين في مجال رياضة المعاقين على تطبيق مقاييس الذكاء الروحي والاجتماعي والاستقرار النفسي على لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين) لتحسين الأداء بصورة عامة والمهارات النفسية والاجتماعية بصورة خاصة.
٢. ضرورة التعرف على المهارات النفسية والعقلية والاجتماعية وتطبيق مبادئها في البرامج التدريبية على لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين) .
٣. ضرورة تنمية الذكاء الروحي والاجتماعي لدى لاعبي بعض (الالعاب الفردية والفرقية المعاقين) لما في ذلك من اثر صحي في حياتهم النفسية والمنعكس على الجانب الرياضي بصورة عامة .
٤. تدعيم الانشطة المختلفة التي تحث على الاستقرار النفسي والبحث عن افضل السبل التي تسهم في تنمية الاحساس بأهمية اللاعبين المعاقين في خدمة الوطن والآخرين.
٤. اجراء دراسة مشابهه للتعرف على الذكاء الروحي والاجتماعي وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى بعض الالعاب الرياضية الاخرى.

## المصادر

١. أحمد عودة و فتحي ملكاوي : أساسيات البحث العلمي ، ط٢ ، مكتبة الكنانى ، الاردن ، ١٩٩٣ .
٢. احمد ،مدثر سليم ، الذكاء الروحي لدى طلاب الجامعة وعلاقته بتوافقهم النفسي الاجتماعي وتوافقهم المهني المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي ، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس ٢٠٠٤.
٣. أبو حويج ، مروان : المدخل الى علم النفس العام ، ط١ ، دار اليازوي للتوزيع والنشر، عمان ، الاردن، ٢٠٠٢.
٤. السيد محمد ابو هاشم ؛ مكونات الذكاء الاجتماعي والوجداني والنموذج العلاقي بينها لدى طلاب الجامعة المصريين والسعوديين "دراسة مقارنة" ، كلية التربية ، ( جامعة بنها ، مجلة كلية التربية ، المجلد الثامن عشر ، العدد ٧٦).
٥. الجبوري ، عبد الحسين رزوقي ، السلوك الاجتماعي - مفهومه وعناصره ، منتدى الاثربولوجيا والدراسات الانسانية ، ٢٠٠٩ .
٦. الغداني ، فاطمه بنت محمد ، الذكاء الروحي وعلاقته بالضغوط المهنية لدى موظفي الدوائر الحكومية في محافظة مسقط بسلطنة عمان ( رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة نزوى ، سلطنة عمان ، ٢٠١١ .
٧. السيد ، فؤاد البهي ، علم النفس الاجتماعي ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨١ .
٨. بن زايد ، حنان بنت خلفان ، الذكاء الروحي وعلاقته بدافعية الانجاز الاكاديمي لدى طلاب وطالبات معهد العلوم الشرعية بسلطنة عمان ، ٢٠١٤ .
٩. سعد عبد الرحمن : القياس النفسي النظرية والتطبيق ، ط٣ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨ .
١٠. صالح ، احمد زكي ، علم النفس التربوي ، ط٤ ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، مصر ، ١٩٩٢ .
١١. قطامي ، نايفه ، تفكير وذكاء الطفل ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان الاردن، ٢٠٠٠ .
١٢. عبد الله عبد الرحمن الكندي و محمد احمد عبد الدايم ؛ مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط٢، الكويت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، ١٩٩٩ .
١٣. 1.Borba,m., Building moral intelligence.A wiley Impaint.Jessy-Bass, 2000.
2. Zahar,D., & Marshal, I.,(Spiritual Intelligence: The UI timate intelligence. London : Bloom sbury.

# تأثير تمارين بدنية ومهارية مركبة في تطوير التحمل الخاص بدلالة نسبة تركيز حامض اللبنيك بالدم للاعبي

## الريشة الطائرة

*Effect of physical and occupational exercises  
in the development of endurance in terms of  
the concentration of lactic acid in blood*

*For badminton players*

أ.م.د غادة محمود جاسم

أ.م.فريال سامي خليل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- الجامعة المستنصرية

A.M.DR Ghada mahmoud jassim

A.M ferial sami Khalil

### هدف البحث

- ١- التعرف على تأثير التمارين البدنية والمهارية في تطوير التحمل الخاص (تحمل السرعة وتحمل القوة) لدى لاعبي الريشة الطائرة.
  - ٢- التعرف على الدلالة الإحصائية لنسبة تركيز حامض اللبنيك في الدم المصاحب لتحمل الخاص .
- منهج البحث: أستخدم الباحثان المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث ومتطلباته.

وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي الريشة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة المستنصرية والبالغ عددهم (٦) لاعبين .

## الاستنتاجات :

- ١- التمرينات البدنية والمهارية ذات تأثير ايجابي في تطور تحمل القوة
- ٢- أن مستوى تركيز اللاكتيك الدم كان أكثر تركيزا في نهاية المباراة .

## التوصيات :

- ١- الاهتمام بتطوير الصفات البدنية لدى لاعبي الريشة الطائرة :
- ٢- الاهتمام بتطوير صفة التحمل بصورة عامة مما له من أهمية في تحسين الأداء .
- ٣- إجراء بحوث مشابهة على صفات بدنية أخرى على فئات عمرية أخرى .

**Abstract**

1-identify effect physical exercises and skill with develop your endurance (carry speed and carry force) have badminton players.

2-identify denote statistical for proportion concentration acid lactic blood accompanying to carry your search. curriculum: use ore curriculum demo tonature of search and its requirements. were selected sample search wayof players badminton in college physical education and science sport in universitymustansriyand numbering (6) players.

conclusions:

1-physical exercise andskillwith positive influence in evolution carry force 2-level concentration lactic blood was more concentration in the end of the game. recommendations:

1-attention to develop qualities have physical badminton players:

2-attention to develop adjective endurance generally than him of importance in improve performance.

3-research on similar qualities physical other on other age groups.

١- التعريف بالبحث**١-١ المقدمة وأهمية البحث:**

يعد التدريب الرياضي من العلوم الحديثة التي حققت تقدماً كبيراً من خلال ارتباطها بالعلوم الأخرى وللإستفادة من نظرياتها وقوانينها ونتائج بحوثها من هذه العلوم الفسيولوجية ووظائف الأعضاء حيث يهدف التدريب إلى تعزيز قدرات وقابليات الرياضي والوصول بها إلى أعلى مستوى لتحقيق الإنجاز العلمي . لذا تعد لعبة الريشة الطائرة من رياضات العاب المضرب الممتعة ، وهذه اللعبة تحتوي على العديد من المهارات الأساسية التي يستطيع أن يؤديها اللاعب حيث تتطلب رد فعل أسرع من باقي الألعاب الأخرى . وهذا ما يحتاجه لاعب الريشة الطائرة حيث يتحرك بسرعة عالية لمتابعة الريشة ولمدة قصيرة ، كما أن قدرة تحمل القوة وتحمل السرعة أيضاً ضروري للمحافظة على القوة والسرعة المبدولة لأطول مدة زمنية عند الأداء . وهنا يأتي دور حامض اللبنيك وهذا المؤشر الفسيولوجي المهم جداً الذي يتراكم في العضلة نتيجة الجهد البدني المبذول بشدة عالية ولمدة طويلة وفق نوع الأداء الذي يؤدي إلى حدوث التعب في العضلات وهبوط مستوى اللاعب ، ومن هنا تأتي أهمية البحث في معرفة تأثير تمارين بدنية ومهارية مركبة في تطوير التحمل الخاص بدلالة نسبة تركيز حامض اللبنيك بالدم للاعب الريشة الطائرة.

**٢-١ مشكلة البحث :-**

تعد لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الفردية التي يتصف اداؤها بالشدّة العالية ولمدة طويلة من الزمن وذلك لحركة اللاعبين المستمرة في متابعة الريشة ولمسافات مختلفة ولجهات متعددة ولمدة طويلة وهذا الجهد والحركة المستمرة يسبب التعب وهبوط في مستوى أداء اللاعبين خصوصاً إذا كانت لا تمتلك القدرات البدنية المناسبة التي تساعده في المحافظة على الأداء والقابلية في متابعة السباق . كما يعد حامض اللبنيك من أهم العوامل التي تؤدي إلى ظهور التعب وهبوط في مستوى الأداء نتيجة شدة الأداء . لذلك أرتأى الباحثان أن يجري هذه الدراسة من الناحية البدنية والفسيولوجية وذلك من خلال تطوير قدرات تحمل السرعة وتحمل القوة للاعب الريشة الطائرة بدلالة فسيولوجية تتناسب مع تلك القدرة وهو حامض اللبنيك في الدم ومعرفة مقدرة اللاعبين على التطور ومقاومة التعب.

**٣-١ أهداف البحث:-**

- ٣- التعرف على تأثير التمارين البدنية والمهارية في تطوير التحمل الخاص (تحمل السرعة وتحمل القوة) لدى لاعبي الريشة الطائرة.
- ٤- التعرف على الدلالة الإحصائية لنسبة تركيز حامض اللبنيك في الدم المصاحب لتحمل الخاص .

**٤-١ فروق البحث :-**

- ١- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة في تطوير ( تحمل السرعة) للاعبين الريشة الطائرة .
- ٢- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة في تطوير ( تحمل القوة) للاعبين الريشة الطائرة .
- ٣- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة في نسبة تركيز حامض اللبنيك في الدم المصاحب لتحمل الخاص .

**٥-١ مجالات البحث :-**

- ١-٥-١ المجال البشري : ست لاعبات من المنتخب لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية للريشة الطائرة.
- ٢-٥-١ المجال أزماني : للفترة من ٢٠١٥/١٠/١٢ لغاية ٢٠١٥/١١/٢٩
- ٣-٥-١ المجال المكاني : القاعة الداخلية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية .

**٢-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :****١-٢ منهج البحث:**

أستخدم الباحثان المنهج التجريبي لمناسبه لطبيعة البحث ومتطلباته.

**٢-٢ عينة البحث:**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي الريشة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة المستنصرية والبالغ عددهم (٦) لاعبين. ومن أجل معرفة تجانس أفراد عينة البحث مع متغيرات الطول والعمر والوزن حيث عمد الباحثان إلى استخدام معامل الالتواء بين (٢٥٧،٠،٧٦٧،٠،٨٩٩،٠) وهذه القيم محصورة بين(٣+) مما يشير إلى تجانس عينة البحث.

الجدول رقم (١) يبين الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للعمر والوزن والطول لعينة البحث.

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	مستوى الدلالة
العمر التدريبي	٢٢،٤٧	١،٣٩	٠،٢٥٧	عشوائي
الوزن/ كغم	٧١،٠٥	١٠،٤٦	٠،٧٦٧	عشوائي
الطول/ سم	١٧٣،٨٤	٦،٥٠	٠،٨٩٩	عشوائي

### ٣-٢ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

#### ١-٣-٢ الأجهزة المستخدمة:

- ١- مختبر مستشفى الكرخ /قسم مكونات الدم .
  - ٢- سرنجات حجم (٢) س لسحب الدم.
  - ٣- حافظات خاصة محكمة الإغلاق لجميع عينات الدم من أفراد عينة البحث.
  - ٤- مواد طبية متنوعة من شاش وقطن ومطهر.
  - ٥- أنبوب لحفظ الدم (تيوب) عدد (١٦) يحتوي على مادة مانعة للتخثر .
  - ٦- فريق عمل طبي .
- أستعان الباحثان بالأدوات للحصول على البيانات المطلوبة.

- ١- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- ٢- استمارة تفرغ البيانات .
- ٣- الملاحظة والتجريب .
- ٤- مضارب ريشة عدد(٨) .
- ٥- تيوب ريش نوع (yous) عدد (٣) .

## ٤-٢ التجربة الاستطلاعية:-

لجأ الباحثون إلى استخدام التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠١٥/١٠/١٢ على عينة مكونة من ثلاثة لاعبين هم من خارج عينة البحث حيث تم إجراء الاختبارات الخاصة بقياس مستوى تحمل السرعة ومستوى تحمل القوة وقياس حامض اللبنيك في الدم لمعرفة مدى صلاحية الاختبارات والوقت المستغرق للاختبارات وتلافي المعوقات التي تواجه الباحثين في التجربة .

## ٥-٢ خطوات إجراء البحث :

## ١-٥-٢ الاختبارات القبلية :

تم إجراء الاختبارات القبلية على المجموعة التجريبية في فعالية الريشة الطائرة في تمام الساعة التاسعة صباحا الموافق ٢٠١٥/١٠/١٢ حيث أستخدم الباحثان اختباري تحمل السرعة وتحمل القوة بدءا من يوم ٢٠١٥/١٠/١٣ ولغاية ٢٠١٥/١٠/١٤ حيث تم إجراء الاختبارين تحمل السرعة وبعد خمس دقائق من انتهاء الاختبار أجرى الباحثان قياس تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد في اليوم الأول . وفي اليوم الثاني تم إجراء اختبار تحمل القوة وبعد خمس دقائق من انتهاء الاختبار أجرى الباحثان قياس تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد وقد تم إجراء الاختبارات .

١- يوم الأحد ٢٠١٥/١٠/١٥ تم إجراء اختبار تحمل السرعة.  
أسم الاختبار :- اختبار تحمل السرعة (ركض ٨ متر خلال ٣٠ ثانية)

الغرض من الاختبار :- قياس تحمل السرعة للأداء المهاري .

**وصف الاختبار:-** يقف اللاعب في بداية الجانب الأيسر من خط قاعدة ملعب الريشة الطائرة ، وعند سماع الإشارة يقوم بالركض إلى الجانب الأيمن من الخط ثم الرجوع إلى الجانب الأيسر ويتم تسجيل عدد المرات التي وصل فيه اللاعب إلى الجانبين خلال (٣٠ ثانية) .

٢- يوم الثلاثاء ٢٠١٥/١٠/١٧ تم إجراء اختبار تحمل القوة.  
أسم الاختبار :- اختبار تحمل القوة (ركض مسافة ٦ متر خلال ٩٠ ثانية)

الغرض من الاختبار :- قياس تحمل القوة للأداء المهاري .

وصف الاختبار:- يقف اللاعب في منتصف خط القاعدة وفي الذراع الحاملة المضرب ثقل بوزن (٥،٥ كغم) ، وعند سماع الإشارة يقوم بالركض إلى الأمام تجاه الشبكة لمسافة ٦ متر ومن ثم الرجوع إلى الخلف وبزمن ٩٠ ثانية ويتم تسجيل عدد المرات التي وصل فيها اللاعب إلى الأمام والخلف خلال (٩٠ ثانية) .

## ٢-٦ المنهج التدريبي :

قام الباحثان بتطبيق المنهج التدريبي الذي تضمن تمارين بدنية – ومهارية مقارنة للأداء الحركي لمدة (٤) أسابيع من ٢٠١٥/١٠/١٤ إلى ٢٠١٥/١١/٨ وهي مدة كافية لأحداث تطورات أذ بلغ عدد الوحدات التدريبية (١٦) وحدة بمعدل (٤) وحدات تدريبية في الأسبوع حيث قسمت إلى (٢) وحدة تدريبية لتحمل السرعة ، (٢) وحدة تدريبية لتحمل القوة توزعت على الأيام الأحد ، الثلاثاء من كل أسبوع وهذا يناسب تدريبات تحمل السرعة وتحمل القوة والتي تعطى (٢-٣) مرات لكل وحدة منها في الأسبوع . وهذا ما أكده (أبو العلاء أحمد)"بأن تدريبات تحمل السرعة تؤدي بواقع (٢-٣) أسبوعياً"(٢:ص٣٥).

## ٢-٧ الاختبارات البعدية :

أجرى الباحثان الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث في يومي (الأحد - الثلاثاء) الموافق (٨- ١٠ / ١١/ ٢٠١٥) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /الجامعة المستنصرية في الساعة العاشرة صباحا من يوم الأحد أجرى الباحثان اختبار تحمل السرعة وبعد خمس دقائق من انتهاء الاختبار أجرى الباحثان قياس تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد . وفي يوم الثلاثاء الساعة العاشرة صباحا تم إجراء اختبار تحمل القوة وبعد خمس دقائق من انتهاء الاختبار أجرى الباحثان قياس تركيز حامض اللبنيك بعد الجهد. أذ حرص الباحثان على أن تكون الاختبارات البعدية بنفس الظروف التي طبقت فيها الاختبارات القبلية .

## ٢-٨ الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثان البرنامج الجاهز (SPSS) لإجراء الوسائل الإحصائية التي ساعدت على معالجة نتائج البحث وإظهارها .

(الوسط الحسابي-الانحراف المعياري- معامل الالتواء- معامل T للعينات المستقلة) .

## ٣- عرض نتائج الاختبار وتحليلها ومناقشتها :-

## ٣-١ عرض نتائج اختبار تحمل السرعة وتحليلها ومناقشتها :

بين الجدول رقم (٢) نتائج تحمل السرعة لعينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث.

جدول رقم (٢) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري الفرق بين الاختبارين وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي لعينة اختبار تحمل السرعة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات	س	+ ع	ف	ع	ت المحتسبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة
تحمل السرعة	لتر	القبلي	١٠٠,١٦	٠٠,٩٧	٤٠,٦	١٠٠	١٢٠,٢٠٢	٣٠,١٥	٠,٠٠٥	معنوي
	مول	البعدي	١٣,٣٢	١٠٠,٤						

ويعزو الباحثان هذه الفروق المعنوية والتطور الحاصل الى ما تم تنفيذ من تدريبات تحمل السرعة من خلال البرنامج الذي تم وضعه من قبل الباحثين والمبني على الأسس العلمية الصحيحة وبما يتناسب مع إمكانيات وقابليات عينة البحث حيث أن كل هذا أدى الى التطور الحاصل وأن هذه النتيجة تتفق مع ما جاء به إبراهيم وآخرون الذي أشار "بأن تدريبات تحمل السرعة الخاص تعمل على تحسين عمل جهازي الدوران والتنفس وزيادة كفاءة الدم الواصل الى العضلات العاملة، بحيث يمكن توفير كميات أكبر من الأوكسجين في هذه العضلات وأن التحمل يرتبط ارتباطا وثيقا بقدرة القلب وكفاءة الدورة الدموية والتنفس والتغيرات التي تحصل في العضلة والتي تعمل جميعا في زيادة قدرة التحمل إذا ما طبقت ضمن برنامج تدريبي خاص" (١:ص٣٦٧-٣٧٧)

## ٣-٢ عرض نتائج اختبار تحمل القوة وتحليلها ومناقشتها :

بين الجدول رقم (٣) نتائج تحمل القوة لعينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث.

الجدول رقم (٣) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري الفرق بين الاختبارين وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدى لعينة اختبار تحمل القوة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات	س	+ ع	ف	ع ف	ت المحتسبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة
تحمل القوة	لتر مول	القبلي	٢٢,٣٤	١,٧٦	٦	١,١٠	١١,٩٠	٢,٠١٥	٠,٠٥	معنوي
		البعدى	٢٧,٣٣	١,٨٧						

أظهرت نتائج الاختبار عن وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى ، حيث كان مستوى الأداء في الاختبار البعدى أفضل من الاختبار القبلي مما يدل على وجود تطور حاصل في مستوى الأداء لدى عينة البحث إذ كانت مفردات المنهج الذي تم استخدامه مبنية وفق أسس علمية صحيحة ومن خلال استخدام طريقة التدريب الفترى المنخفض الشدة واستخدام تكرارات عديدة مع وجود قدرات إضافية ساهم بشكل ايجابي في التأثير على أفراد العينة بصورة كبيرة من خلال تكيف عمل العضلي على أداء أفضل ومقاومة التعب والمحافظة على قوة العضلية في أثناء الاختبار وهذه ما أكده " ( محمد علي القط (١٩٩٩) " يتفق العاملون في مجال التدريب الرياضي على إن ما يتحقق من تكيفات بدنية وفسيولوجية هو نتيجة خضوع الفرد الرياضي لتمرينات منتظمة ومقننة التي تبني بشكل علمي دقيق يمكن أن ترفع من مستوى الحالة التدريبية للفرد الرياضي وتساعد في الوصول الى إنجازات جيدة " ( ٤ : ص ٤٨ ) .

**٣-٣ عرض نتائج قياس نسبة تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد لتحمل السرعة وتحمل القوة وتحليلها ومناقشتها :**

بين الجدول رقم (٤) نتائج قياس نسبة تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد لتحمل السرعة وتحمل القوة في الاختبارين القبلي والبعدى لعينة البحث.

## جدول رقم (٤)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري الفرق بين الاختبارين وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للعينات لقياس نسبة تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد لتحمل السرعة وتحمل القوة .

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات	س	+ ع	ف	ع ف	ت المحتسبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة
قياس نسب تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد لتحمل السرعة	لتر /مول	القبلي	٨٠٢٨٠	٠،٤٤٨	٠،٩٧	٠،٣٣	٦،٣٩	٢٠،١٥	٠،٠٥	معنوي
		البعدي	٩٠٢٣٠	٠،٤٢٥						
قياس نسب تركيز حامض اللبنيك في الدم بعد الجهد لتحمل القوة	ملي /مول	القبلي	١٢٠١٨٠	٠،٩١٥	١،٣	٠،٣٧٠	٩،٤٤١	٢٠،١٥	٠،٠٥	معنوي
		البعدي	١٤،٤٠٠	١،٢٦٩						

من خلال عرض نتائج اختبارات تحمل السرعة والقوة يتضح لنا هناك وجود فروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية حيث يدل ذلك على وجود تطور في وصفة تحمل السرعة وتحمل القوة وهذا يتفق مع فروض البحث الذي يفيد بأن استخدام تمارين بدنية ومهارية كانت ذات تأثير ايجابي في تطور الأداء الذي تدرب عليها أفراد العينة وقدرتهم على مقاومة التعب من خلال تحسين وظائف أعضاء أنتاج نظام حامض اللاكتيك مع تحسن مقاومتهم لآثار زيادة تركيز حامض اللاكتيك في الألياف العضلية من خلال تطور في وظائف تصريف حامض اللاكتيك من الألياف العضلية الى مجرى الدم مما يقلل من تأثيره السلبي في أعاقه استمرار الأداء الحركي وتأخير ظهور التعب وهذا ما أكدته طلحة حسام الى أن ( التدريب بالحد القريب من الحد الأقصى للشدة يؤدي الى تقليل تراكم حامض اللاكتيك لدى الرياضي وذلك بسبب قدرة العضلة أكسدة الأحماض الدهنية الحرة كوقود بالإضافة الى زيادة عدد حجم الميوكونديريا داخل الخلية وهذان العاملان يعدان من العوامل الرئيسية لظهور التعب العضلي لذا فان محاولة المحافظة على هذا المخزون ألامضي وتقنين استنفاده بالإضافة الى تخفيض معدلات تراكم حامض اللاكتيك ويعتبران من أهم العوامل التي تهدف التدريب الى تطويرها لتحمل العمل لقدرات أطول ( ٣ : ٨٦-٨٧ ) .

## ٤- الاستنتاجات والتوصيات :

## ٤-١ الاستنتاجات :

- ١- التمرينات البدنية والمهارية ذات تأثير ايجابي في تطور تحمل القوة
- ٢- أن مستوى تركيز اللاكتيك في الدم كان أكثر تركيزا في نهاية المباراة .

## ٥-٢ التوصيات

- ١- الاهتمام بتطوير الصفات البدنية لدى لاعبي الريشة الطائرة :
- ٢- الاهتمام بتطوير صفة التحمل بصورة عامة مما له من أهمية في تحسين الأداء .
- ٣- إجراء بحوث مشابهة على صفات بدنية أخرى على فئات عمرية أخرى .

## الملحق ( ١ )

الوحدة التدريبية بالأيام	هدف التحمل الخاص	الشدة	المسافة تكرار او زمن	التكرار	الوزن الإضافي	الراحة	تفاصيل التمرين
الأولى يوم الأحد ٢٠١٥/١٠/١٤	تحمل السرعة	٨٠%	٤ متر × ٣٥ ثانية	٣ مرات		رجوع النبض ١٢٠ ض/د	الركض للجانبين بالمضرب وأداء مهارة الإرسال
الثانية الاثنين ٢٠١٥/١٠/١٥	تحمل القوة	٥٠%	٣ متر × ٣٠ ثانية	٣ مرات		١ - ١,٥ دقيقة	الركض للخلف بالمضرب وأداء مهارة .
الثالثة الثلاثاء ٢٠١٥/١٠/١٦	تحمل السرعة	٨٢%	٣ مت × ٣٠ ثانية	٣ مرات	٠,٥ كغم	رجوع النبض ١٢٠ ض/د	الركض للجانبين بالمضرب وأداء مهارة
الرابعة الخميس ٢٠١٥/١٠/١٨	تحمل القوة	٥٥%	٤ متر × ٢٨ مرة	٣ مرات	٠,٥ كغم	١ - ١,٥ دقيقة	الركض للامام والخلف بالمضرب مع وضع وزن أضافي للذراع الحاملة للمضرب

الركض للأمام والخلف للمضرب مع أداء مهارة الإرسال	رجوع النبض ١٢٠ ض/د		٣ مرات	٢ متر × ٢٥ ثا	%٨٥	تحمل السرعة	الخامسة الأحد
الركض للأمام والخلف بالمضرب مع وضع وزن إضافي في الذراع الحاملة للمضرب وأداء رمية الإرسال	١ / ١.٥ دقيقة		٣ مرات	٥ متر × ٢٥ مرة	% ٦٠	تحمل القوة	السادسة الاثنين
الركض للجانبين بالمضرب وأداء مهارة الإرسال	رجوع النبض ١٢٠ ض/د		٣ مرات	٤ متر × ٣٥ ثانية	%٨٠	تحمل السرعة	السابعة الثلاثاء
الركض للأمام والخلف للمضرب وأداء الضربة الأمامية والخلفية	١ - ١.٥ دقيقة		٣ مرات	٣ متر × ٣٠ مرة	%٥٠	تحمل القوة	الثامنة الخميس
الركض للأمام والخلف للمضرب وأداء الضربة الأمامية والخلفية	رجوع النبض ١٢٠ ض/د		٣ مرات	٥ متر × ٥٠ ثانية	%٨٧	تحمل السرعة	التاسعة الأحد
الركض للجانبين بالمضرب مع وضع وزن إضافي في الذراع الحاملة للمضرب وأداء مهارة الضربة الأمامية والخلفية	١ - ١.٥ دقيقة		٣ مرات	٤ متر × ٢٣ مرة	%٦٥	تحمل القوة	العاشرة الاثنين
الركض للأمام والخلف للمضرب وأداء الضربة الأمامية والخلفية	رجوع النبض ١٢٠ ض/د		٣ مرات	٤ متر × ٤٥ ثانية	%٩٠	تحمل السرعة	الحادي عشر الثلاثاء

الركض للجانبين بالمضرب مع وضع وزن إضافي في الذراع الحاملة المضرب وأداء مهارة الضربة الأمامية والخلفية	١ - ١,٥ دقيقة	١,٥ كغم	٣ مرات	٤ متر × ٢٠ مرة	٧٠%	تحمل القوة	الثانية عشر الخميس
---	------------------	------------	-----------	-------------------	-----	------------	-----------------------

مفردات المنهج التدريبي لتمرين بدنية ومهارية مركبة لتطوير التحمل الخاص في الريشة الطائرة .

تفاصيل التمرين	الراحة	الوزن الإضافي	التكرار	المسافة تكرار او زمن	الشدة	هدف التحمل الخاص	الوحدة التدريبية بالأيام
الركض للجانبين بالمضرب وأداء مهارة الإرسال	رجوع النبض ١٢٠ ض/د	١,٥ كغم	٣ مرات	٤ متر × ٤٥ ثانية	٩٠%	تحمل السرعة	الثالثة عشر يوم الأحد
الركض للإمام والخلف بالمضرب وأداء مهارة .	١ - ١,٥ دقيقة		٣ مرات	٥ متر × ٢٠ مرة	٧٠%	تحمل القوة	الرابع عشر الاثنين
الركض للجانبين بالمضرب وأداء مهارة	رجوع النبض ١٢٠ ض/د		٣ مرات	٣ متر × ٤٠ ثانية	٩٥%	تحمل السرعة	الخامس عشر الثلاثاء
الركض للإمام والخلف بالمضرب مع وضع وزن إضافي للذراع الحاملة للمضرب	١ - ١,٥ دقيقة	١,٥ كغم	٣ مرات	٦ متر × ١٨ مرة	٧٥%	تحمل القوة	السادس عشر الخميس
الركض للإمام والخلف للمضرب مع أداء مهارة الإرسال	رجوع النبض ١٢٠ ض/د		٣ مرات	٥ متر × ٥٠ ثا	٨٧%	تحمل السرعة	السابع عشر الأحد

## المصادر

١. إبراهيم سالم السكار وآخرون ؛ موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار ، ط ١ ، مركز كتاب النير القاهرة ، ١٩٩٨ .
٢. أبو العلا أحمد؛ حمل التدريب وصحة الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦ .
٣. طلحة حسام الدين ؛ الأسس العلمية والوظيفية للتدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ .
٤. محمد علي احمد القط : وظائف أعضاء التدريب الرياضي مدخل تطبيقي، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩) .

- 8-Determination of standard levels and levels of some biochemical and skill indicators for the selection of emerging tennis players in the Middle and South Euphrates regions  
*Prof. Dr. Amjad Abdul Hameed Al-Majed*  
*Asst. Prof. Dr. Abdul Razzaq Jabr Al Majdi*  
*Ahmed Hussein Ghanim Al-Nasrawe*
- 9-The effect of defensive (defensive) exercises in the control and scrolling skills of handball players  
*Dr. Mostafa Hassan Abdel-Karim*  
*Tahseen Ali Hatem*
- 10-Systematic effect Biochemical variables for long jump efficiency  
*Hoda Salem Mezban*  
*Prof. Mohammed Hussein Hamidi*
- 11-Effect of developmental courses for physical education teachers in dealing (psychologically and emotionally) with people with disabilities  
*Dr. Ahmed Hanoun Dagger*  
*M. Jassim Ali Mohammed*
- 12-Administrative Empowerment and its Relation to Job Performance among the Administrative Leaders in the Departments and Colleges of Physical Education and Sports Sciences  
*Prof. Nabil Abdel Wahab Al-Azzawi*  
*Sahera Falih Mohamed*
- 13-Spiritual and social intelligence and their relation to the psychological stability of the players of some individual and differential games  
*ADD Rahim Hilo Ali*
- 14-Effect of physical and occupational exercises in the development of endurance in terms of the concentration of lactic acid in blood For badminton players  
*A.M.DR Ghada mahmoud jassim*  
*A.M ferial sami Khalil*

## Content

### Research

- 1-Standard levels for measuring the administrative work of sport unionsin the Iraqi national union Olympic Committee  
*Pro. Dr. Faris Sami Yousif Shabba  
Hussein Mohammed Naji Alumaydy*
- 2-Effect of psychological guidance program to reduce the level of psychological barriers for dueling athletes with sword  
*p.r.D.: Rahim Hilo Ali  
Asraa Ali Mohamed*
- 3-Effect of physical exercises for VertiMax To develop the explosive power of the arms and legs and some offensive skills of young basketball players  
*Prof. Laith Faris Jameel Al Hashemi  
Zain Mohamed Hassan*
- 4- The impact of special exercises using the shockwave device in the rehabilitation of the ankle joint angles of the basketball players  
*Prof. Dr. Wasan Hanoon Ali  
Marwa Talal Suhail*
- 5-The effective of planning skillfulness exercises to develop offensive performance for footballer players  
*D. Loay Sateh Mohammed  
D. Sadeq Jaafer Sadeq  
Jassim Mejeed Judah*
- 6-The standards and levels define some physical abilities and for the selection of young soccer goalkeepers  
*A. Ismail Abid Zaid  
Hussain Jabbar Jassim*
- 7-The effect of differentiated education according to the gradual activities in learning the skill of passing and scoring football for the halls for ages (15-16 years)  
*Prof. Ismail Abid Zaid Ashour  
Haider Majid Shuaie*



الاطروحة  
**Al-utroha**

Refereed Journal Int.

[www.alutroha.com](http://www.alutroha.com)

Published on House Al-utroha for publication of scientific



**Sports Scienes**

ISSN2518-0606

الاطروحة  
**Al-utroha**

First issued in August 2002 **Refereed Journal**

[www.alutroha.com](http://www.alutroha.com)

Published on House Al-utroha for publication of scientific



## Sports Sciences

- ★ *Standard levels for measuring the administrative work of sport unions in the Iraqi national union Olympic Committee*
- ★ *Effect of psychological guidance program to reduce the level of psychological barriers for dueling athletes with sword*
- ★ *The effective of planning skillfulness exercises to develop offensive performance for footballer players*
- ★ *The effect of differentiated education according to the gradual activities in learning the skill of passing and scoring football for the halls for ages years (15-16 )*
- ★ *Determination of standard levels and levels of some biochemical and skill indicators for the selection of emerging tennis players in the Middle and South Euphrates regions*

*Spiritual and social intelligence and their relation to the psychological stability of the players of some individual and differential games*