

تحليل لبعض متغيرات وقفة الاستعداد- استناد القدمين - قيل أداء أنواع مختلفة من الإرسال لإصابة المنطقة الحرجة للاعب المستقبل في كرة التنس الأرضي

بحث وصفي

على عينة من اللاعبين المصنفين المشتركين في بطولة فرنسا الدولية المفتوحة (فردى الرجال) لعام 2004

مقدم من لدن

ا . د . حسين مراد عمر

م . علاء جبار عبود

م . د . احمد عبد الزهرة عبد الله

1429 هـ

2008م

1- التعريف بالبحث

1-1- المقدمة وأهمية البحث

يعد الإرسال واحدة من أهم المهارات الأساسية التي ينبغي على اللاعب إجادتها بإتقان حيث تبدأ بوقفه الاستعداد وتكون وقفة الاستعداد واحدة لجميع ضربات الإرسال وهي ذات أهمية لكونها تمثل جزءاً من أجزاء تنفيذ الضربة ⁽¹⁾ ومن خلاله يستطيع اللاعب المرسل من الحصول على نقطة مباشرة إذا كان صعباً على اللاعب المستقبل (المستلم) ولقد لاحظ الباحثون من خلال بطولة فرنسا الدولية المفتوحة فردي الرجال لعام 2004 تنوع في وقات الاستعداد لأداء الإرسال بحيث كانت هذه الوقفات تساعد على إجبار اللاعب المستقبل بكرة بضربة خلفية التي تعد من الضربات الدفاعية وليس فيها زمام الهجوم كما في الضربة الأمامية هذا في حالة كون الإرسال يؤدي من جهة اليمين إما في حالة كون الإرسال يؤدي من جهة اليسار فان محاولة المستقبل رد الكرة بالضربة الأمامية عندما تسقط الكرة في المنطقة الحرجة ^(*) - تقع عكس اليد الضاربة - يجعله يتحرك إلى مكان يقع خارج أو على حدود الملعب مما يكشف الساحة أمام اللاعب المرسل (المهاجم) في استثمار الرد وإحراز نقطة بنسبة أكبر مما في غير هذه الحالة.

إن الكشف عن وقفة الاستعداد التي تتناسب مع نوع الإرسال المؤدى من أفضل منطقة إرسال تزيد من احتمالية عدم توقع المستقبل أو عدم قدرته على تحديد أو تخمين لأي نوع من أنواع الإرسال سوف يؤدي من قبل المرسل بسبب بعد المسافة بين المرسل والمستقبل التي تحجب رؤية وقفة الاستعداد في حين يساعد ذلك على استثمار نقطة الضعف لدى المستقبل من قبل المرسل وتزداد إمكانية إحراز النقطة من خلال تنفيذ الإرسال الذي يصيب المنطقة الحرجة بالنسبة للاعب المستقبل ، إذ لا يمكن من خلال وقفة الاستعداد من تنفيذ أكثر من

(1) علي سلوم جواد (2002) : العاب الكرة والمضرب التنس الأرضي ، جامعة القادسية ، مطبعة الطيف، ط1. ص64

(*) هي المنطقة التي إذا وقعت فيها الكرة أجبرت اللاعب المستقبل لها إن يردّها إذا استطاع الرد بالضربة الخلفية أو تجعله يتحرك أثناء محاولة الرد على الكرة باتجاه الحدود الخارجية للملعب مما يساعد ذلك على كشف ساحة المستقبل للمرسل أو عدم إعطاء المبادرة بالهجوم بالنسبة للاعب المستقبل

نوعين من الإرسال على إن يكون احد هذين النوعين هو الإرسال المستقيم ومن أفضل منطقة إرسال (المنطقة عند منتصف خط القاعدة سوى كانت على جهة اليمين أو اليسار) في إصابة منطقة واحدة وهي المنطقة الحرجة ، أما في حالة إمكانية تغير وقفة الاستعداد وفي أفضل منطقة إرسال وهذا ما يراه الباحثون فان ذلك يتيح للاعب المرسل إمكانية تنفيذ ثلاثة أنواع من الإرسال ومن منطقة واحدة لإصابة المنطقة نفسها مما يساعد ذلك على عدم كشف خطط تنفيذ الإرسال من قبل اللاعب المستقبل لان ، السبب الرئيسي لامتلاك اللاعب لأنواع مختلفة من الإرسال هو في إيجاد إطرائق ومصادر مختلفة يتمكن من خلالها التأثير على توقع اللاعب الخصم وإضعاف قدرته في إرجاع كرة من ضربة الإرسال (1). ومن هنا تتجلى أهمية البحث في استثمار أفضل منطقة إرسال لتنفيذ جميع أنواع الإرسال بحيث تصيب المنطقة الحرجة ومن وقفات استعداد مختلفة تسلط صعوبة على المستقبل في توقع أي نوع من أنواع الإرسال سوف يؤدي .

1-2- مشكلة البحث

للإرسال أنواع متعددة هي (المستقيم ، والقوسي الواطئ (القاطع)، القوسي العالي (الدائري)) ، وتؤدي جميعها من وقفة استعداد واحد ه (2) ويختلف مسار الكرة من إرسال إلى آخر مما يؤدي إلى عدم سقوطها في نقطة واحدة " فلو افترضنا إن كرة الإرسال المستقيم سوف تسقط باتجاه جسم اللاعب المستلم الذي يستخدم اليد اليمنى فان كرة الإرسال الدائري سوف تسقط في جانب الضربة الخلفية بينما تتجه كرة الإرسال القاطع إلى الضربة الأمامية " (3) وكما موضح في الشكل (1) وذلك تبعا لمواجهة المضرب للكرة أثناء عملية الضرب



شكل (1)

ويرى الباحثون بان لاعب التنس بصورة عامة واللاعب المستقبل (المستلم) بصورة خاصة مهما بلغ من الرقي في الأداء فان فاعلية استجابته للرد في الضربة الخلفية تكون اقل - أصعب عليه - من فاعلية الاستجابة للرد في الضربة الأمامية مما يشكل نقطة ضعف عليه ويجعل الرد على الكرة بهذا الاتجاه أصعب من

(1) ظافر هاشم الكاظمي (2000) : الإعداد الفني والخططي بالتنس ، جامعة بغداد، الدار الجامعية للطباعة.ص76

(2) علي سلوم جواد (2002) : مصدر سبق ذكره ، 64

(3) ظافر هاشم الكاظمي (2000) : مصدر سبق ذكره ، 78

رده بالضربة الأمامية لكون هذه الضربة تكون بالاتجاه الاعتيادي لليد الضاربة بالنسبة للاعب المستقبل ، كما إن تنفيذ هذا الأنواع من الإرسال يتم غالبا من منطقة إرسال واحدة وهي أفضل مكان لوقوف اللاعب المرسل وهي المنطقة عند منتصف خط القاعدة (1)

وتكمن مشكلة البحث في إن المصادر تشير إلى " وجود وقفة استعداد واحدة - يكون فيها اتجاه وضع الجسم بجانبه الأيسر للشبكة ، والقدم اليسرى للأمام مؤشرة إلى جهة عمود الشبكة الأيمن وتشكل مع خط القاعدة زاوية (45) درجة ، أما القدم اليمنى فتكون خلف القدم اليسرى بالشكل مريح وموازي لخط القاعدة ، هذا بالنسبة للاعب الأيمن أما اللاعب الأيسر فتكون بالعكس - تنفذ منها جميع ضربات الإرسال المختلفة " (2) وفي حالة استخدام اللاعب المرسل لهذا الوقفة يستطيع إن يصيب المنطقة الحرجة من خلال استخدام أي نوع من أنواع الإرسال ولكن لابد عليهم من تغيير المنطقة التي يرسل منها النوع المعين الذي يصيب تلك المنطقة وفي هذه الحالة ينكشف لدى المستقبل نوع الإرسال الذي سوف ينفذ المرسل مما يجعله يتخذ الوضع المناسب لرد عليه وبهذا تتعدم فائدة تنوع خطط الإرسال التي تهدف إلى تسليط الضغط على اللاعب المستقبل ، ولهذا يرى الباحثون من خلال متابعتهم لمباريات كرة التنس بان لاعبي التنس العالميين ينفذون أنواع مختلفة من الإرسال تصيب منطقة واحدة وهذا في نظر الباحثون يستوجب تعدد الوقفات ولغرض معرفة أهم وقفات الاستعداد التي من خلالها يمكن إصابة المنطقة الصعبة على المستقبل ولتحديد ملامح هذه الوقفات تم الخوض في هذه المشكلة لغرض تنبيه اللاعبين عليها وإدراج ملامح هذه الوقفات في المصادر العلمية .

1-3- أهداف البحث

يهدف البحث إلى تحليل مسابقة اللاعبين المصنفين في بطولة فرنسا الدولية المفتوحة (فردى الرجال)

للعام 2004 ودراسة ما يأتي:

- ١- أوضاع القدمين أثناء تنفيذ أنواع مختلفة من الإرسال .
- ٢- أي منطقة أكثر استخداما لتنفيذ ضربات الإرسال .
- ٣- نسب وأفضل منطقة إرسال يمكن منها إصابة المنطقة الحرجة بالنسبة للاعب المستقبل .
- ٤- أكثر أنواع الإرسال استخداما في المباراة .
- ٥- نسبة نجاح الإصابة لتنفيذ الإرسال وفي كلا الكرتين .

1-4- فروض البحث

يفترض الباحثون أن :

- ١- هناك أوضاع مختلفة للقدمين أثناء تنفيذ أنواع مختلفة من الإرسال لإصابة منطقة واحدة .

(1) علي سلوم جواد (2002) : مصدر سبق ذكره ، 64

(2) علي سلوم جواد (2002) : المصدر السابق ، 64

٢ - هناك تفاوت في نسبة استخدام مناطق جهة الإرسال ولصالح المنطقة المحاذية لخط القاعدة للجانيين

اليمنى و اليسرى

٣ - هناك تفاوت في نسبة استخدام أنواع مختلفة من الإرسال في المباراة ولصالح الإرسال القاطع .

٤ - هناك تفاوت في نسبة نجاح الإصابة لتنفيذ الإرسال في كلا الكرتين ولصالح الكرة الثانية .

1-5 - مجالات البحث

1-5-1 -1- المجال الزمني : للفترة من 1 / 10 / 2006 ولغاية 31 / 1 / 2008 .

1-5-2 -2- المجال المكاني : أقيمت مباريات البطولة على مجمع ملاعب (رولان غاروس) في باريس ، أما

مكان التحليل فقد اعتمد الباحثون على أماكن مختلفة في إجراء التحليل .

1-5-3 -3- المجال البشري : اللاعبين المشاركين في بطولة فرنسا الدولية المفتوحة .

2- الدراسات النظرية والمشابهة

2-1- الدراسات النظرية

2-1-1- نبذة تاريخية عن بطولة فرنسا الدولية المفتوحة (1)

تعد مباريات بطولة فرنسا الدولية المفتوحة بالتنس الأكبر والأساس والأهم في الملتقيات التي تتعقد سنويا

في باريس حيث تقام مبارياتها في أواخر شهر حزيران وبداية شهر تموز ، كما تتضمن سباقات هذه البطولة

فردى الرجال وفردى النساء وزوجى الرجال وزوجى النساء والمختلط وتعد هذه البطولة واحدة من أهم

أربعة بطولات تقام سنويا في العالم والتي يشارك فيها اللاعبين المحترفين وهي :

١ بطولة ويمبلدون وتقام في انكلترا .

٢ بطولة فرنسا المفتوحة .

٣ بطولة الولايات المتحدة الأمريكية المفتوحة.

٤ بطولة استراليا .

أقيمت أول بطولة حملت هذا الاسم (بطولة فرنسا) عام 1891 م وكانت منافساتها تجري بين لاعبي

أندية فرنسا فقط ، كما بدأت أول مشاركة للنساء في هذه البطولة عام 1897 م وبعد ذلك في عام 1925 ولأول

مرة تم السماح بالمشاركة للاعبين من بلدان أخرى في هذه البطولة واستطاع اللاعب السويدي (جورن بورك) من

السيطرة على منافسات فردى الرجال في بطولة فرنسا المفتوحة لأطول فترة من بين اللاعبين العالميين حيث

استطاع إن يحرز لقب بطولة فردى الرجال لست مرات تبدا من عام 1970 حتى بداية عام 1980 في حين

استطاعت لاعبة (كريس أيفرت) من الولايات المتحدة الأمريكية السيطرة على منافسات فردى النساء في هذه

البطولة لأطول فترة حيث فازت بلقب بطولة فردى النساء سبع مرات تبدا من عام 1972 وحتى 1986 .

(1) مشتاق عبدالرضا (2005): تحليل الأداء المهاري والخططي للمنتخب الوطني العراقي بكرة التنس الأرضي ومقارنته ببطولة فرنسا الدولية المفتوحة (فردى الرجال) (2004)، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية.

2-1-2- التحليل

2-1-2-1- مفهوم التحليل

عند مطالعتنا لمصادر اللغة نجد إن معنى كلمة حلل هو "حل العقدة يحلها حلا : فتحها ونفضها فانحلت : والحل حل العقدة " (1) وهذا المعنى يطابق ما ذهب إليه بعض المؤلفون عند تعريفهم للتحليل من انه "الوسيلة المنطقية التي يجري بمقتضاها تناول الظاهرة موضع الدراسة كما لو كانت مقسمة إلى الأجزاء أو العناصر الأساسية المؤلفة لها، بحيث تبحث هذه الأجزاء كل على حدة تحقيقا لفهم أعمق للظاهرة ككل " (1) ويعرفه الباحثون على انه تجزئة لموضوع الظاهرة ودراسة العناصر المكونة لها من خلال إظهار حقائق غير معروفة عن طريق الملاحظة العلمية المنظمة والدقيقة بغية زيادة المعرفة العلمية في مكامن موضوع الظاهرة .

2-2-1-2- أنواع التحليل (2)

هنالك عدت أنواع من التحليل إلا إن الباحثون اقتصروا على ذكر ما يخص موضوع البحث ومنها :
أولاً) الناحية الكمية ويمكن تقسيم ذلك إلى :

أ - التحليل الخاص والمحدد : ويستعمل هذا النوع لاكتشاف حالة خاصة وحقيقة محدد وهذا ما استخدمه الباحثون في معالجة مشكلة البحث .

ب) التحليل العام والشامل : هو التحليل الذي يجري على الفريق وعلى جميع عناصر اللعبة فهو لا يترك صغيرة ولا كبيرة إلا يحاول الوصول إلى معلومات عنها .

ثانياً) الناحية دقة التحليل ويمكن تقسيم ذلك إلى :

أ - التحليل الذاتي : لم يعد هذا النوع من التحليل ذا نفع كبير للمدربين لأنه لا يستند إلى اسس ومعايير ثابتة يعتمد عليها .

ب) التحليل الموضوعي : ويعتمد على تصميم استمارة خاصة ودقيقة وهذا ما تم استخدامه في تنفيذ ومعالجة مشكلة البحث بغية الوصول إلى النتائج العلمية الدقيقة .

2-1-2-3- طرق التحليل (3)

هناك عدة طرق للتحليل ولكن اقتصر الباحثون على ذكر الطريقة التي تم تطبيقها في هذا البحث وهي طريقة تحليل المباراة عن طريق جهاز الفيدي و كاسيت أو جهاز ال (سي دي) : في هذه الطريقة بعمل المحلل على إعادة عرض المباراة في التلفاز بواسطة جهاز الفيدي و كاسيت أو جهاز ال (سي دي) بعد أن يقوم بتنظيم استمارة خاصة للنواحي المراد دراستها ، ومن خلال عرض المباراة يتم تحديد الحالات المطلوبة وتدرج في

(2) ابن منظور (1956): لسان العرب ، لبنان ، بيروت ، دار صادر ، ج 11

(1) جلال محمد عبد الحميد (1982) : منهج البحث العلمي عند العرب، دار الكتب اللبناني، بيروت

(2) ثامر محسن واخران : (1991): الاختبار والتحليل بكرة القدم ، مطبعة جامعة الموصل، ص248-266

(3) سامي الصفار واخرون (1987) : كرة القدم ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ج 2 ط2، ص206

استمارة الملاحظة تم بعد ذلك وعلى ضوء النتائج التي تظهر يضع الحلول المناسبة ، ويعد هذا الأسلوب من أكثر الأساليب دقة وذلك للأسباب الآتية (1)

- ليس هناك أي مؤثر خارجي على تسجيل المباراة.
- ليس هناك حركات لا تسجل .
- إن الخطأ في تقدير الحركة يكون قليلا أو معدوما لإمكانية التحكم في إعادة الحركة أكثر من مرة وتحديدها بدقة.
- يمكن من خلال تسجيل حركات الفريقين بوقت واحد .

2-1-3- المهارات الأساسية في التنس الأرضي : 2-1-3-1- الإرسال :

يعد الإرسال مفتاح اللعب الهجومي والقوة الضاربة في اللعبة واللاعب الذي يمتلك إرسالاً يتميز بالقوة والدقة تكون فرصته كبيرة في كسب المباراة ، ويمكن اعتباره من أهم المهارات التي يجب أن يتميز بها لاعب التنس إذا لم تكن من أهمها جميعاً ، وهذا ما " أثبتته مباريات اللاعبين المصنفين ، حيث نجدهم يفوزون بالشوط عندما يكون الإرسال لصالحهم" (2) ولكي يكون الإرسال فعالاً في التأثير والسرعة "يجب أن يكون اللاعب متقناً لأجزاء الضربة بشكل جيد أي إن هناك انسيابية في الحركة والتي هي معيار لتكامل الأداء الفني والمستوى الذي توصل إليه في مراحل التعلم الحركي وإن استمرارية السير الحركي تعد احد ظواهر التوافق الحركي" (3) وبالرغم من تنوع الإرسال إلا إن جوهره يعتمد على قواعد أساسية وإن التوافق الحركي بين هذه القواعد أو المراحل سيؤدي بدون شك إلى نجاح الإرسال ، وقد قسمت المصادر والمراجع المراحل الأساسية لضربة الإرسال إلى عدة تقسيمات تقاربت وجهات النظر في المفهوم ولكن اختلفت في مسميات المراحل وعددها وتجزئتها للتدريب عليها (4) (5) (6) (7) ويرى الباحثون إن المراحل الأساسية لضربة

الإرسال كالتالي :

- 1- وقفة الاستعداد . 2- قذف الكرة. 3- ضرب الكرة. 4- نهاية الحركة.

2-3-1-2- وقفة الاستعداد

(1) زهير الخشاب وآخرا (1999) : كرة القدم ، الموصل ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط2، ص54

(2) علي سلوم جواد (2002) : مصدر سبق ذكره، ص63

(3) مشتاق عبد الرضا : (2005) : مصدر سبق ذكره ، ص1

(2)Johan . f.1984:tennis for anyone, third edition, Mayfield publishing company,califorina.P30

(4) سامي كاظم ، سامي عبد القادر (1990): الاسس الحديثة في التنس ، مطبعة التعليم العالي، ص30

(6) علي سلوم جواد (2002) : مصدر سبق ذكره، ص64

(7) ظافر هاشم الكاظمي (2000) : مصدر سبق ذكره، ص68

تشمل هذه الوقفة مسك اللاعب للمضرب والكرات ووضع الجسم قبل أداء الإرسال ، حيث يستخدم اللاعب أمسكه التي يراها مناسبة مع متطلبات نوع الإرسال المؤدى حيث تتميز مسكه الإرسال بالقوة والمرونة مع مفصل الرسغ أما الكرة فتكون في اليد الأخرى وممسوكة بالأصابع الخمس ويميل مسكها أثناء حالة الرمي إلى الإبهام والسبابة والوسطى أما وقوف اللاعب فيكون خلف خط القاعدة بالقرب من الخط المنصف لخط القاعدة على بعد قدمان أو ثلاثة أقدام بحيث يكون الجزء الأيسر من الجسم باتجاه الشبكة وفي اللعب الزوجي يقف بالقرب من الخط الجانبي لزيادة الزاوية التي يقوم منها بأداء الإرسال ويكون وزن الجسم على القدم الخلفية اليمنى التي تكون موازية لخط الإرسال بينما تؤثر القدم الأمامية باتجاه العمود الأيمن للشبكة وهذا ما يؤكد عليه المؤلفون " أفضل مكان لوقوف اللاعب هو عند منتصف خط القاعدة ... وان اللاعب المرسل يجب أن يأخذ الوضع الصحيح للجسم بحيث يكون اتجاه جانبه الأيسر للشبكة وتكون القدم اليسرى للإمام والقدم اليمنى للخلف بالنسبة إلى اللاعب الأيمن بحيث تعمل القدم اليسرى مع خط القاعدة زاوية (45) درجة وتوضع القدم اليمنى خلف القدم اليسرى بشكل مريح وتوزيع مركز ثقل الجسم بالتساوي ...

وتكون وقفة الاستعداد واحدة لجميع ضربات الإرسال وهي ذات أهمية كونها تمثل جزء من أجزاء تنفيذ الضربة " (1)

ويشير (بيتر) إلى أن اللاعب يجب أن يأخذ وضعية التأهب الصحيحة بحيث يضع القدمين براحة في وضعية جانبية لكامل الجسد و يتباعدان بمقدار تباعد الكتفين عن بعضهما. (2)

يتجه الجانب الأيسر لجسم اللاعب باتجاه الشبكة وتعمل القدم اليسرى مع خط القاعدة زاوية (45) درجة. وتوضع القدم اليمنى على بعد خطوة خلف القدم اليسرى براحة و إذا رسم خط وهمي من منتصف المسافة بين القدمين فإنه يصل إلى النقطة التي يهدف إليها اللاعب في توجيه إرساله، ويوزع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي (3) ، ويؤكد (Saviano) على ضرورة كون اللاعب متوازنا في وضع البدء وأن يبدأ بتدوير القدم الأمامية إلى الجانب بزاوية مقدارها (30) درجة على الأقل مع الشبكة، أو أن تستدير القدم حينما تستدير الكتفين. إذ أنه إذا كانت مقدمة القدم تشير مباشرة نحو الشبكة فإن القدرة على استدارة الوركين والكتفين تكون محدودة (1) ، إن العامل الرئيس هو وضع الجسم مقارنة بالشبكة وساحة المنافس. وأن هذا الأمر أساسي ومهم، وأن الوضع النموذجي هو أن تشير أصابع القدم باتجاه عمود الشبكة الأيمن والكتف الأيسر يشير إلى العمود الأيسر بالنسبة للاعب الأيمن، وهذا سوف يؤدي إلى خلق طريقة أكثر فاعلية لإنتاج القوة السريع (2) . أما (Braden) فيذكر أن وقفة الإرسال البسيطة تعني أن كلا الجزأين العلوي والسفلي يتجهان باتجاه واحد إلى

(1) علي سلوم جواد (2002) : مصدر سبق ذكره، ص64

(2) بيتر مورغان (ترجمة) عماد أبو السعود (1997): الموسوعة الرياضية (قوانين - قواعد - تقنيات - تمارين) ، الدار العربية للعلوم، بيروت. ص216

(3) أيلين وديع فرج (2002) : التنس (تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم)، منشأة المعارف، الإسكندرية، ص57-58

1 Saviano, Nick, 2003: Maximum Tennis-10 keys to unleash in your on-court potential, human Kinetics. P89

2 Wigley, Richard, 2001: tennis, biomechanics, www.teachingtennis.com. P1-2

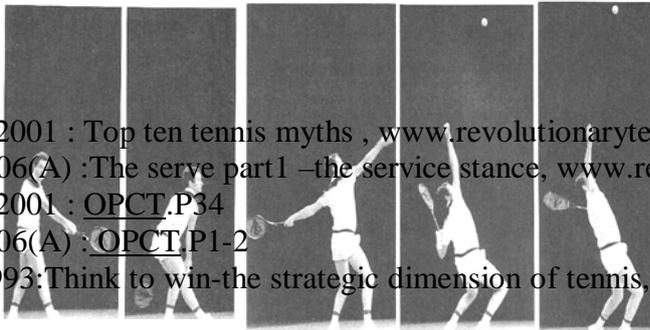
الجانب وكلا القدمين بالزاوية نفسها عند خط القاعدة ومتوازيتان تقريباً فيما بينهما، ويشير المضرب إلى الجانب، ولأن اللاعب يقف بهذه الطريقة فإنه سوف يبدأ ملتفاً إلى الجانب. (3)

أما في الوقفة المعقدة (المتعارضة) فإن اللاعب سوف يلتف إلى الجانب قليلاً لكن التعارض يحدث عندما يشير المضرب إلى مربع الإرسال لأن الجزء العلوي من الجسم يواجه مربع الإرسال. لكن الجزء السفلي يواجه الجانب فضلاً عن التعارض فإن القدم الأمامية تكون بزاوية مع خط القاعدة ولكن القدم الخلفية تكون موازية له تقريباً مما يجعل المسافة بين القدمين عريضة، وإذا بدأ اللاعب وجسمه ملتف في أثناء الوقفة المتعارضة فإن هناك طريقتين للإرسال:-

- إما أن يحافظ على وضع الجزء العلوي من الجسم ويلف الجزء السفلي إلى الأمام ليواجه مربع الإرسال ويقابل الجزء العلوي ويبدأ حركة الإرسال من هناك.

- أو يملأ إعادة لف الجزء العلوي إلى الجانب لمقابلة الجزء السفلي الملتف إلى الجانب للبدء بالحركة (4)

وفيما يتعلق بوقفة الإرسال في وقفة التعارض يشير (Braden) إلى أن اللاعب ينقصه تدوير الكتفين إذا قام بالضرب من وقفة الإرسال المتعارض لأنه يواجه الشبكة ولا يلتف كما يفعل في الجزء السفلي (5) ، ولكن إذا استخدم اللاعب وقفة الإرسال البسيط فإنه سوف يلتف بعيداً عن الشبكة وسوف يكون لديه تدوير كتفين (6) ، ويشير (Fox) إلى أن الوقفة المريحة لضربات الإرسال هي الوقفات الجانبية لاتجاه الكرة (7). مقارنة بـ (120) درجة لباقي اللاعبين لاحظ إن قدميه موضوعتان بشكل متوازٍ مع طول الخط الخلفي وحسب رأي (جون باندل) والذي قام بعمل تصويري مع اللاعب (جون ماكنرو) (*) إن ماكنرو يستخدم مقداراً كبيراً من استدارة الكتفين، وهو يبدأ بالوقوف وظهره مواجه للشبكة موظفاً ما يقارب (180) درجة من استدارة الكتفين بدلاً من التوافق مع هدفه والشكل (1) يوضح طريقة أداء (جون ماكنرو) (1).



(3) Braden , Vic , 2001 : Top ten tennis myths , www.revolutionarytennis.com.P34

(4) Papas, mark, 2006(A) : The serve part 1 –the service stance, www.revolutionarytennis.com.P1-2

(5) Braden , Vic , 2001 : OPCT.P34

(6) Papas, mark, 2006(A) : OPCT.P1-2

(7) Fox , Allen , 1993: Think to win-the strategic dimension of tennis, Harper Collins publisher INC, New York.P80

(*) جون ماكنرو: هو لاعب تنس أمريكي يلعب باليد اليسرى. كان من أحسن لاعبي التنس خلال الثمانينات و فاز خلال مسيرته ب 77 لقباً منها 7 بطولات كبرى في الفردي و 71 لقباً في الزوجي . أعلى تصنيف: 1 (3 مارس 1980 في الفردي) و 1 (3 يناير 1983 في الزوجي) ..



(1) Fox , Allen , 1993: OPCT.P84

شكل (1) يوضح طريقة أداء اللاعب
ماكرو للإرسال

2-2- الدراسات المشابهة

2-2-1- دراسة عمر فاروق يونس علاوي: (2) بعنوان (دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية للإرسال بوضع القدمين المواجه والموازي في التنس)

تحددت المشكلة في دراسة التغيرات التي يُحدثها وضع القدمين المواجه والموازي في بعض المتغيرات الكينماتيكية للاعب والمضرب والكرة في الإرسال القاطع. وهدف البحث إلى التعرف على :

- قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية للإرسال القاطع بوضعي القدمين المواجه و الموازي في التنس الأرضي.

- الفروق بين قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية للإرسال القاطع بوضع القدمين المواجه و الموازي في التنس الأرضي.

وافترض الباحث:

- وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض المتغيرات الكينماتيكية بين الإرسالين بوضع القدمين المواجه والموازي .

وأعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب الكيفي(النوعي) لملاءمته لطبيعة البحث وتكونت عينة البحث

من (5) لاعبين يمثلون منتخب محافظة نينوى بالتنس الأرضي لفئة المتقدمين وقد اختار الباحث هذه العينة بالطريقة العمدية وذلك للحصول على نتائج جيدة تخدم أهداف البحث واستخدم الباحث الاستبيان والقياس والملاحظة العلمية والاختبار والتقويم إذ تم استقصاء رأي الخبراء في المتغيرات الكينماتيكية ونوع الإرسال وتم

(2) عمر فاروق يونس علاوي (2007): (دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية للإرسال بوضع القدمين المواجه والموازي في التنس) رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل

قياس الكتلة والطول واختبار اللاعبين بأداء عشر إرسالات بكل وضع، وتم تقويم أفضل إرسال من كل وضع لإغراض التحليل الحركي. وعولجت البيانات إحصائياً باستخدام برنامج SPSS للحصول على (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و(ت) المرتبطة والنسبة المئوية) والمعادلات التي ترتبط بالمتغيرات البايوميكانيكية. واستنتج الباحث :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الوضعين المواجه والموازي في الإرسال القاطع ولمصلحة الوضع الموازي في متغيرات زاوية الركبة الخلفية في الوضع الابتدائي وزاوية مرفق الذراع الحرة في الوضع الرئيس وزاوية الورك الخلفي لحظة ضرب الكرة وطول المسار الكلي لحركة رأس المضرب في الإرسال.
- إنَّ أهم متغير في الإرسال سرعة الكرة قبيل لمسها الأرض لمصلحة الوضع المواجه. لكن الفروق

كانت غير دالة معنوياً.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1- منهج البحث :

استخدام الباحثون المنهج الوصفي المسحي بالأسلوب التحليلي لملاءمته في تحقيق أهداف البحث إذ يقوم هذا المنهج "بوصف ما هو كائن عن طريق جمع البيانات والمعلومات حول الظاهرة وجدولتها وتبويبها ثم تفسير تلك البيانات واستخلاص التعميمات والاستنتاجات". (1)

3-2- أدوات البحث :

3-2-1- مجتمع وعينة البحث :

اختار الباحثون بالطريقة العشوائية بعض المشاركين في بطولة فرنسا الدولية المفتوحة (رولان غاروس) ضمن بطولات الكرنس سلام الأربع الكبرى وان اختيار العينة جاء بعد وصولهم الى الدور ربع النهائي للبطولة وبواقع (5) لاعبين مسجلين ضمن قائمة الاتحاد الدولي وقائمة المحترفين من أصل (64) لاعبا وتمت مراقبة ثلاث مباريات من البطولة وبواقع (10) مجموعات كان عدد الأشواط فيها (98) شوط والمباريات هي : (كاوديو × كوريا) و (كورتن × جبالا) و (هيالمن × كوريا).

3-2-2- الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية .
- أشرطة فيديو وأقراص ليزري للمباريات .
- جهاز تلفاز نوع LG .
- جهاز فيديو نوع National طراز GIO
- جهاز CD نوع Super Sunny
- جهاز تحكم عن بعد (Remote Control)
- استمارة تحليل ملحق (2).

(1) أن يتمان (ترجمة) قاسم لزام (1901) : التنس ، جامعة بغداد ، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر، ص75

3-3-3 خطوات تنفيذ البحث

3-3-1-3-1 استمارة التحليل

- إن الأهداف التي يسعى الباحثون إلى تحقيقها هي التي تفرض عليهم المحاور التي ينبغي أن تتضمنها استمارة التحليل ولذلك شملت الاستمارة خمسة محاور وكالاتي : -
- المحور الأول يصب في معرفة المنطقة التي يؤدي منها الإرسال .
 - المحور الثاني يتم من خلاله معرفة أوضاع استناد القدمين قبل الأداء لأنواع مختلفة من الإرسال
 - المحور الثالث معرفة نوع الكرة التي ينجح فيها الإرسال المؤدى .
 - المحور الرابع معرفة نوع الإرسال المؤدى من خلال سرعة الكرة وطريقة الأداء .
 - المحور الخامس يتضمن منطقة إصابة الكرة الإرسال (الكرة المرسله) أو المنطقة المستقبله للإرسال حيث يتم إحصاء جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب في المباراة التي تخص موضوع البحث للمحاور أعلاه ويتم وضع علامة (صح) في المحور الخاص لكل جانب وكما موضح في الملحق (1) بحيث يتم بعد ذلك جمع هذه العلامات على انفراد في نهاية الاستمارة ثم يتم معاملة النتائج إحصائياً.

3-3-2-3-1 طريقة التحليل

- اعتمد الباحثون على أسلوب التحليل الوصفي الذي يتلخص بتسجيل حركات اللاعب ضمن متغيرات موضوع البحث عن طريق الملاحظة باستعمال استمارة التحليل بعد عرضها على مجموعة من الخبراء (*) ومن خلال التسجيل الصوري الفيديوي وتعد المراقبة بهذا الأسلوب من الأساليب الدقيقة "لان الخطأ في تقدير الحركة يكون قليلا وذلك لإمكانية التحكم في إعادة الحركة أكثر من مرة وتحديدتها بدقة" (1)
- وبعد الاطلاع على المصادر واخذ آراء الخبراء الخاصة بتثبيت طريقة التحليل المناسبة حددت بالصيغة الآتية
- ١ منطقة الإرسال : تم تقسيم منطقة الإرسال إلى ثلاث مناطق متساوية يتم من خلالها تنفيذ الإرسال وهي (المنطقة المحاذية لخط منتصف القاعدة والمنطقة الوسطى والمنطقة المحاذية للخط الجانبي) ويتم احتساب عدد مرات تنفيذ الإرسال من كل منطقة
 - ٢ أوضاع استناد القدمين : تم تحديد كل من أوضاع استناد القدمين قبل أداء الإرسال على نحوين هما :

(*) - ظافر هاشم إسماعيل - أستاذ - كرة التنس الأرضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .
 - سامي عبد القادر الزهاوي - أستاذ - كرة التنس الأرضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .
 - علي سلوم جواد - أستاذ - كرة التنس الأرضي - كلية التربية الرياضية - جامعة واسط .

(1) زهير الخشاب وآخران (1999) : مصدر سبق ذكره، ص54

1 - أوضاع استناد القدم الأمامية عكس اليد الضاربة: وتكون على ثلاث حالات وهي (مائلة بزواوية (45) درجة مع خط القاعدة من جهة المشط أو عمودية على خط القاعدة من جهة مشط القدم أو موازية لخط القاعدة).

ب - أوضاع استناد القدم الخلفية لليد الضاربة وتكون على ثلاث حالات أيضا وهي (مائلة بزواوية (45) درجة على خط القاعدة من جهة عقب القدم ومؤشرة إلى عمود الشبكة الأيسر أو مائلة بزواوية (45) درجة على خط القاعدة من جهة المشط ومؤشرة إلى عمود الشبكة الأيمن أو موازية لخط القاعدة) ويتم تحديد أوضاع استناد القدمين من خلال الملاحظة لأداء تنفيذ الأنواع المختلفة للإرسال .

تم تفريغ البيانات الخاصة بهذا المحور في استمارة تفريغ البيانات وكما موضح في ملحق (2) لمعرفة أوضاع استناد القدمين أثناء تنفيذ أنواع مختلفة من الإرسال وظهرت الأوضاع كما موضح في الشكل (2) - توصيف الوقفات

- الوقفة الأولى (أ) : هي الوقفة الاعتيادية التي تكون على الشكل الآتي :

تكون القدم لعكس اليد الضاربة مائلة بزواوية (45) درجة على خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيمن من جهة المشط ، أما القدم لليد الضاربة فتكون موازية لخط القاعدة مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ توازن الجسم في حالة كون اللاعب يضرب الكرة باليد اليمنى كما موضح في الشكل (3) (أ - 1) أما إذا كان اللاعب أعسر فتكون بالشكل التالي :

تكون القدم لعكس اليد الضاربة مائلة بزواوية (45) درجة على خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيسر من جهة المشط ، أما القدم لليد الضاربة فتكون موازية لخط القاعدة مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ توازن الجسم كما موضح في الشكل (3) (أ - 2).

- الوقفة الثانية (ب) : هي التي تكون على الشكل الآتي :

تكون قدم عكس اليد الضاربة عمودية على خط القاعدة من جهة المشط ، أما القدم لليد الضاربة فتكون مائلة بزواوية (45) درجة مع خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيمن من جهة المشط مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ توازن الجسم في حالة كون اللاعب يضرب الكرة باليد اليمنى كما موضح في الشكل (ب - 1) أما إذا كان اللاعب أعسر فتكون بالشكل التالي :

تكون قدم عكس اليد الضاربة عمودية على خط القاعدة من جهة المشط ، أما القدم لليد الضاربة فتكون مائلة بزواوية (45) درجة على خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيسر من جهة المشط مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ توازن الجسم كما موضح في الشكل (ب - 2).

- الوقفة الثالثة (ج) : تكون على الشكل الآتي :

تكون قدم عكس اليد الضاربة موازية لخط القاعدة ، أما قدم اليد الضاربة فتكون مائلة بزواوية (45) درجة مع خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيسر من جهة عقب القدم مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ

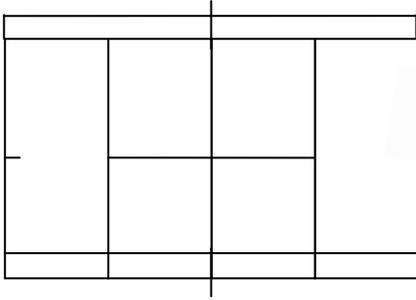
توازن الجسم في حالة كون اللاعب يضرب الكرة باليد اليمنى كما موضح في الشكل (4) (ج - 1) أما إذا كان اللاعب أعسر فتكون الوقفة بالشكل التالي :

تكون قدم عكس اليد الضاربة موازية لخط القاعدة ، أما قدم اليد الضاربة فتكون مائلة بزواوية (45) تكون مع خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيمن من جهة عقب القدم مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ توازن الجسم كما موضح في الشكل (4) (ج - 2)

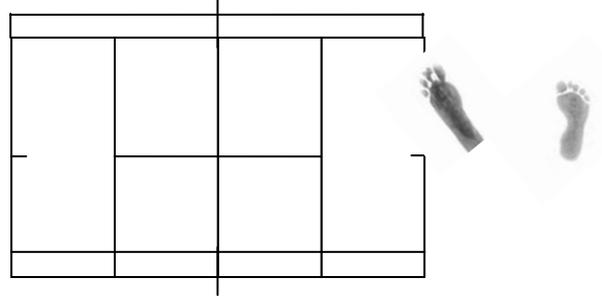
- الوقفة الرابعة (د) : تكون على الشكل الآتي :

تكون كلتا القدمان مائلتان بزواوية (45) درجة مع خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيمن من جهة مشط القدم ، مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ توازن الجسم في حالة كون اللاعب يضرب الكرة باليد اليمنى كما موضح في الشكل (د - 1) أما إذا كان اللاعب أعسر فتكون بالشكل التالي :

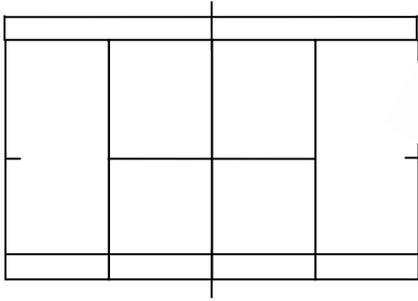
تكون كلتا القدمان مائلتان بزواوية (45) درجة مع خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيسر من جهة مشط القدم ، مع وجود فتحه بين القدمين لحفظ توازن الجسم كما موضح في الشكل (د - 2).



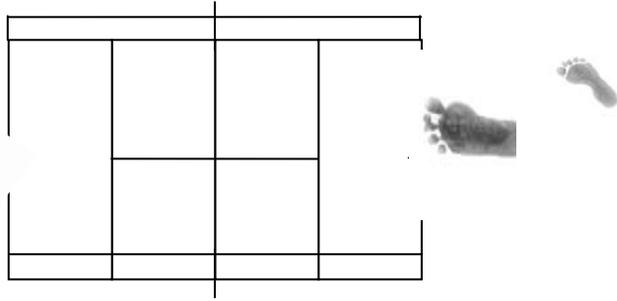
الوقفة الأولى (أ - 2) وقفة اللاعب الأعسر



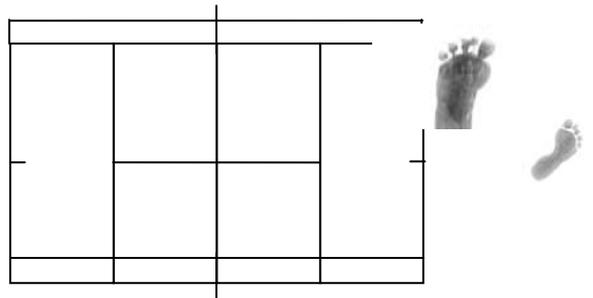
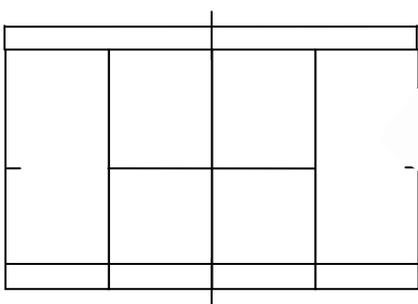
الوقفة الأولى (أ - 1) وقفة اللاعب الأيمن

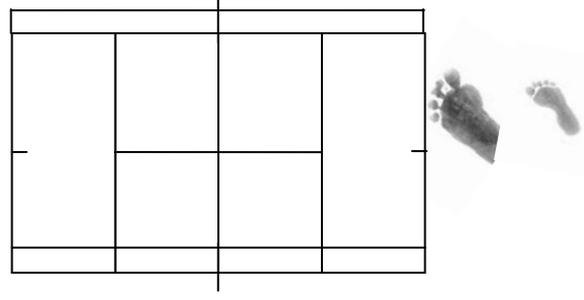
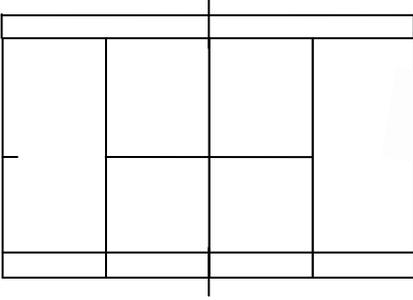


الوقفة الثانية (ب - 2) وقفة اللاعب الأعسر



الوقفة الثانية (ب - 1) وقفة اللاعب الأيمن





الوقفه الرابعة (د - 2) وقفه اللاعب الأيسر

الوقفه الرابعة (د - 1) وقفه اللاعب الأيمن

الشكل (2)

يوضح أوضاع استناد القدمين أثناء تنفيذ أنواع مختلفة من الإرسال

3- نوع الكرة : هنالك حق لكل لاعب إن يقوم بمحاولتين خلال النقطة الواحدة حتى تكون الكرة في اللعب فإذا ما حدث أن اخفق اللاعب في أن يجعل الكرة الأولى في اللعب من خلال استخدام لنوع معين من الإرسال يعطى فرص أخرى لجعل الكرة في اللعب من خلال إرسال الكرة الثانية وعلية يتم إحصاء عدد الإرسالات التي يتم فيها جعل الكرة في اللعب من خلال المحاولة الأولى أو المحاولة الثانية .

4- نوع الإرسال المؤدى : تم تحديد ثلاث أنواع رئيسية يتم استخدامها بصورة شائعة في مباريات التنس العالمية وهي (الإرسال المستقيم والإرسال الدائري الواطئ (القاطع) والإرسال الدائري العالي (التويست)) وعلية يتم إحصاء عدد كل نوع من الإرسال ويتم تحديد النوع من خلال تحديد اتجاه سير الكرة والمنطقة التي تصيها وقد تم السيطرة على هذا المتغير من خلال عرض الفلم بصورة بطيئة لكي يتم تحديد الاتجاه .

5- منطقة إصابة الإرسال : تم وضع أربعة مناطق في استمارة التحليل حيث تم تقسيم منطقة استقبال الكرة إلى ثلاث مناطق هي (الحافة الخارجية والحافة الداخلية وهما أفضل المناطق التي توجه إليها الكرات المرسله والوسطى بينهما) والمنطقة الرابعة هي خارج الملعب لكل كرة لا تكون ناجحة سوى وقعت خارج الملعب أو ارتطمت بالشبكة ، و من خلال متابعة سير الكرة المرسله ونقطة سقوطها يتم إحصاء عدد مرات سقوط الكرة في كل منطقة.

ولابد من الإشارة بأنه في حالة تنفيذ كل إرسال يتم وضع ستة علامات على استمارة التحليل تمثل متغيرات قيد الدراسة



الوقفة الأولى (1-1) وقفة اللاعب الأيمن

الوقفة الأولى (1-2) وقفة اللاعب الأيسر

شكل (3)



الوقفة الثالثة (ج - 2) وقفة اللاعب الأيسر

الوقفة الثالثة (ج - 1) وقفة اللاعب الأيمن

شكل (4)

3-3-3- صدق استمارة التحليل :

إن الفقرات التي تضمنتها الاستمارة غطت معظم جوانب مشكلة البحث وقد عرضت الفقرات الخاصة بهذه الاستمارة على الخبراء من ذوي الاختصاص ، للتأكد من صدق الاستمارة وقد اخذ الباحثون ملاحظات الخبراء بنظر الاعتبار ، وتم الاتفاق على الصيغة النهائية للاستمارة وبذلك تم تحصيل صدق المحتوى فالصدق بهذا المفهوم يتناول دراسة مفردات الاختبار ومحتوياته والاختبار الصادق منطقيا هو الاختبار الذي يمثل تمثيلا سليما للمبادئ المراد دراستها" (1)

3-3-4 - موضوعية استمارة التحليل :

(1) مصطفى باهي (1999) : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، القاهرة مركز الكتاب للنشر ، ط1، ص29

الموضوعية هي "عدم اختلاف المفدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين" (2) وقد تحقق

ذلك بعد إجراء ملاحظة لأداء مجموعة واحدة من المباراة للاعبين كوريا و كاوديو وتسجيل جميع المتغيرات قيد الدراسة من خلال استمارة التحليل من لدن مختصين (*) في مجال التربية الرياضية وقد تم احتساب معامل الارتباط البسيط بين التحليلين ، وظهر مقداره يساوي (0 ، 97) وهو ارتباط عالي .

3-3-5- ثبات استمارة التحليل :

يقصد بالثبات "هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد الاختبار على نفس الأفراد في نفس الظروف" (5 : 17) ، لقد أجرى الباحثون تحليلين باستعمال أسلوب الملاحظة المنظمة عن طريق المشاهدة عبر ال CD والتلفاز وكان ال فوق الزمني بين تحليلين (7) أيام بعد ذلك تم استخراج معامل الارتباط البسيط (Pearson) لتحديد قوة العلاقة بين التحليل الأول والثاني وكان مقدار معامل الارتباط يساوي (0,98) وهي درجة تعكس مستوى عالي من الثبات .

3-4- الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثون كل من (معامل الارتباط البسيط و النسبة المئوية و الوسط الحسابي)

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1- عرض نتائج متغير منطقة جهة الإرسال وتحليلها ومناقشتها :

يبين الجدول (4-1) قيم متغير منطقة جهة الإرسال التي حصلت في المباريات الثلاث من خلال المجاميع والأشواط كافة ونسبها المئوية ، إذ تركزت قيم المتغير لمنطقة الإرسال على المنطقة المحاذية للخط المنصف للقاعدة وللجهتين اليمنى واليسرى حيث كانت قيم منطقة الإرسال للجهة اليمنى هي (160 ، 135 ، 149) على الترتيب للمباريات الثلاث وبنسب مئوية هي (50,34% ، 51,33% ، 53,4%) على التوالي وبوسط حسابي يساوي (148) وبنسبة (52,34%) بينما كانت قيم منطقة الإرسال للجهة اليسرى هي (146 ، 128 ، 130) على الترتيب للمباريات الثلاث وبنسب مئوية هي (47,71% ، 38,67% ، 46,6%) على التوالي وبوسط حسابي يساوي (134,67) وبنسبة (47,66%) ويعزو الباحثون تركيز القيم على هذه المنطقة دون الأخرى كونها أكثر منطقة يمكن من خلالها السيطرة على ساحة الخصم في توجيه الإرسالات التي تجعل الخصم يتحرك باتجاه خارج الملعب عندما يستوجب رد الكرة بالضربة الأمامية أو الضربة الخلفية وهذا ما تشير إليه المصادر حيث إن "أفضل مكان لوقوف اللاعب هو عند منتصف خط القاعدة حيث يستطيع اللاعب توجيه الإرسال من هذا المكان جيدا أما مستقيما أو مائلا أي للاماكن الداخلية أو الخارجية من منطقة سقوط الإرسال" (16 : 64) كما أن "هذا المكان يساعد على حسن توجيه اللعب للإرسال إلى أي مكان يشاء داخل منطقة إرسال اللاعب المستلم وكذلك يساعده على اخذ وضع الاستعداد الصحيح بعد أداء الإرسال مباشرة" (16 : 66 - 67) ، هذا من جهة ومن جهة أخرى نلاحظ زيادة قيم جهة الإرسال اليمنى على حساب جهة الإرسال اليسرى ويعزو الباحثون ذلك إلى كون اغلب اللاعبين الذين تم مراقبتهم أدائهم يلعبون باليد اليمنى وان

(2) مصطفى باهي (1999) : المصدر السابق ، ص64

(*) - مشتاق عبد الرضا - مدرس مساعد - كرة التنس الأرضي - كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية .
- ليث جبار - مدرس مساعد - كرة التنس الأرضي - كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية .

جهة الإرسال اليسرى تكون أكثر سيطرة في توجيه الإرسال إلى منطقة الخصم فلا تحصل حالة خطأ التنفيذ في الإرسال من هذه الجهة إلا بصورة قليلة على العكس من ذلك في الجهة اليمنى ولذلك ظهرت قيمة ونسبة استخدام منطقة الإرسال اليمنى أكثر .

جدول (4 - 1)

يبين قيم متغير منطقة جهة الإرسال والوسط الحسابي لها خلال المباريات الثلاث

جهة الإرسال	منطقة الإرسال	المباراة الأولى	المباراة الثانية	المباراة الثالثة	الوسط الحسابي
اليمنى	المحاذاة للخط المنصف للقاعدة	160	135	149	148
	النسبة المئوية	%52.09	%51.33	%53.4	%52.34
	الوسطى				
	النسبة المئوية				
	المحاذاة للخط الجانبي				
	النسبة المئوية				
اليسرى	المحاذاة للخط المنصف للقاعدة	146	128	130	134.67
	النسبة المئوية	%47.71	%48.67	%46.6	%47.66
	الوسطى				
	النسبة المئوية				
	المحاذاة للخط الجانبي				
	النسبة المئوية				
المجموع		306	263	279	282.67
النسبة المئوية		%100	%100	%100	%100
عدد المجموعات		4	3	3	3.33
عدد الأشواط		36	31	31	32.67

2-4- عرض نتائج متغير نوع الوقفة وتحليلها ومناقشتها :

يبين الجدول (4-2) قيم متغير منطقة جهة الإرسال التي حصلت في المباريات الثلاث من خلال المجاميع والأشواط كافة ونسبها المئوية ، إذ حصلت الوقفة الأولى (ا) الوقفة الاعتيادية على قيم هي (177 ، 141 ، 154) على الترتيب للمباريات الثلاث وينسب مئوية (57,84% ، 53,61% ، 55,2%) على التوالي ، في حين حصلت الوقفة الثانية (ب) على قيم هي (35 ، 28 ، 32) على الترتيب وينسب مئوية مقدارها يساوي (11,44% ، 10,65% ، 11,47%) على التوالي ، بينما حصلت الوقفة الثالثة (ج) على قيم هي (92 ، 94 ، 89) على الترتيب وينسب مئوية مقدارها يساوي (30,07% ، 35,74% ، 31,9%) على التوالي ، كما حصلت الوقفة الرابعة (د) على قيم هي (2 ، 0 ، 4) على الترتيب وينسب مئوية مقدارها يساوي (0,65% ، 0% ، 0%)

1,43%) على التوالي ، وكانت قيم الأوساط الحسابية لنوع الوقفة خلال المباريات الثلاث هي (147,34 ، 31,67 ، 91,67 ، 2) على الترتيب وبنسب مقدارها (55,55% ، 11,19% ، 32,57% ، 0,69%) على التوالي ونلاحظ من خلال الأوساط الحسابية لنوع الوقفة تعدد أنواع الوقفات حسب الاستخدام وزيادة نسبتها في الوقفة الأولى والثالثة ويعزو الباحثون ذلك إلى كونهما مرتبطتان بالرسالات الأكثر استخداما والمناطق التي تصيبها هذه الرسالات لا تكون إلا من خلال هذه الوقفة ، خاصة المناطق الخارجية التي تجعل اللاعب يتحرك بعيدا خارج الملعب ، وإن ظهور هذه القيم والنسب في هذا المتغير يدل على تحقق الفرض الأول من البحث الذي افترض فيه الباحثون وجود أوضاع مختلفة لاستناد القدمين أثناء تنفيذ أنواع مختلفة من الإرسال لإصابة منطقة واحدة .

جدول (4 - 2)

يبين قيم متغير نوع الوقفة والوسط الحسابي لها خلال المباريات الثلاث

نوع الوقفة (*)	المباراة الأولى	المباراة الثانية	المباراة الثالثة	الوسط الحسابي
الأولى (أ)	177	141	154	147.34
النسبة المئوية	57.84%	53.61%	55.2%	55.55%
الثانية (ب)	35	28	32	31.67
النسبة المئوية	11.44%	10.65%	11.47%	11.19%
الثالثة (ج)	92	94	89	91.67
النسبة المئوية	30.07%	35.74%	31.9%	32.57%
الرابعة (د)	2	0	4	2
النسبة المئوية	0.65%	0%	1.43%	0.69%
المجموع	306	263	279	282.67
النسبة المئوية	100%	100%	100%	100%
عدد المجموعات	4	3	3	3.33
عدد الأشواط	36	31	31	32.67

4-3 - عرض نتائج متغير نوع الكرة وتحليلها ومناقشتها :

يبين الجدول (3-4) قيم متغير نوع الكرة التي حصلت في المباريات الثلاث من خلال المجاميع والأشواط

كافة ونسبها المئوية ، إذ حصلت الكرة الأولى وخلال المباريات الثلاث على قيم المحاولة الناجحة وهي (128 ، 135 ، 133) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (58,986% ، 67,84% ، 64,56%) على التوالي ، في حين كانت قيم المحاولات الفاشلة هي (89 ، 64 ، 73) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (41,04% ، 32,16% ، 35,44%) على التوالي ، بينما حصلت الكرة الثانية وخلال المباريات الثلاث على قيم المحاولة

(*) يراجع الصفحة المرقمة (9) حيث سبقت الإشارة الى توصيفها.

الناجحة وهي (82 ، 59 ، 67) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (92,14% ، 92,19% ، 91,78%) على التوالي ، في حين كانت قيم المحاولات الفاشلة هي (7 ، 5 ، 6) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (7,86% ، 7,81% ، 8,22%) على التوالي ، وكانت قيم الأوساط الحسابية للمحاولة الناجحة في الكره الأولى والكره الثانية خلال المباريات الثلاث هي (132 ، 69,34) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (63,8% ، 92,04%) على التوالي ، ونلاحظ من خلال الأوساط الحسابية لنوع الكره زيادة نسبة نجاح الكره الثانية على حساب نجاح الكره الأولى ويعزو الباحثون ذلك إلى عدة أسباب منها شعور اللاعب بوجود فرصة أخرى لأداء الإرسال إذا ما فشل في الكرة الأولى يدفعه إلى استخدام القوه فيها أكثر مما في إرسال الكره الثانية مما يؤدي إلى فقدان الدقة فيؤدي إلى زيادة نسبة الفشل في الإرسال الأول وهذا ما تشير إليه المصادر حيث إن " حركة المضرب في الإرسال الثاني لا تكون بقدر سرعته في الإرسال الأول ، حيث يقوم اللاعب بضرب الكره بسرعة تعادل ثلاثة أرباع سرعة الإرسال الأول تقريبا " (1) وان ارتفاع نجاح الكره الثانية بدرجة عالية جدا يدل على كفاءة اللاعبين وارتقائهم بمستوى مهارة الإرسال الثاني " فكثيرا ما يقال إن لاعب التنس يكون جيدا بمقدار قدرته وكفاءته في تصويب كرة الإرسال الثانية " (1)

جدول (4 - 3)

يبين قيم متغير نوع الكرة والوسط الحسابي لها خلال المباريات الثلاث

نوع الكرة	المباراة الأولى		المباراة الثانية		المباراة الثالثة		الوسط الحسابي	
	الناجحة	الفاشلة	الناجحة	الفاشلة	الناجحة	الفاشلة	الناجحة	الفاشلة
الكرة الأولى	128	89	135	64	133	73	132	75.34
عدد الكرات								

(1) ظافر هاشم ألكاظمي (2000) : مصدر سبق ذكره ، ص75

(1) ظافر هاشم ألكاظمي (2000) : مصدر سبق ذكره ، ص75

								النسبة المئوية	
6	69.34	6	67	5	59	7	82	عدد الكرات	الكرة الثانية
%7.96	%92.04	%8.22	%91.78	%7.81	%92.19	%7.86	%92.14	النسبة المئوية	
282.67		279		263		306		عدد الكرات	المجموع
%100		%100		%100		%100		النسبة المئوية	
3.33		3		3		4		عدد المجموعات	
32.67		31		31		36		عدد الأشواط	

4-3 - عرض نتائج متغير نوع الإرسال وتحليلها ومناقشتها :

يبين الجدول (4-4) قيم متغير نوع الإرسال التي حصلت في المباريات الثلاث من خلال المجاميع والأشواط كافة ونسبها المئوية ، إذ حصل الإرسال المستقيم وخلال المباريات الثلاث على قيم المحاولة الناجحة وهي (71 ، 66 ، 65) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (23.2% ، 25.09% ، 23.3%) على التوالي ، في حين كانت قيم المحاولات الفاشلة للإرسال المستقيم هي (23 ، 15 ، 18) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (7.5% ، 5.71% ، 6.45%) على التوالي ، بينما حصل الإرسال القاطع وخلال المباريات الثلاث على قيم المحاولة الناجحة وهي (133 ، 126 ، 132) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (43.47% ، 47.91% ، 47.31%) على التوالي ، في حين كانت قيم المحاولات الفاشلة للإرسال القاطع هي (63 ، 48 ، 52) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (20.58% ، 18.25% ، 18.64%) على التوالي ، أما الإرسال الدائري فقد حصل على قيم للمحاولة الناجحة وخلال المباريات الثلاث وهي (6 ، 2 ، 3) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (1.96% ، 0.76% ، 1.08%) على التوالي ، في حين كانت قيم المحاولات الفاشلة للإرسال الدائري هي (10 ، 6 ، 9) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (3.29% ، 2.28% ، 3.22%) على التوالي ، وكانت قيم الأوساط الحسابية للمحاولة الناجحة لنوع الإرسال خلال المباريات الثلاث هي (67.33 ، 130.67 ، 3.67) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها (23.86% ، 46.23% ، 1.27%) على التوالي ، ونلاحظ من خلال الأوساط الحسابية لنوع الإرسال زيادة نسبة نجاح الإرسال القاطع على حساب نجاح أكثر مما في الإرسال المستقيم والدائري ويعزو الباحثون ذلك إلى كثرة استخدام هذا النوع من الإرسال في المباريات من قبل اللاعبين ويتضح هذا من خلال مجموع الوسط الذي يظهر قيم استخدام كل نوع من أنواع الإرسال والنسب المئوية لها حيث كانت قيم الإرسال المستقيم هي (86) وبنسبه مئوية مقدارها (30.41%) من

مجموع الإرسالات المؤداة في المباراة ، أما الإرسال القاطع فكانت قيمته هي (184.67) وبنسبه مئوية مقدارها (65.39%) في حين كانت قيم الإرسال الدائري هي (12) وبنسبه مئوية مقدارها (4.2%) ، وعند تحليل نسبة النجاح بالقياس إلى نسبة الاستعمال كل نوع من أنواع الإرسال يتضح بان نسبة النجاح للإرسالين المستقيم والقاطع هي نسبة جيدة إذ تؤكد المصادر بأنه " يعتبر الإرسال جيدا في اللعب الفردي عندما تكون نسبة الإرسالات الصحيحة 75% من مجموع محاولات الإرسال " (1) وهذا تقريبا ما تظهره القيم عند المقارنة بين نسبة النجاح والفشل في الإرسال إلى نسبة الاستخدام لكل من النوعين المستقيم والقاطع ، أما الإرسال الدائري فيعزو الباحثون انخفاض نسبة النجاح إلى أن هذا النوع من الإرسال ذا تكتيك صعب فضلا عن سرعة الكرة الناتجة عنه اقل قوة وليست ذا تأثير كما في الإرسالين المستقيم والقاطع حيث أنه " تتم مرحلة الضرب وملاقاة الكرة في الإرسال الدائري (القوسي العالي) والكرة قريبا نسبيا من اللاعب حيث يتحتم عليه ضربها وهي فوق رأسه تقريبا " (2) كما إن " الاختلاف في انثناء الذراع الضاربة عند الضرب في الإرسالات الثلاثة يعني اختلاف طول قطر ذراع الدوران لها الذي يعني بدوره اختلاف السرعة الدائرية لحركة المضرب التي تنعكس على سرعة انطلاق الكرة " (3) ولذلك فإن اغلب اللاعبين يمارسون الإرسال القاطع بشكل أكثر من النوعين الآخرين ويعزو الباحثون ذلك إلى كون سرعة الكرة فيه متوسطه وذا تأثير على المستقبل ومسيطر عليه من قبل المرسل حيث " يفضل استخدام الإرسال القاطع عند أداء الإرسال الثاني أو عند الإرسال الأول في المباريات وذلك لان احتمال الخطأ فيه يكون قليلا " (4) .

جدول (4 - 4)

يبين قيم متغير نوع الإرسال والوسط الحسابي له خلال المباريات الثلاث

مجموع الوسط	الوسط الحسابي		المباراة الثالثة		المباراة الثانية		المباراة الأولى		نوع الإرسال
	الفاشل	النجاح	الفاشل	النجاح	الفاشل	النجاح	الفاشل	النجاح	
86	18.67	67.33	18	65	15	66	23	71	مرات الاستعمال
%30.41	%6.55	%23.86	%6.45	%23.3	%5.71	%25.09	%7.5	%23.2	النسبة المئوية
184.67	54.33	130.34	52	132	48	126	63	133	مرات القاطع

(1) أن يتمان (ترجمة) قاسم لزام (1901) : التنس ، جامعة بغداد ، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر.ص167

(2) طارق حمودي أمين (1987) : العاب الكرة والمضرب ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل.ص39

(3) نزار الطالب (1976) : المدخل إلى علم البايوميكانيك (تحليل الحركات الرياضية) ، مطبعة اوفسيت الوراق ، بغداد .

ص149

(4) ظافر هاشم أكاظمي (2000) : مصدر سبق ذكره ، ص78

									الاستعمال
%65.39	%19.16	%46.23	%18.64	%47.31	%18.25	%47.91	%20.58	%43.47	النسبة المئوية
12	8.33	3.67	9	3	6	2	10	6	مرات الاستعمال
%4.2	%2.93	%1.27	%3.22	%1.08	%2.28	%0.76	%3.29	%1.96	النسبة المئوية
282.67	81.33	201.34	79	200	69	194	96	210	عدد الإرسال
%100	%28.61	%71.39	%28.31	%71.69	%26.24	%73.76	%31.27	%68.63	النسبة المئوية
		3.33	3		3		4		عدد المجموعات
		32.67	31		31		36		عدد الأشواط

4-5 - عرض نتائج متغير منطقة إصابة كرة الإرسال وتحليلها ومناقشتها :

يبين الجدول (4-5) قيم متغير إصابة كرة الإرسال التي حصلت في المباريات الثلاث من خلال المجاميع والأشواط كافة ونسبها المئوية ، إذ حصلت منطقة الحافة الخارجية لمنطقة استقبال كرة الإرسال اليمنى واليسرى على قيم هي (98 ، 88 ، 122) على الترتيب للمباريات الثلاث وبنسب مئوية (32.2% ، 33.34% ، 43.73%) على التوالي ، في حين حصلت المنطقة الوسطى على قيم هي (66 ، 57 ، 60) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها يساوي (21.58% ، 21.67% ، 21.51%) على التوالي ، بينما حصلت منطقة الحافة الداخلية على قيم هي (46 ، 49 ، 18) على الترتيب وبنسب مئوية مقدارها يساوي (15.03% ، 18.63% ، 6.45%) على التوالي ، وكانت قيم الأوساط الحسابية لمنطقة إصابة او استقبال كرة الإرسال خلال المباريات الثلاث هي (102.67 ، 61 ، 37.67) على الترتيب وبنسب مقدارها (36.4% ، 21.59% ، 13.37%) على التوالي ونلاحظ من خلال الأوساط الحسابية زيادة قيمة ونسبة متغير إصابة منطقة الحافة الخارجية عن باقي المنطقتين الاخرتين ويعزو الباحثون ذلك إلى كون هذه المنطقة تجعل المستقبل يتحرك باتجاه خارج الملعب مما يفسح المجال أمام المرسل إلى تسليط ضغط آخر على اللاعب المستقبل إذا استطاع أن يرد الكرة من خلال تصويب الكرة إلى أي جزء من الملعب وذلك بسبب اتخاذ اللاعب المستقبل موقعا بعيدا عن الملعب إذ " يفضل أن تكون كرة الإرسال المصوبة إلى المنطقة الحافة الخارجية من الجهة اليمنى أو اليسرى وذلك

جدول (4 - 5)

يبين قيم متغير منطقة إصابة كرة الإرسال والوسط الحسابي لها خلال المباريات الثلاث

منطقة إصابة كرة الإرسال		المباراة الأولى	المباراة الثانية	المباراة الثالثة	الوسط الحسابي
عدد المرات	لحافة الخارجية	98	88	122	102.67

النسبة المئوية	32.02%	33.46%	43.73%	36.4%
عدد المرات	66	57	60	61
النسبة المئوية	21.58%	21.67%	21.51%	21.59%
عدد المرات	46	49	18	37.67
النسبة المئوية	15.03%	18.63%	6.45%	13.37%
عدد المرات	96	69	79	81.33
النسبة المئوية	31.77%	26.24%	28.31%	28.64%
عدد المرات	306	263	279	282.67
النسبة المئوية	100%	100%	100%	100%
عدد المجموعات	4	3	3	3.33
عدد الأشواط	36	31	31	32.67

للضغط على اللاعب المستلم لكي يأخذ موقعا بعيدا عن الساحة لإرجاع الإرسال القوي" (13 : 40) كما

يعزو الباحثون ظهور قيم المنطقة الوسطى ونسبها بهذا الشكل إلى أن المرسل يحاول أن يجعل اللاعب المستقبل يتحرك ليأخذ موقعا بعيدا خلف الملعب لإرجاع الكرة وبالتالي يعطي هذا الرجوع زمام المبادرة إلى اللاعب المرسل في التقدم نحو الشبكة وتوجيه الكرة العائدة من المستقبل إلى أي مكان قريب من الشبكة وهذا ما تشير إليه المصادر من انه " إذا كان الإرسال مؤثرا فان المرسل سوف يحافظ على الصفة الهجومية التي تلازم الإرسال " (1). كما يعزو الباحثون انخفاض قيم ونسبة الحافة الداخلية إلى كون إن اللاعبين الذين تم مراقبتهم يلعبون باليد اليمنى وان تقريبا نصف القيم التي تم الحصول عليها هي عند تنفيذ الإرسال من الجهة اليمنى لان الكرة الملعبه من هذه الجهة تسقط على يسار اللاعب المستقبل مما يجعله يرد الكرة بالضربة الخلفية مما يبقي زمام المبادرة بالهجوم بيد المرسل على العكس من إرسال الكرة من الجهة اليسرى فإنها تجعل المستقبل يرد الكرة بالضربة الأمامية إلا أن باقي القيم كانت من هذه الجهة وذلك لجعل الخصم في حالة ذهول وليس لديه ألقدره على تحديد النهج الهجومي للإرسال وهذا هو الغرض من تنوع الإرسال وخطط تنفيذه إذ أن " السبب الرئيسي لامتلاك اللاعب لأنواع مختلفة من الإرسال هو إيجاد طرق ومصادر مختلفة يتمكن منها اللاعب في التأثير على توقع اللاعب الخصم ويضعف من قدرته في إرجاع كرة الإرسال " (1)

4-6 - عرض نتائج متغير الوقفة مع نوع الإرسال وجهة الإرسال والمنطقة التي تصيبها الكرة وتحليلها ومناقشتها :

يبين الجدول (4-6) قيم المتغيرات وتوزيعها التي تم استخراجها من متابعة المباريات الثلاث من خلال المجاميع والأشواط كافة، إذ حصلت الوقفة الأولى على مجموع قيم من خلال أداء الإرسال المستقيم بجهتيه

(1) أن يتمان (1901): مصدر سبق ذكره، ص168

(1) ظافر هاشم ألكاظمي (2000) : مصدر سبق ذكره ، ص76

اليمنى واليسرى في إصابة المنطقة الوسطى هي (62 ، 51) على التوالي ، أما الإرسال القاطع فحصل على مجموع قيم تركزت بجهتيه اليمنى واليسرى في إصابة منطقة الحافة الخارجية والداخلية هي (70 ، 63) ، أما الإرسال الدائري فحصل على مجموع قيم تركزت بجهتيه اليسرى في إصابة منطقة الخارجية هي (6) ويلاحظ الباحثون من خلال هذه الوقفة استخدام أنواع الإرسال المختلفة إصابة مناطق مختلفة ويعزو الباحثون ذلك إلى اختلاف مسار كل نوع من أنواع الإرسال الناتج من اختلاف مواجهة المضرب للكرة إذ " فلو افترضنا إن كرة الإرسال المستقيم سوف تسقط باتجاه جسم اللاعب المستلم الذي يستخدم اليد اليمنى فان كرة الإرسال الدائري سوف تسقط في جانب الضربة الخلفية بينما تتجه كرة الإرسال القاطع إلى الضربة الأمامية " (2) ، أما الوقفة الثانية فقد حصلت على مجموعة قيم من خلال أداء الإرسال المستقيم بجهتيه اليمنى واليسرى في إصابة المنطقة الوسطى والخارجية هي (17 ، 13 ، 6) على التوالي ، أما الإرسال القاطع فحصل على مجموع قيم تركزت بجهتيه اليمنى واليسرى في إصابة منطقة الحافة الخارجية هي (23) ، أما الإرسال الدائري فحصل على مجموع قيم بجهتيه اليسرى في إصابة منطقة الداخلية هي (2) ويلاحظ الباحثون اختلاف المناطق التي أصابتها الإرسالات المختلفة ويعزو الباحثون ذلك إلى هذه الوقفة التي يكون فيها المرسل مواجهها إلى الشبكة مما ساعد على تغيير مناطق إصابة الكرة التي تظهر بصورة جلية في الإرسال الدائري حيث لا يمكن تنفيذ هذا الإرسال من الجهة نفسها ويصيب المنطقة الداخلية لولا تغيير وضع الوقوف من الجانبي إلى المواجه ، كما حصلت الوقفة الثالثة على مجموع قيم تركزت من خلال أداء الإرسال القاطع بجهتيه اليمنى واليسرى في إصابة الحافة الداخلية والحافة الخارجية التي تمثل النقاط الحرجة على اللاعب المستقبل وكانت القيم تساوي (42 ، 80) ويعزو الباحثون وقوف اللاعب المرسل هذه الوقفة (جعل الجزء الخلفي من الجسم مواجهها للشبكة) وأداء هذا الكم من الإرسالات لإصابة هذه المنطقة إلى السعي لتغيير مسار الكرة في هذا الإرسال لتصيب المنطقة الحرجة بالنسبة للاعب المستقبل التي تجعله يرد الكرة بالضربة الخلفية مما يجعل زمام المبادرة بيد اللاعب المرسل أولاً وثانياً لتوليد قوة دوران للذراع والذراع الضاربة أكثر مما في الأوضاع السابقة التي تتعكس بدورها على قوة وسرعة الكرة " أن الإرسال باتجاه الجانب الضعيف أو تحريك الخصم خارج المكان الجيد له هو أمثله شائعة على التأثير الذي يمكن أن يتميز به الإرسال على إرجاع الكرة وبالتالي على الفوز أو الخسارة النقطة " (3). أما الوقفة الرابعة فحصلت على مجموع قيم تركزت من خلال أداء الإرسال الدائري بجهته اليسرى في إصابة الحافة الخارجية وهي (3) ويعزو الباحثون قلة قيم هذه الوقفة إلى قلة استخدام الإرسال الدائري.

جدول (4 - 6)

يبين عدد مرات استخدام الوقفة ونوع الإرسال المؤدى وجهة الإرسال والمنطقة الحرجة التي تصيبها الكرة على اللاعب المستقبل

نوع لوقفه	الأولى (1)	الثانية (ب)	الثالثة (ج)	الرابعة (د)
-----------	--------------	-------------	-------------	-------------

(2) ظافر هاشم ألكاظمي (2000) : المصدر السابق ، ص78

(3) أن يتيمان (1901) : مصدر سبق ذكره، ص75

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1- الاستنتاجات

توصل الباحثون الى الاستنتاجات الآتية:

- ١ جميع اللاعبين المشاركين في البطولة أدوا الإرسال من منطقة خط المنتصف للقاعدة .
- ٢ +الإرسال من المنطقة المحاذية للخط المنتصف للقاعدة تفرض سيطرة اكبر على ساحة الخصم ، اذ ان الإرسال من هذه المنطقة يجعل اللاعب أمام احتمالين إما كشف مساحة واسعة من ساحته للاعب المرسل (بعد رد الإرسال) أو استخدام الضربة الخلفية وهي أصعب مقارنة بالضربة الأمامية.
- ٣ +استخدام المنطقة المحاذية للخط المنتصف للقاعدة من جهة اليمين هو الشائع لكون اغلب اللاعبين يستخدمون اليد اليمنى في الإرسال.
- ٤ -الوقوف الأكثر شيوعا عندما تكون القدم المعاكسة لليد الضاربة مائلة بزاوية (45) درجة على خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيمن من جهة المشط ، أما القدم في جهة اليد الضاربة فتكون موازية لخط القاعدة ، تليها الوقفة عندما تكون القدم المعاكسة لليد الضاربة موازية لخط القاعدة ، أما القدم في جهة اليد الضاربة فتكون مائلة بزاوية (45) درجة مع خط القاعدة ومؤشره إلى عمود الشبكة الأيسر من جهة عقب القدم.
- ٥ +الرسالات الناجحة من عدد رسالات المحاولة الثانية (الكرة الثانية) أكثر من فشلها (تتفوق نسبة نجاح الإرسال في الكرة الثانية على نسبة نجاحها في الكرة الأولى).
- ٦ +الإرسال الأكثر استخداما هو الإرسال القاطع ويليه الإرسال المستقيم ثم الإرسال الدائري.
- ٧ +الرسالات الموجهة إلى الحافة الخارجية من ملعب الخصم تفوق على الرسالات الموجهة إلى الحافة الداخلية ، أي أن اللاعب المرسل يفضل إجبار المستقبل على ترك مساحة واسعة مكشوفة من ملعبه بعد رد الإرسال من إجباره على استخدام الضربة الخلفية من خلال إرسال الكرات إلى الحافة الداخلية.

5-2- التوصيات

استنادا على الاستنتاجات فان الباحثون يوصون بما يأتي:

- ١ ضرورة تحليل المسابقات المحلية لمقارنتها بنتائج تحليل بطولة فرنسا للعام 2004 أو أية بطولات أخرى.
- ٢ تعويد المرسلين على استخدام الحافة الخارجية من منطقة استقبال الخصم.
- ٣ #التدريب على الإرسال من المنطقة المحاذية للخط المنتصف للقاعدة من الجهتين (اليمنى واليسرى).
- ٤ تدريب المستقبل على العناصر البدنية المهمة التي تؤهله لسرعة الرجوع إلى المساحة المكشوفة من ملعبه.

- ٥ ضرورة تدريب اللاعبين على استخدام الوقفات التي تم توصيها في هذا البحث خصوصا التي لم تذكر في المصادر العلمية .
- ٦ ضرورة تدريب اللاعبين المحليين والتركيز على توجيه الكرات المرسله إلى المنطقة الحرجة على اللاعب المستقبل .

المصادر العربية والاجنبية

١. ابن منظور (1956): لسان العرب ، لبنان ، بيروت ، دار صادر ، ج 11
٢. آن يتمان (ترجمة) قاسم لزام (1901) : التنس ، جامعة بغداد ، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر
٣. أيلين وديع فرج (2002) : التنس (تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم)، منشأة المعارف، الإسكندرية.
٤. بيتر مورغان (ترجمة) عماد أبو السعد (1997): الموسوعة الرياضية (قوانين - قواعد - تقنيات - تمارين) ، الدار العربية للعلوم، بيروت.
٥. ثامر محسن واخران : (1991): الاختبار والتحليل بكرة القدم ، مطبعة جامعة الموصل.
٦. جلال محمد عبد الحميد (1982) : منهج البحث العلمي عند العرب، دار الكتب اللبناني ،بيروت
٧. زهير الخشاب وآخران (1999) : كرة القدم ، الموصل ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر، ط2.
٨. سامي الصفار واخرون (1987) : كرة القدم ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ج 2 ط2.
٩. سامي كاظم ،سامي عبد القادر (1990): الاسس الحديثة في التنس ، مطبعة التعليم العالي،ص30
١٠. طارق حمودي أمين (1987) : العاب الكره والمضرب ،، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.
١١. ظافر هاشم ألكاظمي (2000) : الإعداد الفني والخططي بالتنس ، جامعة بغداد، الدار الجامعية للطباعة.
١٢. علي سلوم جواد (2002) : العاب الكرة والمضرب التنس الأرضي ، جامعة القادسية ، مطبعة الطيف، ط1 .
١٣. عمر فاروق يونس علاوي (2007) : (دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية للإرسال بوضع القدمين المواجه والموازي في التنس) رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل
١٤. مشتاق عبدالرضا (2005): تحليل الأداء المهاري والخططي للمنتخب الوطني العراقي بكرة التنس الأرضي ومقارنته ببطولة فرنسا الدولية المفتوحة (فردي الرجال) 2004،رسالة ماجستير،كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية.
١٥. مصطفى باهي (1999) : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، القاهرة مركز الكتاب للنشر ، ط1.

17. Braden , Vic , 2001 : Top ten tennis myths , www.revolutionarytennis.com.
18. Fox , Allen ,1993:Think to win-the strategic dimension of tennis, Harper Collins publisher INC, New York.
19. Johan . f.1984:tennis for anyone, third edition, Mayfield publishing company,califorina.
20. Papas,mark,2006(A) :The serve part1 –the service stance, www.revolutionarytennis.com.
21. Saviano,Nick,2003 :MaximumTennis-10 keys to unleash in your on-court potential, human Kinetics.
22. Wigley,Richard,2001:tennis,biomechanics,www.teachingtennis.com.

دراسة تحليلية لموقع أفضل إنجاز من المحاولات الست في الرمي والوثب بالعب القوي

بحث وصفي

على لاعبي الرمي والوثب في الدورة العربية المدرسية الرابعة عشر / لبنان 2002

مقدم من

أ.م. د عادل تركي

م.م حيدر ناجي حبش

1-1- المقدمة وأهمية البحث

تعد فعاليات العاب القوى من الفعاليات التي تمارس في شتى انحاء العالم لما لها من خصوصية تنافسية تستهوي الصغار والكبار على حدٍ سواء وفعاليات الرمي والوثب هي من الفعاليات التي حظيت باهتمام أغلب الرياضيين لدورها الكبير في إظهار القوة والمتعة في التنافس ، وقد سمح قانون اللعبة بثلاث محاولات عند التصنيفات لكثرة عدد المتسابقين وإعطاء ثلاث محاولات إضافية لأفضل ثمانية متسابقين وبذلك تكون حصة المتسابقين الثمانية الأوائل هي ست محاولات تعطي فرصة كبيرة لإظهار المنافسة في تحقيق الأرقام الكبيرة ، وقد اهتم الباحثون السابقون في عدة اتجاهات لهذه الفعاليات منها الوسائل التعليمية والتدريبية وأهمية عناصر اللياقة البدنية والقياسات الأنثروبومترية وعلاقتها بالإنجاز ، وقد تميز بحثنا الحالي بدراسة موقع أفضل إنجاز للمتسابقين الأوائل من المحاولات الست التي أعطاها القانون لهم لكي تتضح الصورة للمدربين والمعنين باللعبة في كيفية استثمار هذه المحاولات الإضافية بدلاً من أن تكون عبئاً إضافياً يتحملة المتسابق.

2-1 مشكلة البحث

من خلال تتبع الباحثون لنتائج الدورة العربية المدرسية الرابعة عشر لاحظو تباين المتسابقين بشكل عام في تحقيقهم لأفضل إنجاز في المحاولات الست الممنوحة لهم في السباق فبعضهم حقق ذلك في المحاولات الثلاث الأولى أما البعض الآخر فإنهم حققوا ذلك في المحاولات الثلاث الأخيرة ولغرض دراسة هذه الظاهرة أرأى الباحثون إجراء بحثهم عن طريق تحليل موقع أفضل إنجاز في الرمي والوثب للذكور والإناث في هذه المسابقة .

3-1 هدف البحث

يهدف البحث الى التعرف على موقع أفضل إنجاز في المحاولات الست في الرمي ولوثب

4-1 مجالات البحث

المجال البشري : لاعبو الرمي والوثب المشاركون في الدورة الرياضية العربية المدرسية الرابعة عشر / لبنان .

المجال المكاني : ملعب الساحة والميدان بيروت / لبنان

المجال الزمني : الفترة من 2 / 9 / 2003 لغاية 6 / 9 / 2003

2- الدراسات النظرية

1-2 الدراسات التحليلية

هذا النوع من الدراسات يقوم به الباحث بعد أن يختار عدد من الوثائق المرتبطة بموضوع البحث مثل السجلات والصحف والمجلات والقوانين والأنظمة وبرامج التلفزيون والكتب .
فيجب على الباحث أن يركز على عملية التحليل المتضمنة للوثيقة ولا يحاول أن يستنتج من الوثيق أي شيء .

وهذا النوع من الدراسات يسير وفق خطوات المنهج الوصفي - فبعد أن يحدد مشكلة البحث يضع فروضه التي ستوجه لاستكمال الدراسة والى الوصول الى النتائج ثم يختار العينة التي سيحللها ليصل الى النتائج وتوجد عدة صعوبات للباحث عند قيامه بهذا النوع من الدراسات وهي:-

- أن تكون بعض الوثائق التي يقوم بتحليلها الباحث غير واقعية .
- أحياناً يصعب على الباحث الإطلاع على بعض الوثائق الهامة والتي تنتم بطابع السرية
- قد تكون بعض الوثائق مزورة أو محرفة وتحليل محتواها يؤدي الى نتائج خاطئة .
- وعلى الرغم من وجود هذه الصعوبات التي تواجه الباحث إلا أن دراسة تحليل المضمون لها فوائد هي :-
- يحصل الباحث على المعلومات من خلال الوثيقة مباشرة وهذا يقلل من احتمال تدخل الفرد الذي يقدم المعلومات ويقلل الوقوع في الأخطاء .
- يمكن للباحث أن يعود للوثائق عدة مرات لدراستها والتأكد منها
- وجود الوثائق تحت يد الباحث يجعله أن يفحصها في أي وقت يريد
- والوثائق التي تحل كثيرة الأنواع متعددة الوجوه تتناول سجلات الطلاب وقوانين الإدارة ومنهج التدريس وغير ذلك كثير . ويخدم تحليل الوثائق أغراضاً عديدة تتراوح بين تحسين المناهج والمقررات وبين دراسة الحالات وإسداء النصح والإرشاد .

2-2 القانون لفعاليات الوثب والقفز

لغرض تنظيم البطولات والسباقات الرسمية لألعاب القوى وضعت القواعد والقوانين وكان الهدف منها هو العدالة والسلامة والمتعة وقد تطورت مع تطور الحياة للفرد مرورها بالمرحل التي مرت بها البطولات حتى أصبحت في الوقت الحاضر ، وتحسم المسابقات بإعطاء المتسابقين في فعاليات الرمي (القرص والرمح والثقل والمطرقة) وفعاليات القفز والوثب (العالي والطويل والثلاثية والقفز بالعصا) ثلاث محاولات وذلك لكثرة عد المشاركين في المسابقات الرسمية مما يستوجب استمرار المسابقة الى ساعات طويلة ومن ثم منح ثلاث محاولات إضافية الى أفضل ثمانية متسابقين إذ يذكر القانون الدولي للهواة " إذا كان عدد المتنافسين ثمانية أو أقل فيسمح لكل متنافس بست محاولات كما يسمح للثمانية المتنافسين الذين حصلوا على أفضل المحاولات بثلاث محاولات إضافية ^{ON} ، والغاية منها إعطاء فرصة إضافية الى أفضل ثمانية متسابقين لتحقيق أفضل الإنجازات وتحسين أرقامهم ونتيجة لذلك تطورت مناهج التدريب البدنية والمهارية والخطية والنفسية ليكون اللاعب مؤهل لحوض هذه السباقات مع كثرة هذه المحاولات .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته في حل مشكلة البحث

2-3 عينة البحث

¹ خير الدين علي أحمد عويس : دليل البحث العلمي ، مصر ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص 114 .

² ريسان خريبط مجيد : مناهج البحث العلمي في التربية البدنية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 87 .

³ محمد عثمان : موسوعة ألعاب القوى ، الطويت ، دار القلم للطباعة و النشر ، 1990 ، ص 578 .

⁴ قاسم حسن حسين : القانون الدولي للألعاب الساحة والميدان للهواة ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987 ص 145 .

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم اللاعبون الستة الأوائل في فعاليات الرمي والوثب في الدورة العربية الرابعة عشر التي أقيمت في العاصمة اللبنانية بيروت / 2002 وبواقع (36) لاعباً و (30) لاعبة موزعين على فعاليات الرمي (الثقل والرص والرمح والمطرقة للبنين فقط) وفعاليات الوثب (الطويل والثلاثية)

3-3 أدوات البحث

* أستحصلت بيانات البحث من منشورات الدورة الرياضية العربية حيث تم تحليل نتائج المتسابقين والمتسابقات وبحسب المحاولات الست الممنوحة لهم وتم إدراج ذلك في استمارة أعدت لذلك تبين نتائج البطولة الرياضية العربية المدرسية الرابعة عشر .

* استمارة تفريغ البيانات

3-4 طريقة إجراء البحث

بعد جمع البيانات حول نتائج البطولة وأسماء اللاعبين الذين حققوا هذه النتائج وتسلسل أفضل إنجاز لكل لاعب في المحاولات الستة الممنوحة لهم أعتمد الباحثون استمارة لتفريغ البيانات .

3-5 الوسائل الإحصائية

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100 \text{ ٪}$$

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض النتائج

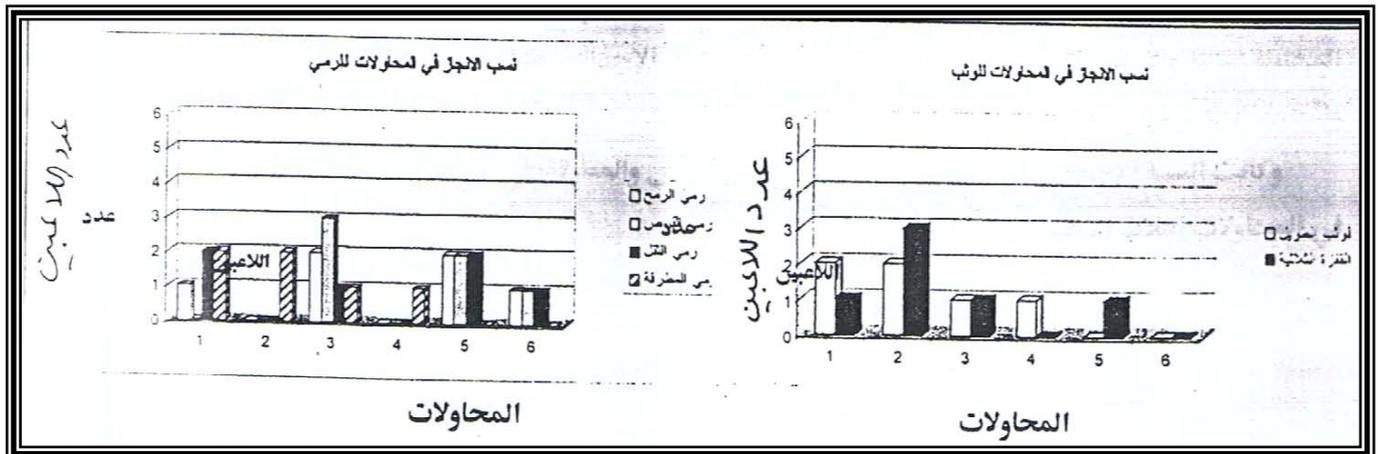
جدول (1)

يبين النسب المئوية لنتائج المتسابقين الستة الأوائل في فعاليات الرمي والوثب للذكور

المحاولات	وثب طويل	قفز ثلاثية	رمي الرمح	رمي القرص	قذف الثقل	رمي المطرقة
المحاولة الأولى	33.33%	16.67%	16.6%		33.33%	33.33%
المحاولة الثانية	33.33%	50%				33.33%

وإدع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي: التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ، ص71

%16.67	%16.67	%50	%33.33	%16.67	%16.67	المحاولة الثالثة
%16.67					%16.67	المحاولة الرابعة
	%33.33	%33.33	%33.33	%16.67		المحاولة الخامسة
	%16.67	%16.67	%16.67			المحاولة السادسة
%83.33	%50	%50	%50	%83.33	%83.33	المحاولات الثلاث الأولى
%16.67	%50	%50	%50	%16.67	%16.67	المحاولات الثلاث الأخيرة
			%58.33	%83.33		الثلاث الأولى / وثب ورمي
			%41.67	%16.67		الثلاث الأخيرة / وثب ورمي



شكل (2)

يوضح نسب الإنجاز في المحاولات للوثب والرمي للإناث

يوضح الجدول (1) النتائج الإحصائية للبيانات الخاصة بالفعاليات وحسب موقع أفضل إنجاز من الفعاليات الستة فقد ظهر إن نسبة أفضل إنجاز لفعالية (الوثب الطويل) في المحاولة الأولى هي (33.33%) ومثلها في المحاولة الثانية أما المحاولة الثالثة والرابعة فكانت نسبة كل منها (16.67%) أما النسبة الإجمالية فكانت (83.33%) للمحاولات الثلاث الأولى و (16.67%) للمحاولات الثلاث الأخيرة . أما نسبة أفضل إنجاز لفعالية (القفزة الثلاثية) في المحاولة الأولى هي (16.67%) وفي المحاولة الثانية (50%) أما المحاولة الثالثة فكانت (16.67%) والخامسة فكانت (16.67%) أما النسبة الإجمالية فكانت (83.33%) للمحاولات الثلاث الأولى و (16.67%) للمحاولات الثلاث الأخيرة .

وكانت النسبة الإجمالية لفعاليات الوثب (الثلاثية و الطويل) في المحاولات الثلاث الأولى (%86.33) أما في المحاولات الثلاث الأخيرة (%16.67) .

أما نسبة أفضل إنجاز لفعالية (رمي الرمح) في المحاولة الأولى هي (%16.67) وفي المحاولة الثالثة (%33.33) أما المحاولة الخامسة فكانت (%33.33) والسادسة فكانت (%16.67) أما النسبة الإجمالية فكانت (%50) للمحاولات الثلاث الأولى و (%50) للمحاولات الثلاث الأخيرة .

أما نسبة أفضل إنجاز لفعالية (رمي القرص) في المحاولة الثالثة هي (%50) وفي المحاولة الخامسة (%33.33) أما المحاولة السادسة فكانت (%16.67) .

أما النسبة الإجمالية فكانت (%50) للمحاولات الثلاث الأولى و (%50) للمحاولات الثلاث الأخيرة .

أما نسبة أفضل إنجاز لفعالية (رمي النقل) في المحاولة الأولى هي (%33.33) وفي المحاولة الثالثة (%16.67) أما المحاولة الخامسة فكانت (%33.33) والسادسة فكانت (%16.67) أما النسبة الإجمالية فكانت (%50) للمحاولات الثلاث الأولى و (%50) للمحاولات الأخيرة .

أما نسبة أفضل إنجاز لفعالية (رمي المطرقة) في المحاولة الأولى (%33.33) وفي المحاولة الثانية (%33.33) أما المحاولة الثالثة والرابعة فكانت نسبة كل منها (%16.67) أما النسبة الإجمالية فكانت (%83.33) للمحاولات الثلاث الأولى و (%16.67) للمحاولات الثلاث الأخيرة .

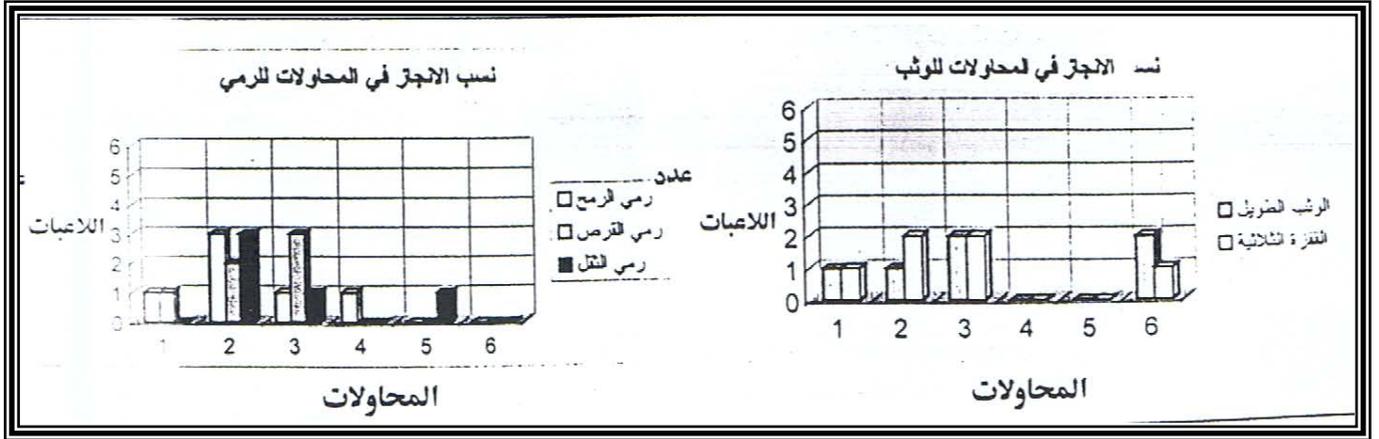
وكانت النسبة الإجمالية لفعاليات الرمي (الرمح والقرص والنقل والمطرقة) في المحاولات الثلاث الأولى (%58.33) أما في المحاولات الثلاث الأخيرة (%41.67) .

جدول (2)

يبين النسب المئوية لنتائج المتسابقين الستة الأوائل في فعاليات الرمي والوثب للذكور

المحاولات	وثب طويل	قفز ثلاثية	رمي الرمح	رمي القرص	قذف النقل
المحاولة الأولى	%16.67	%16.6	%16.67	%16.6	
المحاولة الثانية	%16.67	%33.33	%50	%33.33	%50
المحاولة الثالثة	%33.33	%33.33	%16.67	%50	%16.67
المحاولة الرابعة			%16.67		
المحاولة الخامسة					%16.67
المحاولة السادسة	%33.33	%16.67			
المحاولات الثلاث الأولى	%66.67	%83.33	%83.33	%100	%16.67

المحاولات الثلاث الأخيرة	%33.33	%16.67	صفر	%16.67
الثلاث الأولى /وثب ورمي	%75	%77.78		
الثلاث الأخيرة/ وثب ورمي	%25	%22.22		



شكل (2)

يوضح نسب الإنجاز في المحاولات للوثب والرمي للإنانث

يوضح الجدول (2) النتائج الإحصائية للبيانات الخاصة بالفعاليات وحسب موقع أفضل إنجاز من

الفعاليات الستة للإنانث فقد ظهر إن نسبة أفضل إنجاز لفعالية (الوثب الطويل) في المحاولة الأولى هي

(%16.67) ومثلها في المحاولة الثانية أما المحاولة الثالثة فكانت (%33.33) بينما المحاولة السادسة فكانت نسبة كل منها (%33.33)

أما النسبة الإجمالية فكانت (%66.67) للمحاولات الثلاث الأولى و (%33.33) للمحاولات الثلاث الأخيرة

أما نسبة أفضل إنجاز لفعالية (القفزة الثلاثية) في المحاولة الأولى هي (%16.67) وفي المحاولة الثانية و الثالثة فكانت (%33.33) والسادسة فكانت (%16.67) .

أما النسبة الأجمالية فكانت (%83.33) للمحاولات الثلاث الأولى و (%16.67) للمحاولات الثلاث الأخيرة .

وكانت النسبة الإجمالية لفعاليات الوثب (الثلاثية و الطويل) في المحاولات الثلاث الأولى (%75) أما في المحاولات الثلاث الأخيرة (%25) .

أما نسبة أفضل إنجاز لفعالية (رمي الرمح) في المحاولة الأولى هي (%16.67) وفي المحاولة الثالثة (%50) أما الثالثة والرابعة فكانت (%16.6) أما النسبة الإجمالية فكانت (%83.33) للمحاولات الثلاث الأولى و (%16.67) للمحاولات الثلاث الأخيرة .

المحاولة الأولى		المحاولة الثانية		المحاولة الثالثة		المحاولة الرابعة		المحاولة الخامسة		المحاولة السادسة	
مباراة	فصل	مباراة	فصل	مباراة	فصل	مباراة	فصل	مباراة	فصل	مباراة	فصل
الفائز الأول											
الفائز الثاني											
الفائز الثالث											
الفائز الرابع											
الفائز الخامس											
الفائز السادس											

جدول (3)

يبين المحاولات الفاشلة للمتسابقين الستة الأوائل في فعاليات الوثب للذكور

المحاولة الأولى		المحاولة الثانية		المحاولة الثالثة		المحاولة الرابعة		المحاولة الخامسة		المحاولة السادسة	
طويل	ثلاثية	طويل	ثلاثية	طويل	ثلاثية	طويل	ثلاثية	طويل	ثلاثية	طويل	ثلاثية
الفائز الأول											
الفائز الثاني											
الفائز الثالث											

فأشلة			فأشلة	فأشلة							فأشلة	الفأزر الرأبع
					فأشلة				فأشلة	فأشلة		الفأزر الأامس
		فأشلة			فأشلة			فأشلة		فأشلة		الفأزر السأاس

أءول (4)

أببب المأولأ الفأشلة للمأسابقبن السأة الأوأل فب فعاالب الرمب للذكور

المأولة السأاسة	المأولة الأامسة	المأولة الرأبعة	المأولة الأالأة	المأولة الأانبة	المأولة الأولة	
X		X			X	الفأزر الأول
			X	X		الفأزر الأانب
X		X	X	X	X	الفأزر الأالآ
		X	X		X	الفأزر الرأبع
X		X		X	X	الفأزر الأامس
	X	X		X		الفأزر السأاس

4-2 مناقشة الأناآ

أشبر الأءول المرقم (1) ألب أن أفضل المأولأ فب الوأب والرمل موضوعة البأأ كأنا نسبأها للمأولأ الأالآ الأولة إنا كأنا (83.33 %) للمأولأ الأالآ الأولة للوأب ببببب كأنا نسبة المأولأ الأأب (16.67) .

أما فعاالب الرمل فكاننا نسبة المأولأ الأالآ الأولة هب (58.33) فب آبن كأنا نسبة المأولأ الأالآ الأأب هب (41.67) .

يشير الجدول المرقم (2) الى أن أفضل المحاولات في الوثب والرمي الخاصة بالإناث إذ كانت نسبتها للمحاولات الثلاث الأولى أيضاً أفضل إذ كانت (75 %) للمحاولات الثلاث الأولى للوثب بينما كانت نسبة المحاولات الثلاثة الأخيرة (25%) أما فعاليات الرمي فكانت نسبة المحاولات الثلاث الأولى هي (77.78 %) في حين كانت نسبة المحاولات الثلاث الأخيرة هي (22.22 %) وهذا ما يوضح من أن اللاعبين واللاعبات كانوا يستثمرون لياقتهم البدنية وحالتهم النفسية في تحقيق أفضل الإنجازات في بداية السباق في حين لم يستثمروا المحاولات الإضافية التي منحت لهم .

ويعزو الباحثون السبب الى أن اللاعب في بداية السباق يكون في حالة استقرار نفسي وتركيز عالي كون لديه محاولات كثيرة لاحقة والتالي يكون مطمئناً من تصحيح الأخطاء إن وجدت وإظهار أفضل ما لديه أثناء السباق ، أما بعد أنتهاء المحاولات الثلاث الأولى فأن تركيز اللاعب يكون على كيفية اجتياز المنافسين الثمانية والفوز بالسباق وهذا يزيد من الشد النفسي إذ كلما اقترب السباق الى النهاية كلما زاد التنافس وزاد الشد النفسي وهناك اختلاف بين اللاعبين في درجة الاستجابة للمواقف للمنافسة " فهناك من يستجيب بشدة انفعالية مرتفعة بينما يستجيب الأخر بشدة انفعالية منخفضة ويلاحظ بشكل عام ارتفاع درجة الاستشارة الانفعالية وحالة التوتر لدى بعض اللاعبين أثناء المنافسة الرياضية " أ

وهذا السياق يذكر (ثامر محسن) بان الانفعال " اضطراب حاد يشمل الفرد كله ويؤثر على سلوكه وخبرته الشعورية ووظيفته الحيوية وينشأ من مصدر نفسي لذا فإن سبب ظهور الإنجاز في المحاولات الثلاث الأولى هو ما أشرنا اليه سابقاً.

إضافة الى أن في سباقات الوثب والرمي يحاول اللاعب بذل أقصى ما يملك من طاقة كي يحقق أفضل إنجاز في كل محاولة وهذا يعني أنه يحاول استنفاد أقصى طاقة لتحقيق أفضل إنجاز ، ومن المعروف إن اللاعب يستطيع أداء الحمل الأقصى إذا كانت الشدة تتراوح بين (94 - 100)% لعدد من امرات تتراوح بين (1-3) كما أشار (مفتي ابراهيم حماد)^N.

Sfhrhj hglqlhv ,hgjd d; ,k H]cih والجداول (3 ، 4 ، 5 ، 6) تبين المحاولات الفاشلة التي أرتكبها اللاعبون واللاعبات ، إذ إن اللاعبين واللاعبات الذين أرتكبو أخطاء في المحاولات الثلاث الأول وخاصة في المحاولتين الولي والثانية قد أثر ذلك على أداءهم نتيجة الخوف من تكرار الأخطاء والتي تؤدي الى أستبعادهم من السباق إذا لم يكونوا من اللاعبين الثماني الأولى أدى ذلك الى وجود عامل الخوف والاستثارة مما أثر على نتيجتهم عكس اللاعبين الذين لم يرتكبوا أخطاء في المحاولات الأولى أدى ذلك الى استغلالهم لجميع المحاولات لجميع المحاولات وعدم تأثرهم بعامل الخوف من ارتكاب الأخطاء ومشاهدة المنافسين يحققوا نتائج جيدة .

ويعزو الباحثون السبب في إضافة المحاولات في القانون الدولي لأن فعاليات الوثب والرمي من الفعاليات التي تحتاج الى دقة عالية في الأداء كالوثب مثلاً والتي تتطلب الوثب من لوحة لا يمكن تجاوزها كما

أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص220 .

• ثامر محسن : الأعداد النفسية بكرة القدم ، الموصل ، طابع التعليم العالي ، 1990 ص23 .

• مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط ، وتطبيق ، وقيادة ، ط1 ، دار الفكر العربي ، 1998 ، ص50 .

في الوثب الطويل والتلاتية وعارضة يجب المرور من جانبها دون إن يلمسها أو يسقطها كما في الوثب العالي والقفز بالعصا ، وبالنسبة الى فعاليات الرمي فهي تحتاج الى أداء بشدة عالية وعدم الخروج من الدائرة في رمي القرص والنقل والمطرقة أو عدم اجتياز الخط في رمي الرمح وهنا قد يؤثر الشد النفسي وضغط السباق في تحقيق أفضل إنجاز إذ ربما لا يتمكن اللاعب من إظهار كل ما يملك من قدرة على تحقيق الإنجاز مقارنة سباقات المضمار والتي يكون أدائه نسبياً أقل كون اللاعب يسمع إطلاق البدء فينطلق ويبدل كل ما لديه من طاقة حتى نهاية السباق ، لذا فاللاعبون يستنفذون جهودهم في المحاولات الثلاث الأولى كونهم يؤدون المحاولات بشدة قصوى كي يحققوا أفضل إنجاز خاصة وكون عينة البحث من الأسباب التي تؤثر على نتيجة اللاعب .

أن السبب الذي دعا الباحثون لدراسة أفضل إنجاز من المحاولات الست هو إعطاء المدربين صورة للموقع الذي يحقق فيه اللاعب الإنجاز حتى يتمكن المدرب من معرفة السبب وبالتالي الاستفادة من المحاولات الست في تحقيق أفضل الإنجازات .

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

استنتج الباحثون ما يلي :-

- إن نسبة الإنجاز في المحاولات الثلاث الأولى في فعاليات الوثب كانت أعلى من نسبتها في المحاولات الثلاث الأخيرة بالنسبة للذكور والإناث .
- إن نسبة الإنجاز في المحاولات الثلاث الأولى في فعاليات الرمي كانت أعلى من نسبتها في المحاولات الثلاث الأخيرة بالنسبة للذكور والإناث .
- معظم اللاعبين واللاعبات الذين ارتكبوا أخطاءً وحصلوا على محاولات فاشلة في المحاولتين الأولى والثانية أثر ذلك على نتيجتهم النهائية .

2-5 التوصيات

- استثمار المحاولات الثلاث الأخيرة التي تمنح لأفضل ثمانية متسابقين وذلك من خلال التدريب عليها .
- رفع لياقة اللاعبين لما يساعدهم في استثمار المحاولات الثلاث الأخيرة .
- استثمار الفترات البينية للسباق بين كل محاولتين للتهدة وإزالة التوتر .

المصادر

- خير الدين علي أحمد عويس : دليل البحث العلمي ، مصر ، دار الفكر العربي ، 1999 .

- ريسان خريبط مجيد : مناهج البحث العلمي في التربية البدنية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ،
- محمد عثمان : موسوعة العاب القوى، الكويت ، دار القلم للطباعة و النشر ، 1990 ، .
- قاسم حسن حسين : القانون الدولي للألعاب الساحة والميدان للهواة ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987.
- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999
- اسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997.
- ثامر محسن : الإعداد النفسي بكرة القدم ، الموصل ، طابع التعليم العالي ، 1990.
- مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط ، وتطبيق ، وقيادة ، ط1 ، دار الفكر العربي ، 1998 ،

علاقة بعض المتغيرات الوظيفية بمستوى الأداء البدني والمهاري لمرحلة الإعداد الخاص للاعبي كرة التنس الأرضي

بحث وصفي

على عينة من اللاعبين المتقدمين بكرة التنس الأرضي

تقدم به

أ.د. علي سلوم جواد الحكيم

م.م مشتاق عبد الرضا ماشي شرارة

م.م علي حسين هاشم

مدرب العاب. صفاء كاظم راضي

يعتبر علم التدريب من العلوم الحديثة المتطورة التي ترتبط ارتباطا وثيقا بكثير من العلوم الفسيولوجية والطبية والبيولوجية ، وكذلك علوم التربية وعلم النفس والميكانيك ا الحيوية . لذا فإنه يعتبر من العلوم التي تعتمد على قوانين وقواعد وأسس ونظريات أكتسبها خلال خبرة علمية طويلة ، ونتيجة لأبحاث عديدة أجريت في المجالات العلمية التي تخص بالعملية التدريبية .

وقد ثبت علميا أن استجابة أجهزة الجسم الحيوية والعضلات للتدريب الرياضي لها أهمية خاصة في معرفة التحسن الوظيفي والبدني والمهاري للرياضيين ، وذلك من خلال معرفة أسلوب ودرجة الحمل الداخلي والذي هو أساس في متابعة متطلبات التدريب من حيث الحمل الخارجي . وكما هو معروف أن ممارسة التدريب البدني بصوره المختلفة بصفة منتظمة وخصوصا الجري والتمرينات البدنية التي تتبع قوانين الحمل المعروفة في الحجم والشدة والراحة تؤدي بالتالي إلى انخفاض واضح في الدم ، واتساع في الشرايين كذلك التحسن الملحوظ في عناصر اللياقة البدنية يزيد من مستوى التكيف الذي يحصل لمستوى اللاعب نتيجة لتطبيقه المناهج التدريبية . هذا إلى جانب التغيير الحادث في جميع أجهزة الجسم (الجهاز الدوري التنفسي - الجهاز العضلي - الجهاز العصبي الخ) .

وتركز هذه الدراسة إلى معرفة التكيفات الوظيفية لأجهزة الجسم التي تحدث للاعب كرة التنس خلال فترة الإعداد الخاص من خلال أختبارات خاصة يقوم بها الباحثون في مجال الطب الرياضي وما ينتج عنها من مؤشرات حقيقية تعبر عن مدى التحسن الذي وصل إليه اللاعبون ، خاصة وأن الأداء المهاري والبدني يقترن تنفيذه بمستوى الترابط بين المتغيرات الوظيفية والتكيف في الأداء وبالتالي يشكل الحلقة المهمة في الإعداد الخاص وهذا يعني أن الأساس الذي يبني عليه اللاعب في تنفيذه المهام الموكلة له في فترة المنافسات . وبذلك يتسنى للمدربين تطوير وتحسين هذه القابليات من خلال المستويات التي تم التعرف إليها من مرحلة المنافسات .

2-1 مشكلة البحث :

تعتبر الاختبارات والمقاييس الوظيفية من أهم العوامل التي يجب أن تصاحب البرنامج التدريبي حتى يمكن التأكد من ملائمة حمل التدريب لمستوى اللاعب وحتى يمكن في ضوءها الارتفاع بالحمل أو تثبيته أو تقليله ، كما يمكن عن طريقها الكشف عن أي اختلال غير طبيعي في الحالة الصحية للاعب في بدايته قبل أن يتضاعف في غضون عمليات التدريب وزيادة درجة الحمل البدني دون ملاحظة حالة اللاعب الوظيفية والصحية ، ولقد تطورت طرق الاختبارات والمقاييس لتشمل أماكن جمع البيانات عن اللاعب في حالة الراحة ، وكذلك أثناء الحالة النشطة وأداء التدريبات ، كما تساهم هذه الاختبارات والمقاييس في تتبع حالة اللاعب التدريبية خلال الموسم التدريبي مما قد يجعلها مؤشرا هاما للتنبؤ بما يمكن أن يحققه اللاعب من مستوى رياضي ، وقد تكشف هذه الاختبارات والمقاييس عن بعض معوقات تحقيق اللاعب للمستوى الرياضي المطلوب ، حيث إن ذلك لا يرجع إلى الحالة الوظيفية وحدها ، فحينما تؤكد نتائج هذه الاختبارات ارتفاع مستوى الحالة

الوظيفية للاعب وبالرغم من ذلك لم يتحقق ارتفاعا موازيا في مستوى الأداء الرياضي فان معوقات ذلك قد تكمن في النواحي الأخرى كالناحية النفسية أو المهارية أو البدنية ، وبذلك يمكن علاج هذه المعوقات حتى يحقق اللاعب المستوى المطلوب . ويمكن القول أن هذا الجانب لم يلقى الاهتمام المطلوب من قبل كثير من المدربين والقائمين على العملية التدريبية في لعبة كرة التنس لذلك أراد الباحثون الخوض في هذه المشكلة للخروج بنتائج علمية تسهم في تطوير وتعزيز الجانب البدني والمهاري عن طريق ما أشارت إليه هذه المتغيرات الوظيفية وذلك لمواكبة تطور هذه اللعبة في بلدنا العزيز .

3-1 هدف البحث :

التعرف على علاقة بعض المتغيرات الوظيفية بالمستوى البدني والمهاري لفترة الإعداد الخاص بكرة التنس الأرضي .

4-1 فرض البحث :

هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين بعض المتغيرات الوظيفية والمستوى البدني المهاري في فترة الإعداد الخاص لدى عينة البحث .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : بعض اللاعبين المتقدمين المشاركين في بطولة (حسين كاظم) لعام 2006 م .

2-5-1 المجال المكاني : قاعات الأندية التي تمثل مكان تواجد اللاعبين .

3-5-1 المجال الزمني : الفترة الزمنية المحصورة بين (2006/5/15 لغاية 2006/10/15)

الباب الثالث

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :

أستخدم الباحثون المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية لأنه أقرب المناهج وأيسرها للوصول إلى أهداف البحث .

3-2 عينة البحث :

أن عينة البحث ينبغي أن تمثل المجتمع الأصلي خير تمثيل . وحين يجمع الباحث بياناته ومعلوماته فيكون هذا أما من المجتمع كله أو من عينة ممثلة لهذا المجتمع ، لذا تكونت عينة البحث من (20) لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من المجموع الكلي للأندية المشاركة في بطولة (حسين كاظم) ذات التنظيم السنوي والبالغ عددهم (60) لاعبا وبلغت النسبة المئوية للعينة (33.33) وكما مبين في الجدول (1)

جدول (1)

يبين الأندية المشاركة في البطولة وعدد اللاعبين المشاركين وعدد من اللاعبين المختارين

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين	اللاعبين المختارين
---	------------	--------------	--------------------

3	8	نادي الصناعة الرياضي	1
2	7	نادي الأرمي الرياضي	2
1	8	نادي الشرطة الرياضي	3
2	7	نادي الصيد الرياضي	4
0	5	نادي البصرة الرياضي	5
4	8	نادي الكاظمية الرياضي	6
0	6	نادي الموصل الرياضي	7
3	5	نادي كربلاء الرياضي	8
3	4	نادي الحلة الرياضي	9
2	2	نادي الديوانية الرياضي	10

3-3 المعاملات العلمية لقياسات عينة البحث

قام الباحثون بأجراء خطوة التجانس لأفراد العينة من ناحية (الطول والوزن والعمر) وذلك باستخدام معامل الالتواء وكانت (0.513)، (0.623)، (0.320) وأن هذه القيم تقع ضمن المدى ($3 \pm$) وهي الأوساط الحسابية التي يتضمنها المنحنى الطبيعي لمتغيرات الطول والوزن والعمر وذلك في دلالة على تجانس أفراد عينة البحث وكما مبين في الجدول (2)

جدول (2)

يبين حجم العينة والمعاملات العلمية ومعامل الالتواء لعينة البحث

معامل الالتواء	المونال MO	الانحراف المعياري S	الوسط الحسابي X	المواصفات	N
0.513	25	1.105	24.2	العمر (سنة)	20
0.623	180	2.531	178.1	الطول (سم)	20
0.320	80	2.268	77.75	الوزن (كغم)	20

4-3 وسائل جمع البيانات

3-4-1 الوسائل

* المراجع والمصادر العربية والأجنبية

ويرجع ذلك إلى أن هذه القياسات تؤثر وبشكل مباشر على مستوى تقييم حالة الفرد الوظيفية والبدنية لذلك حرص الباحثون على إجراء هذه الاختبارات .

* المقابلة الشخصية

* تصميم استمارة الاختبارات وطرق القياس

* الاختبارات والمقاييس

* استمارة تسجيل القياسات ونتائج الاختبارات المخبرية

* استمارة تسجيل نتائج الاختبارات البدنية والمهارية

3-4-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة

* ساعة توقيت عدد (3)

* شريط قياس جلدي بطول (50)

* جهاز ديناموميتر لقياس قوة القبضة

* دراجة ثابتة ذات جهد متغير

* محرار لقياس درجة حرارة الغرفة

* سماعة طبية

* جهاز لقياس عدد ضربات القلب والنبض ألمانى المنشأ

* جهاز قياس الطول والوزن

* طباشير (قطع ملونة)

* كرات تنس

* مضارب تنس

* حبل بطول (12) متر

* شريط لاصق عريض (ملون)

3-5 إجراءات البحث :

قام الباحثون بأعداد استمارة استبيان*¹ الغرض منها تحديد أهم المتغيرات الوظيفية والبدنية و المهارية والاختبارات الخاصة بكل متغير منها . ومن ثم عرضها على مجموعة من الخبراء المختصين * * لغرض معرفة أهم المتغيرات وأهم الاختبارات الخاصة بكل متغير وجرى بعد ذلك أستحصال موافقة الخبراء وتم تحديد ما يأتي :

المتغيرات الوظيفية :- تم تحديد (4) متغيرات

المتغيرات البدنية :- تم تحديد (4) متغيرات

المتغيرات المهارية:- تم تحديد (4) متغيرات ، وكما مبينة في الجدول (3)

3-6 موصفات الاختبارات الوظيفية والبدنية والمهارية :**3-6-1 الاختبارات الوظيفية**

* انظر ملحق (1)

** انظر ملحق (2)

- * - مؤشر الطاقة لبراش (محمد نصر الدين رضوان ، 1998 : 172 - 173) .
- * - اختبار روفي لتقييم الحالة التدريبية للقلب عند الرياضيين (كمال درويش وسامي محمد ، 1998 : 87) .
- * - قياس كفاءة البدني باختبار pwc170 (أحمد ناجي ، 1998 : 62) .
- * - قياس الاستهلاك الأقصى لاستهلاك الأوكسجين vo2max (عمار عبد الرحمن ، 1989 : 74)

2-6-3 الاختبارات البدنية

- * - اختبار قوة القبضة : (محمد علاوي و محمد نصر الدين ، 1984 : 34)
- * - اختبار الوثب العريض من الثبات : (محمد صبحي ، 1995 : 273 - 274)
- * - اختبار السرعة الانتقالية - ركض (20 متر) : (علي الهرهوري ، 1994 : 168)
- * - اختبار الجلوس من الرقود في (20) ثانية : (أحمد محمد و علي البيك ، 1996 : 267)

3-6-3 الاختبارات المهارية

- * - اختبار داير للتنس : (علي سلوم ، 2002 : 201 - 202)
- * - اختبار هوايت للدقة في الإرسال : (علي سلوم ، 2002 : 212 - 213)
- * - اختبار هوايت للضربات الأرضية الأمامية : (علي سلوم ، 2002 : 214 - 215)
- * - اختبار هوايت للضربات الأرضية الخلفية : (علي سلوم ، 2002 : 215)

يبين المتغيرات الوظيفية والبدنية والمهارية المختارة من قبل الخبراء

الاختبارات وطرق القياس	المتغيرات	ت
اختبار pwc170 عن طريق جهدين على الدراجة الثابتة	الكفاية البدنية pwc170	1
اختبار غير مباشر عن طريق تحديد pwc170 معادلة كارجمان	الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين vo2max	2
اختبار روفيي لتحديد قابلية القلب عند الرياضيين	قياس معدل النبض	3
اختبار مؤشر الطاقة لبراش	قياس الضغط الدموي	4
قياس قوة القبضة (جهاز ديناموميتر)	قوة القبضة	5
اختبار الوثب العريض من الثبات	القدرة العضلية للرجلين	6
ركض سريع (20) متر (زمن)	السرعة الانتقالية	7
اختبار الجلوس من الرقود في 20 ثانية تكرر	قدرة عضلات البطن	8
اختبار داير للنتس (المتقدمين)	قياس القدرة العامة للنتس	9
اختبار هويت لدقة الإرسال	دقة الإرسال	10
اختبار هويت للضربات الأرضية الأمامية	القدرة المهارية للضربات الأرضية الأمامية	11
اختبار هويت للضربات الأرضية الخلفية	القدرة المهارية للضربات الأرضية الخلفية	12

6-3 استخراج الأسس العلمية للاختبارات المختارة^٦ :

1-6-3 الصدق :

من أجل الحصول على صدق الاختبارات قام الباحثون بأخذ آراء الخبراء (ملحق 2) حول صدق المضمون (المحتوى) " فالصدق بهذا المفهوم يتناول دراسة مفردات الاختبار ومحتوياته والاختبار الصادق

^٦ - تجدر الإشارة إلى أن الاسس العلمية للاختبارات كانت معنية باستمرار واحدة درجت ضمنها الاختبارات البدنية والوظيفية والمهارية .

منطقيا هو الاختبار الذي يمثل تمثيلا سليما للميادين المراد دراستها " (مصطفى باهي ، 1999 : 29) وللتأكد من حقيقة الصدق وموضوعيته أستعمل الباحثون معامل الصدق الذاتي الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وقد تبين أن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق ذاتي عالية وقد كانت الدرجة (0.948) .

3-6-2 الثبات :

يقصد بالثبات " هو أن يعطي الاختبار النتائج نفسها إذا ما أعيد على الأفراد أنفسهم في الظروف نفسها " (أحمد خاطر ، علي فهمي ، 1976 : 17) . وكذلك يقصد بثبات الاختبار " هو درجة الثقة وذلك لأن الاختبار لا يتغير في النتيجة أي انه ذو قيمة ثابتة خلال التكرار أو الإعادة " (قاسم وآخرون ، 1989 : 68) . لقد أجرى الباحثون تجربتين استطلاعتين كانت المدة بينهما (7) أيام بعد ذلك تم استخراج معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لتحديد قوة العلاقة بين التحليل الأول والثاني فكان مقدار معامل الارتباط يساوي (0.90) وهي درجة تعكس مستوى عاليا من الثبات

3-6-3 الموضوعية :

الموضوعية هي " عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين " (مصطفى باهي ، 1999 : 64) والموضوعية العالية لاختبار ما تظهر حينما تقوم مجموعة مختلفة من المدرسين أو المحكمين بحساب درجات الاختبار في نفس الوقت عندما يطبق الاختبار على مجموعة من الأفراد ، ثم يحصلون تقريبا على نفس النتائج " (محمد علاوي ، محمد رضوان ، 1979 : 299) وقد تحقق ذلك بعد إجراء تقسيم لباحثون إلى قسمين وتسجيل نتائج الاختبارات كلا على حدة وقد تم احتساب معامل الارتباط البسيط بين الاختبارين وظهر مقدار (0.94) وهو ارتباط عال .

3-7 التجربة الاستطلاعية

هي " عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحته بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته " (عمار علي ، 1988 : 54) ولأجل الحصول على نتائج ومعلومات علمية صحيحة لتحقيق أهداف البحث ولغرض أتباع السياق العلمي السليم في إجراء البحث ، وكانت تهدف إلى :

- تشخيص المعوقات والسلبيات التي تصادف الباحث عند إجراء التجربة الرئيسية وتنفيذها
- التأكد من إمكانية الباحثون في إجراء التجربة الرئيسية ودقتها بالطريقة المتبعة .
- التأكد من مدى سلامة الاستمارة الموضوعية لطبيعة الدراسة ومحتوياتها .
- تدريب الباحثون والكادر المساعد في كيفية تنفيذ الاختبارات وتسجيل التغيرات في الاستمارة الموضوعية وسبل إخراجها وتدوين نتائجها بما يتلاءم وطبيعة البحث . وقد حققت التجربة أهدافها

تم إجراء القياسات المختبرية في غرف خاصة في الأندية التي تم اختبار لاعبيها وتم مراعاة توفر الشروط المطلوبة فيها والمتمثلة بالخطوات الآتية قبل إجراء القياسات :

- تنظيم وترتيب الأجهزة المختبرية والأدوات المستخدمة في الاختبار .
 - توضيح طرق العمل والمتطلبات للاعبين وبيان الأهمية لكل اختبار من الاختبارات .
 - مراعاة أتمام الاختبارات في الوقت المحصور بين الساعة (5-7 مساءً).
- تم إجراء الاختبارات الأولى لعينة البحث في اليوم الأول وهي القياسات المختبرية ، أما اليوم الثاني فقد تم إجراء بقية الاختبارات والتي تضمنت الاختبارات البدنية والمهارية وكانت جميع هذه الاختبارات قد تم إجرائها في نهاية الإعداد الخاص للموسم 2006 .

9-3 الوسائل الإحصائية

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- الارتباط البسيط (بيرسون)
- 4- النسبة المئوية
- 5- المنوال

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يتضمن هذا الباب نتائج القياسات الوظيفية لأعضاء الجسم الداخلية وكذلك الاختبارات البدنية والمهارية التي خضعت لها عينة البحث .

وكذلك عرض وتحليل المؤشرات الوظيفية التي تم التوصل إليها بعد معالجة الاختبارات المذكورة ، ومدى تحقيق الهدف والغرض من هذا البحث ، فقد تناول الباحثون عرضاً للنتائج ومناقشتها .

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الاختبارات	ت
1.152	21.5 كغم/متر/ د	اختبار pwc170 النسبي	1
1.545	51.1 ميليلتر/كغم / د	اختبار vo2max النسبي	2
1.519	140.7	اختبار مؤشر الطاقة لبراش	3
0.7	8.1	اختبار روفيبي	4
1.3	51.1	اختبار قوة القبضة	5
5.309	205 سم	الوثب العريض من الثبات	6
0.263	3.375 ثانية	اختبار السرعة الانتقالية	7
1.417	17.3	الجلوس من الرقود	8
1.161	21.5	اختبار داير للتتس	9
2.002	39.3	اختبار هوايت لدقة الإرسال	10
3.858	35.9	اختبار هوايت للضربات الأمامية	11
2.906	17.5	اختبار هوايت للضربات الخلفية	12

من خلال الجدول (4) تظهر لنا النتائج الآتية :

- ❖ بلغ الوسط الحسابي للمؤشر الوظيفي (pwc170) النسبي (21.5) كغم . متر/ دقيقة وانحراف معياري بلغ (1.152) كغم . متر/ دقيقة.
- ❖ بلغ الوسط الحسابي للمؤشر الوظيفي (vo2max) النسبي (51.1) مليلتر/كغم/د وانحراف معياري بلغ (1.545) لعينة البحث .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي للمؤشر الوظيفي (مؤشر الطاقة لبراش) (140.7) وانحراف معياري بلغ (1.519) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي للمؤشر الوظيفي (اختبار روفبي) (8.1) وانحراف معياري بلغ (0.7) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار قوة القبضة (51.1) وانحراف معياري (1.3) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار الوثب العريض من الثبات (205) سم وانحراف معياري (5.3.9) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار السرعة الانتقالية (3.375) ثانية وانحراف معياري (0.263) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار الجلوس من الرقود في 20 ثانية (17.3) وانحراف معياري (1.417) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار داير لقياس القدرة العامة في التنس (21.5) وانحراف معياري (1.161) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار هوايت لقياس الدقة في إرسال التنس (39.3) وانحراف معياري (2.002) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار هوايت لقياس أداء الضربات الأمامية في التنس (35.9) وانحراف معياري (3.858) .
- ❖ بلغ الوسط الحسابي لاختبار هوايت لقياس أداء الضربات الخلفية في التنس (17.5) وانحراف معياري (2.906) .

جدول (5)

يبين علاقات الارتباط التي ظهرت بين المؤشرات الوظيفية والمتغيرين البدني والمهاري

اختبار روفي لتقييم الحالة التدريبية للقلب	مؤشر الطاقة لبراش	النسبي V02 max	النسبي Pwcl70	المؤثرات الوظيفية المتغيرات البدني والمهاري
0.325	0.265	0.485	0.158	قوة القبضة
0.188	0.149	0.021	0.022	الوثب العريض من الثبات
-0.040	0.257	0.226	0.231	سرعة انتقالية ركض 20 م
-0.390	-0.591	0.077	-0.247	الجلوس من الرقود في 20 ثانية
0.492	0.529	0.167	0.053	اختبار داير لقياس القدرة العامة في التنس
-0.285	-0.103	-0.025	-0.197	اختبار هويت المعدل لقياس دقة الإرسال في التنس
-0.088	-0.254	1.250	0.258	اختبار هويت للضربات الأرضية الأمامية
0.147	-0.316	0.166	0.067	اختبار هويت للضربات الأرضية الخلفية

2-4-1 عرض ومناقشة وتحليل العلاقة بين مؤشر الطاقة لبراش واختبار الجلوس من الرقود في (20) ثانية :

من خلال الجدول (5) تبين أن هناك علاقة ارتباط عكسية بين المتغيرين مؤشر الطاقة لبراش واختبار الجلوس من الرقود وقد بلغت هذه القيمة (-0.591) وهي علاقة عكسية وان قيمة هذا الارتباط مقبولة لمستوى معنوية 0.01 وهذا يعني انه كلما كان مؤشر الطاقة لبراش عال فان عدد التكرارات الأداء في اختبارات الجلوس من الرقود في 20 ثانية يقل ، وهذا أمر طبيعي لان اختبار مؤشر الطاقة لبراش والذي هو محدد ما بين الرقم 110 وهو الحد الأدنى والرقم 160 والذي يمثل الحد الأعلى للمدى والذي يكون فيه التقدير جيد ، ومن ملاحظة الوسط الحسابي للعينة في اختبار مؤشر الطاقة لبراش من خلال الجدول (4) والذي بلغت قيمته (140.7) فانه يقع ضمن المدى ، ومن المعروف إن للضغط الدموي علاقة بسرعة القلب ، إذا كلما كانت سرعة القلب واطئة دل ذلك على أن مستوى تكيف قلب الرياضي عالي والعكس صحيح ، وهذه مسلمة متفق عليها ، وانه في حالة حدوث زيادة في شدة العمل العضلي يزداد معدل الحاجة إلى الأوكسجين كما يلاحظ أن الحاجة للأوكسجين يرتفع بشدة عند غير المدربين وبالتالي يرتفع معدل تكرار ضربات القلب . (كمال ومحمد صبحي حسنين ، 1997 : 105) ، وعليه فانه كلما هبط الرقم الذي يمثل الوسط الحسابي للعينة باتجاه الحد الأدنى والذي هو 110 فان ذلك يعني أن النبض قد اتجه نحو الانخفاض وذلك لان مؤشر الطاقة لبراش يستخرج عن طريق معادلة ، إذ يتم جمع قيمة كل من الضغط الانبساطي والانقباضي ثم يضرب الناتج × عدد ضربات القلب بالدقيقة الواحدة ويقسم على 100 ، وبناء على ذلك فأن الانخفاض بسرعة القلب يؤدي إلى تحسن مؤشر الطاقة لبراش ، لذلك فان العلاقة التي ظهرت بين الاختبارين والتي تعني انه كلما انخفض مؤشر الطاقة لبراش نحو الحد الأدنى من المدى وهو الجيد ، فأن عدد مرات تكرار الجلوس من الرقود يرتفع أي بمعنى آخر ترتفع قدرة عضلات البطن .

2-2-4 عرض ومناقشة وتحليل العلاقة بين مؤشر الطاقة لبراش واختبار داير لقياس القدرة العامة في التنس :

من ملاحظة الجدول (6) تبين أن هناك علاقة ارتباط بين المتغيرين مؤشر الطاقة لبراش واختبار داير لقياس القدرة العامة في التنس وقد بلغت قيمة هذه العلاقة (0.529) وان قيمة هذه العلاقة مقبولة لمستوى معنوية 0.01 وهذا يعني أن مؤشر الطاقة لبراش كلما ارتفع أي انه اتجه إلى الحد الأدنى من المدى الجيد والذي يمثله الرقم 110 وابتعد عن الحد الأعلى والذي يمثله الرقم 160 فان ذلك يعني أن أداء اختبار داير ينخفض أيضا مع مؤشر الطاقة نفهم من ذلك أن هناك علاقة طردية بين الاختبارين ، ومن المعروف أن بداية العمل العضلي المتحرك يرتفع الضغط الانقباضي مع تغير بسيط في ارتفاع الضغط الانبساطي ، ومن المعروف أيضا أن الإنسان لا يستطيع ان يظهر أقصى سرعة له إلا لبضع ثواني قليلة فإذا ما زاد زمن الأداء انخفض معدل السرعة . ومن ذلك نفهم انه كلما ارتفع الضغط في بداية العمل العضلي المتحرك ارتفع معدل

سرعة الأداء في اختبار داير ، ثم يبدأ بالانخفاض التدريجي مع زيادة فترة الأداء ، ويرى الباحثون أن مؤشر الطاقة لبراش هو مؤشر جيد لقياس اختبار داير .

3-2-4 عرض ومناقشة وتحليل العلاقة بين اختبار روفي لتقييم حالة القلب عند الرياضيين واختبار الجلوس من الرقود :

من خلال الجدول (6) تبين أن هناك علاقة ارتباط سالبة بين المتغيرين اختبار روفي لتقييم حالة القلب عند الرياضيين واختبار الجلوس من الرقود في 20 ثانية (قدرة عضلات البطن) وان قيمة الارتباط هذه بلغت (-0.390) وهي قيمة مقبولة لمستوى معنوية 0.05 ومن ملاحظة الجدول (4) للأوساط الحسابية لعينة البحث يتضح أن الوسط الحسابي لاختبار روفي يساوي (8.1) أما الوسط الحسابي لاختبار الجلوس من الرقود في 20 ثانية فقد كان (17.3) إذ تتضح من ذلك انه كلما زادت درجة اختبار روفي ينخفض عدد التكرارات في اختبار الجلوس من الرقود وهذا يعني إن العلاقة هي علاقة عكسية ، ويمكن تفسير هذه العلاقة بالرجوع إلى جدول المستويات المعيارية الخاصة باختبار روفي والذي هو ينحصر بين (الصفر) والذي يمثل الحد الأدنى والذي يقابله مستوى الحالة التدريبية (الممتازة) والرقم 16 والذي يمثل الحد الأعلى والذي يقابله مستوى الحالة التدريبية الضعيفة جدا إذ يمكن أن نستنتج من ذلك انه كلما يقترب الوسط الحسابي للعينة في اختبار روفي نحو الصفر فان ذلك يعني أن مستوى الحالة التدريبية للقلب لدى عينة البحث كان جيدا مما يؤدي ذلك إلى زيادة عدد التكرارات في الوقت المحدد 20 ثانية ، أما إذا ارتفع الوسط الحسابي أكثر من 16 حسب جدول المستويات المعيارية لاختبار روفي فان ذلك يعني انخفاض مستوى الحالة التدريبية للقلب وهي ضعيفة جدا مما يؤدي بدوره إلى انخفاض عدد تكرارات أداء الجلوس من الرقود في 20 ثانية ، نفهم من ذلك أن هذا المؤشر الوظيفي هو مقياس جيد لقدرة عضلات البطن للاعب الذي يحتاج هذه القدرة في الأداء لمتطلبات اللعبة .

الباب الخامس

5 – الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

بعد تحليل النتائج الخاصة باختبارات البحث والمتمثلة بمرحلة الإعداد الخاص لعينة البحث ومن خلال

المؤشرات العامة فقد استنتج الباحثان النقاط المدرجة أدناه :

1- أن مؤشر الطاقة لبراش هو مقياس مناسب للمتغيرات البدنية من خلال اختبار قياس قدرة عضلات البطن ، حيث كلما ارتفع الضغط الدموي عند اللاعب قلت قدرته على أداء تكرارات من وضع الجلوس من الرقود في 20 ثانية وبالعكس ، أي أن هناك علاقة ارتباط عكسية بين المتغيرين مؤشر الطاقة لبراش واختبار الجلوس من الرقود .

2 - هناك علاقة ارتباط بين المتغيرين مؤشر الطاقة لبراش واختبار داير لقياس القدرة العامة في للتنس .

- 3- أن انخفاض مستوى الحالة التدريبية للقلب لدى اللاعبين يؤدي إلى انخفاض تكرارات اختبار الجلوس من الرقود في 20 ثانية وهو تأكيد اختبار روفبي لتقييم حالة القلب عند الرياضيين ، أي أن هناك علاقة ارتباط سالبية بين المتغيرين اختبار روفبي واختبار الجلوس من الرقود .
- 4 - عدم وجود علاقة ارتباط بين المتغير pwc170 والمتغيرات البدنية والمهارية .
- 5 -عدم وجود علاقة ارتباط بين المتغير vo2max والمتغيرات البدنية والمهارية .
- 6 - عدم وجود علاقة ارتباط بين المتغير مؤشر الطاقة لبراش والمتغيرات (قوة القبضة ، الوثب العريض ، السرعة الانتقالية ، اختبار هويت المعدل لقياس دقة الإرسال ، اختبار هويت للضربات الأرضية الأمامية والخلفية) .
- 7- عدم وجود علاقة ارتباط بين المتغير اختبار روفبي لتقييم الحالة التدريبية للقلب والمتغيرات (قوة القبضة ، الوثب العريض ، السرعة الانتقالية ، اختبار داير لقياس القدرة العامة في التنس ، اختبار هويت المعدل لقياس دقة الإرسال ، اختبار هويت للضربات الأرضية الأمامية والخلفية) .

2-5 التوصيات

- 1- ضرورة إعطاء أهمية خاصة لأعداد اللاعب من الناحية الوظيفية في مرحلتي الإعداد العام والإعداد الخاص لما لذلك من دور كبير في رفع كفاءة اللاعب من الناحية البدنية واعتماد المقاييس أو المؤشرات العلمية وبشكل دوري وخاصة قبل مرحلة المنافسة .
- 2- يمكن اعتماد مؤشر الطاقة لبراش لقياس طاقة الجهاز الدوري (تقدير كمية الطاقة التي يبذلها القلب) من حيث كمية الدم المدفوعة واختبار روفبي لتقييم حالة القلب عند الرياضيين ، وذلك لسهولة ووضوح استخدامها لتقويم مراحل التطور لدى اللاعبين خلال العملية التدريبية .
- 3- البحث في اختبارات جديدة ومقاييس وظيفية أخرى لمعرفة مدى قابلية الترابط التي تصاحب العملية التدريبية لرفع كفاءة اللاعبين الوظيفية والبدنية والمهارية على أسس علمية .
- 4- إعطاء أهمية خاصة في اختيار المدربين من خلال تأهيلهم العلمي وزيادة المحاضرات الخاصة بالجانب الفلسفي وخاصة للمدربين العاملين مع المستويات العليا لغرض الحصول على نتائج مثمرة في توظيف طاقات اللاعبين بشكلها العلمي وصولاً إلى مستوى أفضل .

- المصادر العربية

- 1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح : *بيولوجيا الرياضة* ، ط 2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998 .
- 2- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين سيد : *فسيولوجيا اللياقة البدنية* ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1993 .
- 3- أحمد محمد خاطر ، علي فهمي البيك : *القياس في المجال الرياضي* ، ط 4 ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، 1997 .
- 4 - أحمد ناجي محمود : *القابلية الاوكسجينية عند العدائين العراقيين في ركض المسافات الطويلة* ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، 1988 .
- 5 - أسامة رياض : *الطب الرياضي وكرة اليد* ، مركز الكتاب للنشر ، ط 1 ، 1999 .
- 6- كمال درويش وعماد الدين عباس وسامي محمد علي : *الاسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد* ، نظريات وتطبيقات_ ، ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 .
- 7- كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسانين : *اللياقة البدنية ومكوناتها - الاسس النظرية - الاعداد البدني - طرق القياس* ، ط 3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 .
- 8- حكمت عبد الكريم فريحات: *فسيولوجيا جسم الانسان* ، مكتبة دار الثقافة والنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن ، 1990 ،
- 9 - علي بن صالح الهرهوري : *علم التدريب الرياضي* ، ط 1 منشورات جامعة قاربيونس ، بنغازي ، 1994 .
- 10- علي سلوم جواد الحكيم : *العاب الكرة والمضرب التنس الأرضي* ، مطبعة الطيف ، بغداد ، 2002 .
- 11- عمار علي أحسان : *أثر زمن النهوض في مستوى الإنجاز في الوثب الطويل* ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1988 .
- 12- عمار عبد الرحمن قبع : *الطب الرياضي* ، ط 1 ، جامعة الموصل ، 1989 .
- 13- قاسم المندلوي ، وجيه محجوب : *المدخل في علم التدريب الرياضي* ، ج 1 ، جامعة بغداد ، 1982 .
- 14- قاسم المندلوي وآخران : *الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية* ، بيت الحكمة ، بغداد ، 1989 .
- 15- محمد علي القط : *وظائف أعضاء التدريب الرياضي* ، مدخل تطبيقي ، ط 1 ، ج 1 ، سلسلة الفكر العربي في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .
- 16- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : *القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي* ، دار الفكر العربي ، 1979 .
- 17 - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : *اختبارات الأداء الحركي* ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1984 ،

- 18- محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، ط 3 ، ج 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995 .
- 19- محمد نصر الدين رضوان : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 .
- 20- مصطفى باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر، ط 1 ، القاهرة ، 1999 .

- المصادر الأجنبية

- 21- Const Germaniscu _ *A ntrananet Desport* , Editeira C.N.T.F.S, Bucuresti , Romania , 2000.

إتجاهات طلاب الدراسات العليا لكليات التربية الرياضية في العراق نحو البحث في كرة القدم
(1982 – 2005)

الباحث

أ.م.د. عامر سعيد جاسم الخيكاني

2007 م

1428 هـ

الفصل الأول : التعريف بالبحث

1 / 1 مقدمة البحث وأهميته :

خطت المجتمعات البشرية خطوات عريضة ومؤثرة باتجاه التطور والتقدم العلمي الذي غزى جميع الميادين الحياتية لاسيما المؤسسات التربوية والتعليمية ومنها الجامعات . وفي العراق عايشنا هذا التقدم بشكل واضح في الجامعات العراقية وتطور مناهجها وآلياتها ودراساتها ، ومن ذلك فتح الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) في تخصصات عديدة منها التربية الرياضية في جامعات (بغداد والبصرة والموصل وبابل والقادسية وديالى والسليمانية وصلاح الدين) ورغم تباين هذه الجامعات في السبق لهذا الجانب فضلاً عن رقد المجتمع ومدارسه وجامعاته بالكوادر الكفوءة التي تخرجها إلا إنها جميعها سارت بخطوات واثقة تطويرية .

ناقشت رسائل الماجستير وأطاريح الدكتوراه العديد من الموضوعات النظرية والعملية التي تخص مجال التربية البدنية والرياضة بما يعبر عن الاتجاهات النفسية لطلبة الدراسات العليا وطبيعة ميولهم لهذه الرياضة أو تلك ، وكرة القدم واحدة من أهم الموضوعات العملية والألعاب الرياضية التي يعنى بها الباحثون وباهتمام كبير لتطويرها من خلا مختلف الجوانب الحركية والتدريبية والنفسية وذلك لما يشعرون به من خصوصية تجاهها وليس غيرها .

ولجمالية هذه اللعبة وشعبيتها كونها اللعبة الجماهيرية الأولى في أغلب المجتمعات الحالية ، لذا لا بد أن يكون السعي للبحث والدراسة فيها حديثاً وكبيراً لتطويرها علمياً بما يتناسب وقواعدها الجماهيرية ، ويأتي هذا التطور عن طريق البحث العلمي الصحيح الذي يترصد لكل مشكلة قد تواجه ممارسي أو متتبعي هذه اللعبة لمعالجتها بشكل دقيق .

وعندما لا تتوفر النسبة التي تشكلها الأبحاث في كرة القدم من رسائل ماجستير وأطاريح دكتوراه في الجامعات العراقية من المجموع الكلي لها فهذا يعني عدم توفر معلومات وافية لمدى إتجاهات طلبة الدراسات العليا نحو البحث والتقصي والدراسة لهذه اللعبة ، فضلاً عن عدم توفر معلومات دقيقة عن مدى الاتجاه نحو البحث في كرة القدم وأفضلية جامعة عراقية على أخرى في ذلك ، أو أفضلية رسائل الماجستير على أطاريح

الدكتوراه أم العكس في ذلك . وهذا يستدعي أن يكون العمل من قبل الباحث كونه مخصصاً بهذه اللعبة كلاعب ومدرب وحكم ثم مدرس لها لتوضيح ذلك ومن هنا تتأتى أهمية البحث في توفير قاعدة معلوماتية عن طبيعة البحث في هذه اللعبة ومدى إتجاه طلبة الدراسات العليا نحو كرة القدم . " ولاشك أن عملية مسح التراث البحثي ونشره يعد أحد الاسهامات الأولى في تنشيط حركة البحث العلمي وتقدمه وتنمية البصيرة لدى الباحثين ، وهذا ليس بالأمر اليسير " (1)

2 / 1 مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث المحدودة في مجال البحث العلمي لطلبة الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) في الجامعات العراقية فيما يخص لعبة كرة القدم إتضح قلة الاهتمام بمعرفة إتجاه طلاب الدراسات العليا نحو البحث والدراسة في هذه اللعبة والذي يعبر في واقع الأمر عن الاتجاه النفسي لهؤلاء الطلاب نحوها ، حيث يمكن ملاحظة أثر الاتجاهات في حالات النشاط السلوكية . (1) " والاتجاهات تعد بمثابة مؤشرات نتوقع في ضوءها سلوكاً مميزاً للفرد لذلك إهتم خبراء التربية باتجاهات الطلاب والتحقق من فاعلية العملية التربوية في تكوين أو تنمية أنماط إتجاهات تسهم في إحداث تفاعل إيجابي وتكامل في المجتمع " (2) مما جعل ذلك وجهاً لمشكلة يعد وجهها الآخر هو عدم معرفة أية جامعة من الجامعات العراقية كانت لها الحصة الأكبر من الطلاب الذين كانت لهم إتجاهات نحو البحث في كرة القدم فضلاً عن عدم معرفة أي من الدراساتين (الماجستير) أم (الدكتوراه) هي الأفضل فيما يخص إتجاه الطلاب نحو البحث في هذه اللعبة . لذا كانت محاولة الباحث للتعرف على ذلك وحل هذه المشكلة ووضعها تحت أيدي المسؤولين لمحاولة التدخل بإيجاد أفضل السبل لضمان المحافظة على سير البحث العلمي لتطوير هذه اللعبة بالشكل الذي يحفظ حقها كونها الأولى محلياً وعربياً وعالمياً.

3 / 1 أهداف البحث :

يهدف البحث إلى الاجابة عن التساؤلات الآتية :-

- ١ ماهي نسبة طلاب الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) الذين لهم إتجاهات نحو البحث في كرة القدم من العدد الكلي للطلاب في الجامعات العراقية ؟
- ٢ هل هناك فروقات معنوية (دالة إحصائية) في إتجاهات طلاب الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) نحو البحث في كرة القدم بين الجامعات العراقية ؟
- ٣ هل هناك فروقات معنوية (دالة إحصائية) في الإتجاه نحو البحث في كرة القدم بين طلاب الدراسات العليا في الجامعات العراقية ككل ، ولكل جامعة على حدة في دراستي (الماجستير) و (الدكتوراه)

(1) أمين ، حسين عمر ومروة فتحي محمد : دراسة تحليلية لأبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال الرياضة المدرسية من عام 1981 حتى عام 1990 ، بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة لكلية التربية الرياضية للبنين / جامعة حلوان ، العدد الخاص لمؤتمر ((رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية ، مج 1 ، مطبعة جامعة حلوان ، 1992 ، ص 70 .

(1) السيد ، فؤاد البهي وسعد عبد الرحمن : علم النفس الاجتماعي (رؤية معاصرة) ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص 277 .

(2) علام ،صلاح الدين . القياس والتقويم التربوي والنفسي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 ، ص 514-517 .

4 / 1 مجالات وحدود البحث :

1- المجال البشري : وقد إحتوى على طلبة الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) لكليات التربية

الرياضية في جامعات (بغداد - البصرة - الموصل - بابل - القادسية) *

2- المجال الزمني : جرى الجمع والمعالجات الاحصائية لرسائل الماجستير وأطاريح الدكتوراه للجامعات

العراقية للمدة (من 14 / 4 / 2005 ولغاية 26 / 12 / 2007) .

3- المجال المكاني : مكاتب كليات التربية الرياضية في جامعات بغداد (الجادرية) والبصرة والموصل

وبابل والقادسية .

الفصل الثاني :الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

1 / 2 الدراسات النظرية:

1 / 1 / 2 مفهوم الاتجاه النفسي :

تناول العلماء والمختصون هذه المفردة بتعريفات كثيرة جداً منها إن الاتجاه هو " إستعداد نفسي أو تهيؤ

عقلي عصبي للاستجابة الموجبة أو السالبة نحو أشخاص أو مواقف وأشياء في البيئة " (1) وهو " مجموع ميول

ومشاعر الفرد وقناعاته تجاه مثير معين " . (2)

ويرى آخرون إن الاتجاه حالة من التهيؤ العقلي والعصبي التي تنظمها الخبرة السابقة والتي تواجه

إستجابات الفرد للمواقف والمثيرات المختلفة والاتجاه متعلم (مكتسب) من البيئة التي يعيش فيها الفرد ويتكون من

عناصر معرفية ووجدانية ونزوعية ، كما إنه قد يكون إيجابي أو سلبي أو حيادي نحو موضوع ما أو نحو

موضوعات معينة مثل ممارسة الرياضة مثلاً . (3)

لذا فالالاتجاه النفسي هو الذي يحدد سلوك ونزوع الأفراد نحو المثيرات الحياتية المختلفة سواء أكانت هذه

المثيرات أشخاص أو أفكار أو أشياء أو فعاليات وألعاب رياضية (وهذا ما يهمننا في البحث الحالي) أو غيرذلك

ويبنى الاتجاه على معرفة واسعة بالمثير لتكوين قناعة معينة التي قد تكون إيجابية أو سلبية أو محايدة والتي

تقود إلى إستثارة العاطفة عند الشخص لمواءمة الشكل الذي ظهرت به القناعة (أي إذا كانت القناعة بموضوع

الاتجاه إيجابي مثلاً فهذا يقود لتكون العاطفة إيجابية أيضاً) ، وإذا كانت العاطفة لدى الفرد إيجابية قادت

بدورها إلى سلوك ونزعة إيجابية ، وإذا كانت القناعة سلبية أدت إلى العكس تماماً . وهكذا تتكون لدينا

الاتجاهات النفسية لأننا (كما أسلفنا) في إستعراض تعريفات الاتجاه النفسي إنه مكتسب من البيئة وهو إذن

لا يخضع للوراثة بل إلى التعرف على المثير (الشيء أو الفكرة أو الفعالية إلخ) وفهمه ثم تكوين المشاعر

نحوه ، ثم السلوك الذي يدل على نوع الاتجاه نحو هذا المثير .

* لم تكن كليات التربية الرياضية في جامعات (ديالى والسليمانية وصلاح الدين في أربيل) ضمن الكليات المدروسة وذلك لعدم توفر الرسائل والأطاريح لدى الباحث.

(1) ياسين ، عطوف محمد .مدخل علم النفس الاجتماعي ، بغداد ، دار الحرية للطباعة ، 1987 ، ص 117 .

(2) الطالب ، نزار وكامل طه إلبوس : علم النفس الرياضي ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب ، 2000 ، ص136.

(3) علاوي ، محمد حسن .مدخل في النفس الرياضي ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 ، ص214.

واحد من أهم المثيرات التي لا بد لطلاب التربية الرياضية من أن يكون لهم اتجاهات نفسية نحوها هي الفعاليات أو الألعاب الرياضية المتنوعة ، ومن هذه الألعاب (كرة القدم) . ومن المعروف إن هؤلاء الطلاب لديهم اتجاهات إيجابية نحو الألعاب الرياضية التي مارسوها أو تابعوها وتعلقوا بها بمعرفة وتكرار إرتبط بمشاعر سارة أدى في نهاية الامر إلى سلوك يدل على الاتجاه الايجابي نحو هذه الألعاب ومنها (كما ذكرنا) كرة القدم والتي أخذوا يدرسونها في مراحلهم الدراسية المختلفة في الكلية ليطلعوا على تفاصيل أداء المهارات الأساسية لها وتدريباتها وقانونها وكل ما يخصها من علوم .

طلاب الدراسات العليا في كلية التربية الرياضية أيضاً لديهم اتجاهات إيجابية نحو لعبة أو أكثر من الألعاب الرياضية ، والذين يريدون البحث والدراسة في كرة القدم (مثلاً) لا بد أن يكون لديهم اتجاه إيجابياً نحو هذه اللعبة أولاً وهذا الاتجاه النفسي نحو هذه اللعبة هو الذي جعلهم يخوضون بدراسته دون سواه ، وهذا ما يهمننا في هذا الموضوع هو الوقوف على نتائج طلاب الدراسات العليا في الموضوعات المختلفة والألعاب الرياضية المختلفة والتي تعبر عن اتجاهات الطلاب الشخصية نحو هذه الألعاب وتحديداً نحو كرة القدم ، " فرغبة الطالب في مادة معينة تؤدي إلى تفاعل ذلك الطالب مع تلك المادة وتحقيق الاستفادة منها . إن هذه الرغبة هي نتيجة طبيعية للاتجاه النفسي الايجابي نحو تلك المادة " (1) . لذا فالالاتجاه النفسي واحداً من أهم موضوعات علم النفس الذي برز له المختصون بالدراسة والتمحيص والتقيب عن أفضل الطرائق لكشفه عند الأفراد . (2) وفي هذا البحث كانت المحاولة للكشف عن اتجاهات طلاب الدراسات العليا لكلية التربية الرياضية في الجامعات العراقية نحو لعبة كرة القدم من خلال اتجاهاتهم الدراسية للماجستير والدكتوراه .

2 / 1 / 3 تكوين الاتجاه النفسي :

هناك عوامل عديدة يعدها المختصون مصادر للاتجاهات والتي على أساسها تتكون ومنها الظروف الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والأيدولوجية والتي تتماشى مع مرحلة التطور التي يجتازها المجتمع ، وعملية التفاعل الاجتماعي ، والمواقف الاجتماعية المختلفة ذات الأهمية الخاصة بالنسبة للفرد والجماعة ، وتأثير الأسرة (خاصة الوالدين والأخوة) ، فضلاً عن العوامل والمؤثرات الثقافية ، وعملية التوحيد مع بعض الشخصيات والنماذج الاجتماعية التي تشكل دوراً مهماً في اكتساب بعض الاتجاهات عند الأفراد. (3)

وآخرون يرون إن العوامل المؤثرة في تكوين الاتجاهات هي تأثيرات (الوالدين والأقران والتعليم ووسائل الاعلام والمعايير الاجتماعية والخبرات الشخصية وإرتباط الفرد بموضوع الاتجاه) . (4) ولذا نعتقد بأن الاتجاه النفسي لطلاب التربية الرياضية نحو أية فعالية (لعبة) رياضية ونحو كرة القدم (على وجه الخصوص) لا بد

(1) الطالب ، نزار وكامل طه إلبويس : المصدر السابق ، ص 135 .

(2) الخيكاني ، عامر سعيد . اتجاه طالبات المرحلة الاعدادية بفرعيها العلمي والادبي في بابل نحو درس التربية الرياضية ، بحث منشور في مجلة علم التربية الرياضية، ع 2 ، مج 1 ، 2002 ، ص 90

(3) زهران ، حامد عبد السلام . التوجيه والإرشاد النفسي . ط 2 ، القاهرة ، عالم الكتب ، 1980 ، ص 147 .

(4) الطالب ، نزار وكامل طه إلبويس : المصدر السابق ، ص 138 .

أن يكون وراءه عوامل لتكوينه كإيديولوجيات المجتمع السائدة والتي تؤثر بشكل كبير جداً ، وربما يكون التأثير للأسرة المتمثلة بالوالدين أو الأخوة الأكبر أو للوسائل المرئية والمسموعة (التلفاز والمذياع) والمقروءة (الصحف والمجلات) وغيرها من التي تساهم في تكوين الاتجاهات التي نحاول أن نلمسها من خلال توجهاتهم البحثية عند دراستهم للماجستير والدكتوراه .

2 / 2 الدراسات المشابهة :

من الدراسات السابقة والمشابهة التي إستفاد منها الباحث للسير بخطوات علمية لتحقيق أهداف بحثه الآتي

-:

1 / 2 / 2 دراسة حسين عمر أحمد أمين ومروة فتحي محمد (1991) : ((دراسة تحليلية لأبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال الرياضة المدرسية من عام 1981 حتى عام 1990)) . (1) . هدف البحث إلى :

تحليل أبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال الرياضة المدرسية في المدة ما بين (عام 1981 حتى نهاية عام 1990) بغرض التعرف على أكثر المجالات التي حظيت باهتمام الباحثين ، وكذلك المجالات التي لم تحظ باهتمامهم ، وكذلك التعرف على مدى التباين في النواحي العلمية الأساسية المرتبطة بالعينة والمنهج ووسائل جمع البيانات والمعالجات الإحصائية .

وكان المنهج المستخدم هو الوصفي بأسلوب المسح لجميع رسائل الماجستير والدكتوراه التي نوقشت خلال المدة ما بين عام 1981 ، وحتى نهاية عام 1990 في مجال الرياضة المدرسية والموجودة بمكتبات كليات التربية الرياضية (للبنين والبنات) في مصر . وقد إستخدم الباحثان إستمارة خاصة لجمع البيانات تحتوي على العناصر التي قاما بتناولها ، ثم تم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام النسبة المئوية وصولاً إلى الاستنتاجات والتي كان أهمها الآتي :-

١ كان عام 1985 هو الأكثر بحثاً في مجال الرياضة المدرسية بينما كان الأقل في ذلك هو عام 1984

٢ كان المنهج المسحي هو الأكثر إستخداماً في بحوث الرياضة المدرسية يليه المنهج التجريبي .

٣ بالنسبة للعينات فقد غلب إستخدام عينات من تلاميذ وتلميذات المراحل التعليمية المختلفة وقد يعزى ذلك لكونها دراسات خاصة بالمدرسة .

٤ طرائق إختيار العينة الأكثر إستخداماً كانت العينة العشوائية لبحوث الماجستير والدكتوراه .

(1) أمين ، حسين عمر ومروة فتحي محمد : المصدر السابق ، ص 59 - 80 .

2 / 2 / 2 دراسة ياسمين حسن علي ومنى محمود عبد العظيم (1991) : ((دراسة تحليلية لأبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال التمرينات من عام 1972 حتى عام 1990)) . (1) هدف البحث إلى :

تحليل أبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال التمرينات من عام 1972 حتى عام 1990 بغرض التعرف على أكثر المجالات التي حظيت باهتمام الباحثين خلال تلك المدة ، وكذلك المجالات التي لم تحظ باهتمامهم ، وكذلك التعرف على مدى التباين في النواحي العلمية الأساسية المرتبطة بالعينة والمنهج والوسائل لجمع المعلومات والمعالجات الإحصائية .

وقد تم إستخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسح لأبحاث الماجستير والدكتوراه التي كانت في مجال التمرينات في مصر وذلك بتصميم إستمارة خاصة لجمع البيانات ثم معالجتها إحصائياً باستخدام النسبة المئوية . وقد إستنتج الباحثان عدة إستنتاجات كان أهمها الآتي :-

- 1 عدم وجود توازن نسبي بين مجالات البحث المرتبطة بالتمرينات حيث نجد إن هناك ثلاث مجالات للتدريب الرياضي وعلم النفس الفسيولوجي قد إستأثرت باهتمامات الباحثين للماجستير والدكتوراه بنسبة 67% بينما نجد إن مجالات الميكانيكا الحيوية وراحة التدريب والصحة وتشوهات القوام رغم أهميتها في مجال التمرينات قد إحتلت المرتبة الأخيرة بنسبة 11% .
- 2 إحتل المنهج التجريبي المرتبة الأولى في أبحاث الماجستير والدكتوراه بنسبة 58.9% و 72.1% على التوالي ، بينما إحتل المنهج التاريخي المرتبة الأخيرة وبنسبة 2.6% في الماجستير ونسبة 0% في الدكتوراه .
- 3 بالنسبة للعينات في أبحاث الماجستير فقد كانت 74.4% منها على عينات من طلبة وطالبات كليات التربية الرياضية وفي أبحاث الدكتوراه كانت 65.1% للعينة نفسها .
- 4 تم تجر أية دراسة على الأبحاث في مجال التمرينات الإيقاعية (الجمناستك الإيقاعي) .

مناقشة الدراسات المشابهة :

- 1 -تناولت دراسة (حسين عمر ومرودة فتحي) أبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال الرياضة المدرسية في المدة (من عام 1981 وحتى 1990) في مصر ، بينما تناولت دراسة (ياسمين حسن علي ومنى محمود) أبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال التمرينات ، وقد كانت في المدة (من عام 1972 وحتى 1990) في مصر ، أما في البحث الحالي فيروم الباحث دراسة أبحاث الماجستير والدكتوراه ومدى إتجاه الطلاب فيها نحو مجال لعبة كرة القدم في الجامعات العراقية (ومن عام 1983 وحتى 2005) .

(1) علي ، ياسمين حسن و منى محمود عبد العظيم : دراسة تحليلية لأبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال التمرينات من عام 1972 حتى عام 1990 ، ملخص بحث منشور في (موسوعة بحوث التربية البدنية والرياضة بالوطن العربي في القرن العشرين ، ج2) لـ(ريسان خريبط وعبد الرحمن مصطفى) ، عمان ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2001 ، ص252 .

٢ - تشابهت الدراسة الحالية مع الدراستين السابقتين في كون المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي بأسلوب

المسح ، كما تشابهت في أسلوب المقارنة إلا إن الدراستين السابقتين قارنت بين سني الدراسة للماجستير والدكتوراه وبين المناهج البحثية والعينات ، بينما كانت المقارنة في الدراسة الحالية بين دراستي الماجستير والدكتوراه في إتجاه الطلاب نحو البحث في كرة القدم في كليات التربية الرياضية مجتمعة وكل على حدة ، والمقارنة كذلك بين الكليات المختلفة للتربية الرياضية في إتجاه الطلاب نحو البحث في كرة القدم ، مع وضع النسب المئوية لكل سنة من السنوات المدروسة.

٣ - تشابهت الدراسة الحالية مع الدراستين السابقتين في رسم المعالم الرئيسة للنتائج بإستخدام النسب المئوية

الفصل الثالث : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1 / 3 منهج البحث :

تم إستخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة لملاءمتها لحل مشكلة البحث .

2 / 3 مجتمع وعينة البحث :

إشتمل مجتمع البحث على طلبة الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) لكليات التربية الرياضية

في جامعات (بغداد ، البصرة ، الموصل ، بابل ، القادسية) بمجموع بلغ للماجستير (829) طالب وطالبة بواقع (432 و 135 و 131 و 93 و 38) على التوالي وللدكتوراه (390) طالب وطالبة بواقع (241 و 71 و 55 و 23) على التوالي* ، وبعد إختيار الطلاب الذكور فقط أصبحت العينة (644) طالب ماجستير لجميع الجامعات بواقع (317 و 113 و 104 و 78 و 32) للجامعات على التوالي ، وقد كانت النسبة المئوية (77.68 %) للمجموع ونسب (73.37 % و 83.70 % و 79.38 % و 83.87 % و 84.21 %) على التوالي للجامعات المذكورة ، بينما أصبحت عينة طلاب الدكتوراه (332) طالب لجميع الجامعات بواقع (200 و 62 و 52 و 18) على التوالي أما النسبة المئوية فقد كانت (85.12 %) للمجموع ونسب (82.98 % و 87.32 % و 94.54 % و 78.26 %) على التوالي .

3 / 3 أدوات البحث :

قام الباحث بتصميم إستمارة خاصة لجمع البيانات الخاصة بالبحث ولتأشير أعداد الطلاب الذين

إتجهوا للدراسة والبحث في لعبة كرة القدم .

4 / 3 إجراءات البحث الميدانية :

تم إجراء مسح لجميع رسائل الماجستير وأطاريح الدكتوراه خلال المدة (من 1982 ولغاية 2005)

* وفي جميع الجامعات العراقية المدروسة (المذكورة أعلاه) ، كما تم وضع جداول خاصة لأعداد الطلاب الذين إتجهوا للبحث في لعبة كرة القدم ونسبتها من الأعداد الكلية للطلاب وحسب السنوات الدراسية .

* على التوالي عدا جامعة القادسية التي لم يكن فيها دراسة دكتوراه .

* يرجى ملاحظة كون السنة 1982 مثلاً تدل على السنة التي ظهر بها النتاج العلمي وليست السنة التي إبتدأت الدراسة فيها ولذا فالباحث عمل على تغطية جميع الرسائل والأطاريح منذ تأسيس الدراسات العليا في العراق .

إستخدم الباحث عدة وسائل إحصائية هي :-

- ١ - النسبة المئوية .
٢ - مربع كاي لأكثر من عينتين مستقلتين .

الفصل الرابع : عرض ومناقشة النتائج

4 / 1 إتجاهات طلاب الماجستير والدكتوراه في الجامعات العراقية نحو البحث في كرة القدم:-

بعد جمع البيانات اللازمة ، وبعد الفرز وإجراء المعالجات الإحصائية على أعداد الرسائل والأطاريح الموجودة تم وضع النسب المئوية الخاصة بعدد الطلاب الذين إتجهوا في بحوثهم نحو لعبة كرة القدم ، وتبين من خلال الجدول (1) إن العدد لهؤلاء لم يتعدى الـ (102) طالب ماجستير من أصل (829) طالب وطالبة أي بنسبة (12%) ، و (41) طالب دكتوراه من أصل (390) طالب وطالبة أي بنسبة (11%) . ولنكون أكثر دقة في الحكم على إتجاه الطلاب نحو (كرة القدم) حيث لا يوجد من الطالبات من يكتب عن هذه اللعبة جامعات العراق ، لذا أخرجنا عدد الطالبات من العدد الكلي لتكون نسبة طلاب الماجستير الذين إتجهوا نحو كرة القدم كمادة لدراساتهم هي (16%) وللدكتوراه (12%) ، وكما في الجدول (1) الآتي :-

جدول (1)

عدد طلاب الماجستير والدكتوراه الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم ونسبهم من العدد الكلي وعدد الطلاب الذكور فقط في جامعات العراق (من عام 1982 حتى عام 2005) .

ت	الجامعة	دراسة الماجستير					دراسة الدكتوراه				
		عدد الرسائل في كرة القدم	عدد الرسائل الكلي	النسبة المئوية %	عدد الرسائل للطلاب الذكور	النسبة المئوية %	عدد الأطاريح في كرة القدم	عدد الأطاريح الكلي	النسبة المئوية %	عدد الأطاريح للطلاب الذكور	النسبة المئوية %
1	بغداد	39	432	9.03	317	12.3	21	241	8.71	200	10.5
2	البصرة	25	135	18.52	113	22.12	9	71	12.68	62	14.52
3	الموصل	19	131	14.5	104	18.27	5	55	9.09	52	9.62
4	بابل	15	93	16.13	78	19.23	6	23	26.09	18	33.33
5	القادسية	4	38	10.53	32	12.5	-	-	-	-	-
6	المجموع	102	829	12	644	16	41	390	11	332	12

ولو حصرنا الألعاب الرياضية المدروسة ضمن الرسائل والأطاريح في الجامعات المذكورة لوجدناها عديدة ، حيث تشمل إضافة إلى كرة القدم ألعاب (الكرة الطائرة وكرة السلة و كرة اليد و الجمناستيك و ألعاب القوى (بفعايلاتها العديدة) وكرة التنس والريشة الطائرة وكرة المنضدة و الاسكواش والسباحة و رفع الأثقال و المبارزة و

الملاكمة و المصارعة و الكراتيه و الرماية و الفروسية و غيرها) ، فضلاً عن إن بعض الطلاب لم يتناول أية لعبة رياضية فتطرقوا إلى موضوعات نظرية بحتة تخص الادارة والتنظيم أو الفلسفة الرياضية أو واقع ممارسة الرياضة للفنيات وغيرها. وقياساً بذلك كله نجد إن نسبة الطلاب الذين إتجهوا في رسائلهم وأطاريحهم نحو كرة القدم عالية . ويتأتى ذلك بالتأكيد من إن طبيعة اللعبة وجاذبيتها وإهتمام الجماهير الاكثر بها ، فهي كما يورد لنا الكثير (اللعبة الشعبية الاولى في كل العالم) حيث نرى إنه " كانت لعبة كرة القدم ومازالت اللعبة الشعبية الاولى في قطرنا العراقي وفي العالم كله والتي إستأثرت باهتمام الأطفال والفتيان والشباب والكبار " (1) وكذلك " إن كرة القدم كانت وما تزال اللعبة الشعبية الأولى في العالم " (2) ولذا كان إهتمام الباحثين فيها من طلبة الماجستير والدكتوراه .

وللتعرف بدقة أكبر على أية جامعة كانت هي الافضل في عدد طلابها الذين إتجهوا في دراساتهم نحو لعبة كرة القدم وللتعرف على أية سنة كانت الافضل لهذه الجامعات نستعرض الجداول من (2) إلى (6) وكالاتي :-

جدول (2)

عدد طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة بغداد الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم ونسبهم من العدد الكلي وعدد الطلاب الذكور فقط (من عام 1982 حتى عام 2005) .

ت	العام	دراسة الماجستير	دراسة الدكتوراه
---	-------	-----------------	-----------------

(1) الحياني ، محمد خضر و ماهر أحمد البياتي : كرة القدم ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل ، 1999 ، ص9 .

(2) الطائي ، مؤيد عبد علي . أثر التداخل التدريبي في تنمية المطولة الخاصة وبعض المتغيرات الوظيفية للاعبي كرة القدم ، أطروحة دكتوراه لكلية التربية الرياضية في جامعة بابل ، 2005 ، ص2 .

النسبة المئوية حسب الذكور %	عدد الأطاريح للطلاب الذكور	النسبة المئوية %	عدد الأطاريح الكلية	عدد الأطاريح في كرة القدم	النسبة المئوية حسب الذكور %	عدد الرسائل للطلاب الذكور	النسبة المئوية %	عدد الرسائل الكلية	عدد الرسائل في كرة القدم	الدراسي لتخرج الطلاب	
										1982	1
										1983	2
										1984	3
										1985	4
										1986	5
										1987	6
										1988	7
										1989	8
										1990	9
										1991	10
										1992	11
										1993	12
										1994	13
										1995	14
										1996	15
										1997	16
										1998	17
										1999	18
										2000	19
										2001	20
										2002	21
										2003	22
										2004	23
										2005	24
										المجموع	25
0	1	0	3	-	11.11	9	9.09	11	1		
0	4	0	5	-	0	2	0	5	-		
0	3	0	3	-	28.57	7	28.57	7	2		
0	10	0	10	-	25	4	25	4	1		
0	11	0	11	-	0	3	0	3	-		
21.43	14	21.43	14	3	0	5	0	8	-		
0	7	0	12	-	20	4	12.5	8	1		
16.67	12	11.76	17	2	0	12	0	14	-		
17.39	23	14.81	27	4	0	10	0	13	-		
14.29	21	11.11	27	3	17	12	15.38	13	2		
7.14	14	3.70	27	1	13	8	11.11	9	1		
12.5	16	9.52	21	2	0	8	0	10	-		
10	20	10	20	2	0	4	0	11	-		
9.09	44	9.09	44	4	0	7	0	14	-		
10.5	200	8.71	241	21	10	10	9.09	11	1		
					0	9	0	15	-		
					25	16	19.05	21	4		
					8	25	5.56	36	2		
					11.11	36	7.41	54	4		
					9.09	22	5.41	37	2		
					14.29	21	8.82	34	3		
					20.83	24	20.83	24	5		
					18.18	55	17	59	10		
					12.3	317	9.03	432	39		

ويتضح من الجدول (2) إن عدد الطلاب الذين إتجهوا لدراسة كرة القدم ضمن رسائل الماجستير في جامعة بغداد بلغ (39) طالب من أصل (432) أي بنسبة (9.03%) من العدد الكلي لوجدنا النسبة سترتفع إلى (12.3%) لأن عدد الطلاب الكلي سيكون (317) طالب . وبالتأكيد إن هذه النسبة مرتفعة قياساً بما تحدثنا عنه من تنوع للألعاب والمواد التي يخوض فيها الطلاب في الجامعات ، ولو إستعرضنا من الجدول نفسه عدد الطلاب الذين إتجهوا لدراسة كرة القدم في أطاريح الدكتوراه لوجدناه (21) طالب من أصل (241) بنسبة (8.71%) ولو إستبعدنا الطالبات من العدد الكلي ليكون عندنا فقط (200) ولتكون النسبة الجديدة (10.5%)

وهي نسبة مرتفعة أيضاً لأنها تعني (على الأقل) وجود طالب دكتوراه من أصل (10) يبحث في كرة القدم وقياساً بما رأينا من عدد الألعاب والموضوعات النظرية المتنوعة التي يتناولها الطلاب نجدها نسبة مرتفعة بشكل عام .

ومن خلال جدول (2) نجد أيضاً إن عدد الطلاب الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم سواء في الماجستير أو الدكتوراه ليس له صفة الثبات فقد تباينت أعداد هؤلاء الطلاب فلا نرى منهم أي أحد في سنة بينما في سنة أخرى نرى (10) طلاب . وعلى العموم تراوح عدد طلاب الماجستير الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم بين (0 - 10) حيث لم يكن أي منهم لأعوام (1983 ، 1986 ، 1987 ، 1989 ، 1990 ، 1993 ، 1994 ، 1995 ، 1996 ، 1998) وهي (10) أعوام من أصل (24) ، وأعلى عدد للطلاب الذين إتجهوا للبحث في كرة القدم كان في عام (2005) حيث بلغوا (10) طلاب ، إلا إن المهم لنا هو النسبة المئوية لهؤلاء الطلاب لان العدد الكلي تباين أيضاً من عام إلى آخر وبالتأكيد كلما كان أكبر كانت الفرصة أكبر لوجود طلاب يتجهون نحو البحث في كرة القدم ، ولو عدنا إلى الجدول السابق لوجدنا إن عام (1999) حيث كان الأوفر حظاً لكرة القدم وقد إتجه فيه مانسبته (25%) من الطلاب للبحث في كرة القدم بعد إستبعاد الطالبات طبعاً .

أما عن عدد طلاب الدكتوراه الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم فقد تراوح بين (0 - 4) ولم يكن منهم أي طالب ل(6) أعوام من أصل (14) هي (1992 ، 1993 ، 1994 ، 1995 ، 1996 ، 1998) ، أما أعلى عدد فقد كان في عامي (2000 و 2004) ، إلا إننا بعد إستبعاد الطالبات والاعتماد على النسب المئوية لهؤلاء الطلاب ، نجد إن العام الأكثر تحيزاً لكرة القدم هو (1997) وذلك لأن عدد هؤلاء الطلاب حقق أعلى نسبة وهي (21.43%). وعلى العموم يمكننا تأشير مؤشرين مهمين هنا هما التباين الكبير بين إتجاه طلاب الماجستير والدكتوراه نحو البحث في كرة القدم حسب الأعوام المذكورة في جدول (2) مما يعني عشوائية إختيار البحث في الدراسات العليا وعدم التخطيط الجيد من قبل المسؤولين وعدم إعطاء اللعبة حقها في أعوام وإغراقها في أعوام أخرى ، لذا كان على المسؤولين التدخل بإختيار موازنة جيدة ولجميع الأعوام الدراسية وبناء الرغبات والاتجاهات الايجابية لدى نحو كرة القدم لضمان إستمرار بحوث كرة القدم وتوزيعها على الأعوام الدراسية فتكوين الميول والرغبات وتطويرها واحدة من أهم مهمات علم النفس الرياضي⁽¹⁾ ، أما المؤشر الآخر فهو أفضلية الظهور لكرة القدم عند طلاب الماجستير عنه في الدكتوراه (وهو ماسيتم إختباره لاحقاً).

أما في جامعة البصرة وكما يبين الجدول (3) إن عدد الطلاب الكلي المتخرجون من دراسة الماجستير هو (135) كان منهم (25) طالباً إتجه للبحث في كرة القدم أي إن النسبة كانت (18.52%) والتي إزدادت بعد إستبعاد الطالبات لتصبح (22.12%) لأن العدد الكلي للطلاب الذكور كان (113) وهو بالتأكيد مؤشر لاتجاه عالي للطلاب نحو البحث في كرة القدم . أما عن طلاب الدكتوراه الباحثين في كرة القدم والذين إبتدأ نتائجهم بالظهور في عام (1995) فقد كانوا (9) طلاب من أصل (71) أي بنسبة (12.68%) وبدورها إزدادت أيضاً

(1) الطالب ، نزار وكامل طه إليوس : المصدر السابق ، ص 27 .

بعد إستبعاد الطالبات لتكون (14.52%) بعد أن أصبح العدد الكلي للطلبة الذكور (62) طالباً مما يعني إنتشار الرغبة والاهتمام بشكل جيد لدى الطلاب بما يخص البحث في كرة القدم مما يقود إلى إن الاتجاه النفسي بشكل جيد نحو كرة القدم مقارنة كما ذكرنا بالعدد الكبير للألعاب الرياضية الأخرى في جامعة البصرة .

جدول (3)

عدد طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة البصرة الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم ونسبهم من العدد الكلي وعدد الطلاب الذكور فقط (من عام 1988 * حتى عام 2005) .

ت	العام الدراسي لتخرج الطلاب	دراسة الماجستير					دراسة الدكتوراه				
		عدد الرسائل في كرة القدم	عدد الرسائل الكلي	النسبة المئوية %	عدد الرسائل للطلاب الذكور	النسبة المئوية %	عدد الأطاريح في كرة القدم	عدد الأطاريح الكلي	النسبة المئوية %	عدد الأطاريح للطلاب الذكور	النسبة المئوية حسب الذكور %
1	1988	1	6	16.67	6	16.67	-	6	0	0	
2	1989	2	8	25	6	33.33	-	4	0	0	
3	1990	2	5	40	5	40	-	5	0	0	
4	1991	2	5	40	5	40	-	5	0	0	
5	1992	-	4	0	3	0	-	5	0	0	
6	1993	1	5	20	5	20	-	5	0	0	
7	1994	-	5	0	5	0	-	4	0	0	
8	1995	1	5	20	5	20	-	4	0	0	
9	1996	2	8	25	8	25	-	7	42.86	42.86	
10	1997	2	11	18.18	6	33.33	-	7	0	0	
11	1998	-	6	0	6	0	-	7	14.29	14.29	
12	1999	1	6	16.67	3	33.33	-	7	14.29	14.29	
13	2000	2	11	18.18	10	20	-	14	14.29	14.29	
14	2001	3	12	25	9	33.33	-	14	14.29	14.29	
15	2002	2	7	28.57	6	33.33	-	14	14.29	14.29	
16	2003	1	7	14.29	5	20	-	14	14.29	14.29	
17	2004	2	11	18.18	9	22.22	-	14	14.29	14.29	
18	2005	1	13	7.69	11	9.09	-	14	14.29	14.29	
19	المجموع	25	135	18.52	113	22.12	-	71	12.68	14.52	

وعلى العموم هناك تبايناً في الأعوام الدراسية بعدد الطلاب الذين إتجهوا للبحث في كرة القدم وتراوح عددهم بين (0 - 3) طالب وكما يبين الجدول (3) ، حيث لم يتجه أي طالب في أعوام (1992 ، 1994 ، 1998) (بينما وصل عدد الطلاب إلى (3) من أصل (9) طلاب فقط بنسبة (33.33%) عام (2001) فقد كان من

* 1988 هو العام الذي بدأت أبحاث طلبة الماجستير لكلية التربية الرياضية في جامعة البصرة فيه بالاكتمال والظهور .

الاعوام المهمة لكرة القدم عند طلاب الماجستير ، بينما لم يتجه فيه أي طالب دكتوراه نحو البحث في كرة القدم ، ولم يكن العام الوحيد الذي لم نر فيه هؤلاء الطلاب بل كان إضافة إلى (4) أعوام أخرى (1995 ، 1996 ، 1998 ، 1999) وكان الأفضل عام (1997) الذي قدم (3) طلاب يبحثون في كرة القدم من أصل (7) طلاب فقط أي بنسبة بلغت (42.86%) .

ومما سبق يتبين لنا عدم التخطيط المسبق للموازنة في إجراء البحوث الخاصة برسائل الماجستير وأطاريح

الدكتوراه لتغطية الالعب الرياضية وحسب أولياتها وتأثيرها في المجتمع.

وفي جامعة الموصل نلاحظ الجدول (4) عدد الطلاب الذين إتجهوا البحث في كرة القدم كان (19) طالباً من أصل (131) طالب وطالبة بنسبة (14.5%) وبعد إستبعاد الطالبات بلغت (18.27%) لأن العدد الكلي للذكور وصل إلى (104) طالب فقط ، أما فيما يخص طلبة

جدول (4)

عدد طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة الموصل الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم ونسبهم من العدد الكلي وعدد الطلاب الذكور فقط (من عام 1989 * حتى عام 2005) .

ت	العام الدراسي لتخرج الطلاب	دراسة الماجستير					دراسة الدكتوراه				
		عدد الرسائل في كرة القدم	عدد الرسائل الكلي	النسبة المئوية %	عدد الرسائل للطلاب الذكور	النسبة المئوية %	عدد الأطاريح في كرة القدم	عدد الأطاريح الكلي	النسبة المئوية %	عدد الأطاريح للطلاب الذكور	النسبة المئوية حسب الذكور %
1	1989	1	7	14.29	7	14.29	-	3	0	0	
2	1990	-	5	0	5	0	-	3	0	0	
3	1991	1	5	20	5	20	-	3	0	0	
4	1992	1	7	14.29	6	16.67	-	3	0	0	
5	1993	1	5	20	4	25	-	3	0	0	
6	1994	1	4	25	2	50	-	3	0	0	
7	1995	-	4	0	4	0	-	3	0	0	
8	1996	2	10	20	9	22.22	-	3	0	0	
9	1997	2	8	25	7	28.57	-	3	0	0	
10	1998	-	6	0	3	0	1	20	0	20	
11	1999	1	10	10	8	32.5	-	3	0	0	
12	2000	3	11	27.27	9	33.33	-	7	0	0	

* 1989 هو العام الذي بدأت أبحاث طلبة الماجستير لكلية التربية الرياضية في جامعة الموصل فيه بالاكتمال والظهور .

20	10	18.18	11	2	0	4	0	5	-	2001	13
20	5	20	5	1	33.33	6	25	8	2	2002	14
0	4	0	5	-	25	4	20	5	1	2003	15
0	3	0	3	-	22.22	9	16.67	12	2	2004	16
16.67	6	14.29	7	1	8.33	12	5.26	19	1	2005	17
9.62	52	9.09	55	5	18.27	104	14.5	131	19	المجموع	18

الدكتوراه الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم فقد بلغوا (5) طلاب فقط من أصل (55) طالب وطالبة بنسبة (9.09%) منذ عام (1995) ولغاية (2005) وعند إستبعاد الطالبات بلغت النسبة (9.62%) لأن عدد الطالبات لم يتعد الـ (3) فقط.

من ذلك نجد إن الاهتمام بكرة القدم كان أفضل لطلبة الماجستير بشكل ملحوظ عنه لطلبة الدكتوراه ، إلا أننا حين نتحدث عن المحصلة النهائية نرى إن النسب كانت جيدة وحظيت (كرة القدم) بنصيب وافر من البحث والدراسة . وعند الخوض في تفاصيل أعوام الدراسة كان أفضل الأعوام إهتماماً بكرة القدم لطلبة الماجستير هو (2000) لأننا إذا نظرنا إلى جدول (4) نجد (3) طلاب من أصل (9) طلاب ذكور ، وهذا مقارنة بالأعوام الأخرى هو الأفضل بينما كان الأسوأ هي أعوام (1990 ، 1995 ، 1998 ، 2001) . بينما لم يبحث أي طالب دكتوراه في كرة القدم أعوام (1995 ، 1996 ، 1997 ، 1999 ، 2000 ، 2003 ، 2004) وهي (7) أعوام من أصل (11) فقط ولكن التعويض في أعوام أخرى كان أفضلها (2001) حيث إتجه طالبان للبحث في كرة القدم من أصل (10) طلاب ذكور فقط . وهذا يؤشر من جديد عدم التخطيط الجيد أو الاهتمام به للتخصصات في الألعاب الرياضية وفق موازنة بحثية تأخذ بعين الاعتبار تنوع الألعاب ومدى الإقبال الجماهيري عليها ، ويعتقد الباحث إن الحاجة لذلك أصبحت ملحة نظراً للتطورات العلمية الحالية ولتوزيع الجهود بشكل جيد للنهوض بأغلب الألعاب والموضوعات النظرية ذات الصلة . وعلى العموم كانت كرة القدم عند طلاب الماجستير أفضل حظاً (كما نلاحظ من الجدول السابق) في جامعة الموصل.

وفي جامعة بابل نلاحظ ومن خلال جدول (5) إن النتائج البحثية لطلاب الماجستير بدأت عام (1999) وقد كان عدد الطلاب الذين إتجهوا للبحث في كرة القدم (15) طالباً من أصل (93) طالب وطالبة بنسبة (16.13%) وتزداد هذه النسبة عند إستبعاد الطالبات ووصول العدد الكلي للطلاب الذكور إلى (78) طالب فقط لتصبح (19.23%) وهي بالتأكيد نسبة عالية ، أما بالنسبة للدكتوراه فكانت أفضل حظاً فمن (23) طالب وطالبة فقط برز (6) طلاب بنسبة (26.09%) لهم إتجاهات نحو كرة القدم وبعد إستبعاد الطالبات أصبح العدد الكلي للطلاب الذكور (18) طالب بنسبة (33.33%) وأيضاً هي نسبة عالية تعطي أفضلية للعبة كما لدراسة الماجستير تجسيدا لشعبية كرة القدم.

عند الرجوع إلى جدول (5) نجد إن عدد طلاب الماجستير الذين إتجهوا لدراسة كرة القدم تراوح بين (0 - 4) للأعوام الدراسية المختلفة ، حيث لم يتطرق أي طالب لكرة القدم في عام (1999) بينما إزدهر هذا الاتجاه عام

(2001) لوجود (4) طلاب منهم ، وعند الحديث عن طلاب الدكتوراه فإننا نذكر عام (2004) الذي يعد الأوفر حظاً لكرة القدم ، حيث ساهم (5) طلاب للبحث فيها من أصل (14) طالب (بعد إستبعاد الطالبات) في حين لم يشهد عام(2005) سوى طالب واحد فقط من أصل (4) طلاب ذكور . هذا يعني تواصل البحث في كرة القدم إلا إنه ليس بالتوازن المطلوب في عدد الطلبة المقبولين أولاً قبل عدد الطلاب الذين يتجهون نحو كرة القدم كونها اللعبة الأبرز، لذا نؤشر أيضاً غياب التخطيط الصحيح الشمولي في بحث الألعاب المختلفة عامة وكرة القدم خاصة لتأثيرها في المجتمع وتوزيع جهود الباحثين عليها .

جدول (5)

عدد طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة بابل الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم ونسبهم من العدد الكلي وعدد الطلاب الذكور فقط (من عام 1999 * حتى عام 2005) .

ت	العام الدراسي	دراسة الماجستير					دراسة الدكتوراه				
		عدد الرسائل في كرة القدم	عدد الرسائل الكلي	النسبة المئوية %	عدد الرسائل للطلاب الذكور	النسبة المئوية %	عدد الأبحاث في كرة القدم	عدد الأبحاث الكلي	النسبة المئوية %	عدد الأبحاث للطلاب الذكور	النسبة المئوية %
1	1999	-	7	0	5	0					
2	2000	2	15	13.33	12	16.67					
3	2001	4	18	22.22	14	28.57					
4	2002	3	17	17.65	15	20					
5	2003	2	8	25	8	25					
6	2004	3	20	15	18	16.67	5	18	27.78	14	35.71
7	2005	1	8	12.5	6	16.67	1	5	20	4	25
8	المجموع	15	93	16.13	78	19.23	6	23	26.09	18	33.33

ولجامعة القادسية التي لم يكن فيها سوى دراسة للماجستير كان نتائجها إبتداءً من عام (2001) ننظر جدول (6) الذي يبين إن العدد للطلاب الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم هو (4) طلاب من أصل (38) بنسبة (10.53%) وبوجود (6) طالبات أصبح العدد الكلي للطلاب الذكور (32) طالب لتكون النسبة الاخيرة (12.5%) وهي نسبة جيدة وعالية وتؤشر مستوى جيد من الاهتمام بكرة القدم ، وبمراجعة الأعوام الدراسية نجد إن أعوام (2001 ، 2003 ، 2004) لم يتطرق فيها أي طالب لكرة القدم بينما شهد عام (2002) تميزاً حيث إنبرى (3) طلاب من أصل (8) فقط للبحث في كرة القدم .

عموماً التباين الذي ظهر في أعداد الطلاب الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم حسب الاعوام الدراسية جعل جامعة القادسية ليست ببعيدة أيضاً عن عدم التخطيط السليم الذي (من المفروض) أن يغطي جميع الألعاب الرياضية بالبحث والتطوير ولم ينتج المساحات الجيدة لتناول الألعاب حسب أفضليتها بالشكل الجيد .

جدول (6)

* 1999 هو العام الذي بدأت أبحاث طلبة الماجستير لكلية التربية الرياضية في جامعة بابل فيه بالاكتمال والظهور .

عدد طلاب الماجستير في جامعة القادسية الذين إنجهوا نحو البحث في كرة القدم ونسبهم من العدد الكلي وعدد الطلاب الذكور فقط (من عام 2001 * حتى عام 2005) .

ت	العام الدراسي لتخرج الطلاب	دراسة الماجستير			
		عدد الرسائل في كرة القدم	عدد الرسائل الكلي	النسبة المئوية %	عدد الرسائل للطلاب الذكور
1	2001	-	10	0	7
2	2002	3	10	30	8
3	2003	-	6	0	5
4	2004	-	4	0	4
5	2005	1	8	12.5	8
6	المجموع	4	38	10.53	32

4 / 2 الفروقات بين الجامعات العراقية في إتجاهات الطلاب نحو البحث في كرة القدم :

عند إستعراض الجداول من (1) إلى (6) يتبين لنا إن نسب الطلاب الذين كانت لهم إتجاهات نحو كرة القدم يختلف من جامعة إلى أخرى ، وفي كلا الدراستين (الماجستير والدكتوراه) ولو إستعدنا النظر إلى جدول (1) لوجدنا إن النسب تختلف فقد كانت أديانها لدراسة الماجستير من قبل الطلاب الذكور وهي (12.3%) عند جامعة بغداد ، بينما كان أعلاها وهي (22.12%) لجامعة البصرة ، ولدراسة الدكتوراه تراوحت النسب بين (9.62%) لجامعة الموصل و (33.33%) لجامعة بابل ، مما يؤشر كحصيللة مبدئية تباينات ظاهرة في هذا الصدد ولاختبار حقيقة هذه الفروق قام الباحث بتطبيق (مربع كاي) لأكثر من عينتين مستقلتين والمقياس إسمي حيث " يعد إختبار مربع كاي من أهم المقاييس الاحصائية التي يمكن إستخدامها في إختبار الفرضية الصفرية " ⁽¹⁾ وأجرى العمليات الخاصة لمعرفة الفروقات الآتية :-

4 / 2 / 1 الفروقات بين الجامعات العراقية في إتجاه طلاب الماجستير والدكتوراه نحو البحث في كرة القدم :-

من خلال المعلومات في جدول (7) عن طلاب الماجستير تم الحصول على قيمة (مربع كاي) المحسوبة وهي (7.72) لايضاح الفروق التي قد تكون بين الجامعات العراقية وعند مقارنتها بالدرجة الجدولية (13.276) عند درجة حرية (4) وتحت مستوى دلالة (0.01) يتضح عدم معنوية هذه الفروق ، ومن خلال جدول (8) نحصل على قيمة (مربع كاي) المحسوبة (8.59) لطلاب الدكتوراه وعند مقارنتها بالدرجة الجدولية (11.344) عند درجة حرية (3) * وتحت مستوى دلالة (0.01) وكذلك يتضح عدم معنوية هذه الفروق .

جدول (7)

* 2001 هو العام الذي بدأت أبحاث طلبة الماجستير لكلية التربية الرياضية في جامعة القادسية فيه بالاكتمال والظهور .
⁽¹⁾ الياسري ، محمد جامسم ومروان عبد المجيد : الأساليب الاحصائية في مجالات البحوث التربوية ، عمان ، مؤسسة الوراق ، 2001، ص277.
 * درجة الحرية (3) لطلاب الدكتوراه لعدم وجود أي منهم في جامعة القادسية ، فأصبحت الخلايا العمودية (4) بدلاً من (5) كما لطلاب الماجستير .

الفروق بين طلاب الماجستير في الجامعات العراقية في الاتجاه نحو البحث في كرة القدم

ت	الجامعة	إتجاه طلاب الماجستير في البحث			مربع كاي المحسوبة	مربع كاي الجدولية	حقيقة الفروق
		نحو كرة القدم	نحو مواضيع أخرى	المجموع			
1	بغداد	39	278	317	13.276	عشوائية غير معنوية	
2	البصرة	25	88	113			
3	الموصل	19	85	104			
4	بابل	15	63	78			
5	القادسية	4	28	32			
6	المجموع	102	542	644			

جدول (8)

الفروق بين طلاب الدكتوراه في الجامعات العراقية في الاتجاه نحو البحث في كرة القدم

ت	الجامعة	إتجاه طلاب الدكتوراه في البحث			مربع كاي المحسوبة	مربع كاي الجدولية	حقيقة الفروق
		نحو كرة القدم	نحو مواضيع أخرى	المجموع			
1	بغداد	21	179	200	11.344	عشوائية غير معنوية	
2	البصرة	9	53	62			
3	الموصل	5	47	52			
4	بابل	6	12	18			
5	المجموع	41	291	332			

الامر الذي يثير حقيقة عدم إختلاف الجامعات العراقية في أعداد الطلاب الذين لديهم إتجاهات نحو

البحث في كرة القدم ، وهو أمر طبيعي لثقافة المجتمع العراقي التي تكاد تكون واحدة مهما إختلفت محافظاته وثقافة الطلاب في إختيار موضوعاتهم وإتجاهاتهم نحو الموضوعات العملية للتربية الرياضية .

2 / 2 / 4 الفروقت في الإتجاه نحو البحث في كرة القدم بين طلاب الماجستير والدكتوراه في الجامعات العراقية:-

نجد من خلال المعلومات المبينة في جدول (9) وبعد حساب (مربع كاي) إنه لا توجد فروق معنوية بين طلاب الماجستير وطلاب الدكتوراه لكل الجامعات في مدى إتجاههم نحو البحث في كرة القدم فقد تفوقت الدرجة الجدولية والتي بلغت (6.634) عند درجة حرية (1) وتحت مستوى دلالة (0.01) على الدرجة المحسوبة التي كانت (2.14) . والحال نفسه لجميع الجامعات (كل على حدة) كما في جداول (10) و (11) و (12) و (13) حيث تفوقت الدرجة الجدولية ولجميع الجامعات والتي بلغت أيضاً (6.634) عند درجة حرية (1) وتحت مستوى دلالة (0.01) على الدرجات المحسوبة (بغداد ، البصرة ، الموصل ، بابل) * التي كانت (0.39 ، 1.48 ، 1.99 ، 1.70) على التوالي .

* لم يكن هناك طلاب دكتوراه في جامعة القادسية ، لذا لم تكن هناك مقارنة.

على العموم نرى إن هذه النتائج منطقية إذا أدركنا التأثيرات المتوازنة للعبة كرة القدم على جميع الطلاب

بغض النظر عن مرحلتهم الدراسية ماجستير أم دكتوراه ، لذا كانت النسب متساوية تقريباً .

جدول (9)

الفروق في الاتجاه نحو البحث في كرة القدم بين طلاب الماجستير والدكتوراه في الجامعات العراقية

ت	الدراسة	الاتجاه في البحث			مربع كاي المحسوبة	مربع كاي الجدولية	حقيقة الفروق
		نحو كرة القدم	نحو مواضيع أخرى	المجموع			
1	الماجستير	102	542	644	2.14	6.634	عشوائية غير معنوية
2	الدكتوراه	41	291	332			
3	المجموع	143	833	976			

جدول (10)

الفروق في الاتجاه نحو البحث في كرة القدم بين طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة بغداد

ت	الدراسة	الاتجاه في البحث			مربع كاي المحسوبة	مربع كاي الجدولية	حقيقة الفروق
		نحو كرة القدم	نحو مواضيع أخرى	المجموع			
1	الماجستير	39	278	317	0.39	6.634	عشوائية غير معنوية
2	الدكتوراه	21	179	200			
3	المجموع	60	457	517			

جدول (11)

الفروق في الاتجاه نحو البحث في كرة القدم بين طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة البصرة

ت	الدراسة	الاتجاه في البحث			مربع كاي المحسوبة	مربع كاي الجدولية	حقيقة الفروق
		نحو كرة القدم	نحو مواضيع أخرى	المجموع			
1	الماجستير	25	88	113	1.48	6.634	عشوائية غير معنوية
2	الدكتوراه	9	53	62			
3	المجموع	34	141	175			

جدول (12)

الفروق في الاتجاه نحو البحث في كرة القدم بين طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة الموصل

ت	الدراسة	الاتجاه في البحث			مربع كاي المحسوبة	مربع كاي الجدولية	حقيقة الفروق
		نحو كرة القدم	نحو مواضيع أخرى	المجموع			

				أخرى	القدم		
عشوائية	6.634	1.99	104	85	19	الماجستير	1
غير معنوية	عند درجة حرية (1) وتحت مستوى دلالة (0.01) .		52	47	5	الدكتوراه	2
			156	132	24	المجموع	3

جدول (13)

الفروق في الاتجاه نحو البحث في كرة القدم بين طلاب الماجستير والدكتوراه في جامعة بابل

ت	الدراسة	الاتجاه في البحث			مربع كاي المحسوبة	مربع كاي الجدولية	حقيقة الفروق
		نحو كرة القدم	نحو مواضيع أخرى	المجموع			
1	الماجستير	15	63	78	1.70	عشوائية	
2	الدكتوراه	6	12	18		غير معنوية	
3	المجموع	21	75	96		عند درجة حرية (1) وتحت مستوى دلالة (0.01) .	

الفصل الخامس : الاستنتاجات والتوصيات

1 / 5 الاستنتاجات :-

بعد إتمام إجراءات البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:-

- 1 - بلغت النسبة المئوية لطلاب الماجستير الذين إتجهوا نحو البحث في كرة القدم (16%) من العدد الكلي للطلاب الذكور لمجمل جامعات (بغداد والبصرة والموصل وبابل والقادسية) ، بينما كانت نسبة طلاب الدكتوراه (12%) من العدد الكلي للطلاب الذكور لمجمل جامعات (بغداد والبصرة والموصل وبابل) .
- 2 - تباينت إتجاهات طلاب الماجستير نحو البحث في كرة القدم حسب الأعوام الدراسية ، حيث لم نجد التوازن المطلوب لتغطية لعبة كرة القدم حسب الأعوام الدراسية للجامعات العراقية المبحوثة .
- 3 - تباينت إتجاهات طلاب الدكتوراه نحو البحث في كرة القدم حسب الاعوام الدراسية ولم نجد التوازن المطلوب لتغطية اللعبة حسب الأعوام الدراسية لجميع الجامعات المبحوثة عدا جامعة بابل ، ولم تكن هناك دراسة دكتوراه أصلاً في جامعة القادسية .
- 4 - لم تكن هناك فروق معنوية في إتجاهات طلاب الماجستير والدكتوراه نحو البحث في كرة القدم بين الجامعات العراقية المبحوثة .
- 5 - لم تكن هناك فروق معنوية لطلاب الجامعات العراقية المبحوثة في إتجاهاتهم نحو البحث في كرة القدم بين دراستي الماجستير والدكتوراه .

2 / 5 التوصيات :

من خلال ماتوصل إليه الباحث من نتائج فإنه يوصي بالآتي :-

- 1 - زيادة توعية طلاب الدراسات العليا سواء الماجستير أو الدكتوراه للبحث في لعبة كرة القدم بالشكل المتوازن حسب الأعوام الدراسية كونها للعبة الأولى جماهيرياً .
- 2 - العمل على إيجاد موازنة صحيحة وعملية رسمية لإعطاء لعبة كرة القدم حقها وحسب الاعوام الدراسية من خلال آلية القبول في الدراسات العليا ، حيث لا بد أن يكون طالب (على الأقل) لكل دراسة يتجه للبحث في كرة القدم .
- 3 - يقترح الباحث إجراء دراسة تحليلية تختص بمتابعة الموضوعات النظرية في التربية الرياضية المرتبطة بلعبة كرة القدم في رسائل الماجستير وأطاريح الدكتوراه .
- 4 - إجراء دراسة تحليلية للمعالجات البحثية والاحصائية لرسائل الماجستير وأطاريح الدكتوراه الخاصة بلعبة كرة القدم .

المصادر والمراجع العلمية :-

- ١ - أمين ، حسين عمر ومرودة فتحي محمد : دراسة تحليلية لأبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال الرياضة المدرسية من عام 1981 حتى عام 1990 ، بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة لكلية التربية الرياضية للبنين / جامعة حلوان ، العدد الخاص لمؤتمر ((رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية ، مج1 ، مطبعة جامعة حلوان ، 1992.
- ٢ - الحيايني ، محمد خضر و ماهر أحمد البياتي : كرة القدم ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل ، 1999.
- 3 - الخيكاني ، عامر سعيد. إتجاه طالبات المرحلة الإعدادية بفرعها العلمي والادبي في بابل نحو درس التربية الرياضية، ، بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، ع 2، مج1، 2002 .
- 4- زهران ، حامد عبد السلام . التوجيه والإرشاد النفسي . ط2 ، القاهرة ، عالم الكتب ، 1980 .
- 5- السيد ، فؤاد البهي وسعد عبد الرحمن : علم النفس الاجتماعي رؤية معاصرة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 .
- 6- الطائي ، مؤيد عبد علي . أثر التداخل التدريبي في تنمية المطاولة الخاصة وبعض المتغيرات الوظيفية للاعبين كرة القدم ، أطروحة دكتوراه لكلية التربية الرياضية في جامعة بابل ، 2005 .
- 7- الطالب ، نزار وكامل طه إلويس : علم النفس الرياضي ، ط2 ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 .
- 8- علاوي ، محمد حسن . مدخل في النفس الرياضي ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 .
- 9- علام ، صلاح الدين . القياس والتقويم التربوي والنفسى ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000.
- 10- علي ، ياسمين حسن و منى محمود عبد الحليم : دراسة تحليلية لأبحاث الماجستير والدكتوراه في مجال التمرينات من عام 1972 حتى عام 1990 ، ملخص بحث منشور في (موسوعة بحوث التربية البدنية

والرياضة بالوطن العربي في القرن العشرين ، ج 2) لـ (ريسان خريبط وعبد الرحمن مصطفى) ، عمان ، دار

المناهج للنشر والتوزيع ، 2001.

11- الياسري ، محمد جامسم ومروان عبد المجيد : الأساليب الاحصائية في مجالات البحوث التربوية

، عمان ، مؤسسة الوراق ، 2001.

12- ياسين ، عطوف محمد . مدخل علم النفس الاجتماعي ، بغداد ، دار الحرية للطباعة ، 1987.

الذات المهارية وعلاقتها بترتيب الفرق بالكرة الطائرة

بحث وصفي

على لاعبي الفرق المشاركة في بطولة الجمهورية

للموسم 2005-2006 م

تقدم به

م. اسعد عدنان عزيز

م.م علي مهدي هادي

م.م جميل كاظم جواد

2007 م

1428 هـ

1- التعريف بالبحث . 1-1 المقدمة وأهمية البحث :-

ان تطوير المستوى الرياضي والتقدم به حتى بلوغ المستويات المتقدمة العالية لا يأتي اعتباطاً وليس وليد الصدفة وانما يحتاج الى مميزات بدنية ومهارية ونفسية جيدة حتى يتسنى لنا الوصول الى تلك المستويات العالية . وهذا لا يتم الا من خلال الدراسات الدقيقة التي تعتمد على التحليل السليم لاي حالة او مهارة رياضية من المهارات المتعددة في مختلف الفعاليات الرياضية .

وتعد لعبة الكرة الطائرة بسبب ما تمتلكه من مميزات خاصة جداً تعد مختلفة عن بقية الالعاب الرياضية الاخرى ، وذلك من خلال اسلوب اللعب اذ ان أي خطأ يحدث من قبل اللاعب اثناء سير المبارات يؤدي مباشرة الى خسارة نقطة وهذا على العكس من باقي الفعاليات الرياضية المتنوعة الاخرى مما يتطلب اعداد لاعبي الكرة الطائرة اعداداً خاصاً ذو مستوى عالي من كافة النواحي البدنية والمهارية والنفسية .

وبسبب المواقف والحالات والادوار المهارية التي يؤديها الفرد في المجال الرياضي فإن أهمية الذات والذات المهارية تبرز لنا واضحة في هذا المجال من خلال تأثيرها المباشر في نفس اللاعب والذي ينعكس على ما يقدمه من مستوى اثناء سير المباراة فعندما يشعر الفرد بحالة عدم الرضا سوف ينعكس هذا بصورة سلبية على انجازه الرياضي ؛ ومن المعروف عن لعبة الكرة الطائرة بأعتها من الالعب الفرقة فهي غنية بالكثير من المواقف والمهارات الاساسية المتنوعة ، ففيها المهارات الهجومية و الدفاعية وماتصاحبها من الانفعالات النفسية الكثيرة التي تزداد بازدياد أهمية المبارات وخاصة الحاسمة منها حيث نعرف ما تسببه الانفعالات السلبية عند الرياضيين من انعكاسات سلبية على مستوى الأداء وبالتالي على نتيجة المبارات النهائية .

ان مختلف هذه الانفعالات النفسية مرتبطة بالذات لدى الفرد فهي مرتبطة برغباته وميوله واتجاهاته المختلفة وحبه نحو ممارسة النشاط الرياضي عامة ولفعاليتها المحببة بصورة خاصة ومن هنا تبرز لنا أهمية هذا البحث من خلال معرفة الذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة ومعرفة العلاقة بينها وبين ترتيب الفرق الرياضية في هذه اللعبة .

2-1 مشكلة البحث :-

يعد العامل المهاري من العوامل المهمة في العملية التدريبية وفي الاداء الرياضي في لعبة الكرة الطائرة باعتبارها واحدة من المسابقات الرياضية الاوسع انتشارا ، وعليه فإن من واجب المدرب من جهة والباحثين في المجال الرياضي من جهة اخرى دراسة وتنمية هذا العامل المهم لدى اللاعبين ، والعامل المهاري مرتبط ارتباطاً وثيقاً بخبرات الفرد السابقة وفهمه للمستوى النفسي والبدني والمهاري ايضاً الذي يتمتع به ، وعليه فإن الذات لدى الفرد يعد ايضاً من العوامل المؤثرة على نتيجة سير المبارات .

ولقلة الدراسات التي تناولت الذات المهارية في لعبة الكرة الطائرة للفرق العراقية ولما لها من أهمية في رفع مستوى الاداء المهاري اراد الباحثون دراسة هذه المشكلة للوصول الى العلاقة بينها وبين ترتيب الفرق المشاركة في بطولة الجمهورية للموسم 2005_2006 م .

3-1 هدفا البحث .

- 1 - التعرف على مستوى الذات المهارية لدى لاعبي فرق الكرة الطائرة المشاركين في بطولة الجمهورية للموسم 2005_2006 م .
- 2 - التعرف على العلاقة ما بين الذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة وترتيب الفرق المشاركة في بطولة الجمهورية للموسم 2005_2006 م .

4-1 فرض البحث .

- 1- هناك علاقة ارتباط معنوية ما بين الذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة وترتيب الفرق المشاركة في بطولة الجمهورية للموسم 2005_2006 م .

1- المجال البشري:- لاعبو فرق المحافظات المشاركين في بطولة الجمهورية بالكرة الطائرة للموسم 2006_2005 م .

2- المجال الزمني:- 2005/11/24 م - 2005/11/30 م .

3- المجال المكاني :- القاعة المغلقة في محافظة كربلاء حيث تم اقامة البطولة .

2- الدراسات النظرية :-

1-2 نبذة تاريخية عن مفهوم الذات :-

يعد مفهوم الذات بناء متعدد الابعاد يتألف من عناصر ايجابية وسلبية اعتماداً على نوع المعاملة التي يتلقاها الفرد من الاخرين داخل البيت وخارجه.

لقد اكد الباحثون بأن مفهوم الذات يتطور عبر مراحل الحياة التي يعيشها الفرد ويمارس خبراته فيها وان الوعي بالذات يبدأ بطيئاً عند تفاعل الفرد مع بيئته (1) ؛ وانه يصبح على درجة من الاستقرار والثبات منذ الطفولة المتأخرة وان التقدم في النمو يؤدي الى زيادة في الاستقرار ويصبح مفهوم الفرد عن نفسه اكثر مقاومة للتغير (2) .

كما اشارت (هورين كارين) الى اهمية تحقيق الذات في وصول الفرد الى مستوى مناسب من الصحة النفسية اذ يتمثل ذلك في تحقيق الذات بأماكنات الفرد وعمق احساسه وعلاقاته مع الاخرين (3) .

ويشير (داود نسيمه ، نزيه حمدي) عن (رايس Rice) الى وجود اربعة عوامل رئيسية تؤثر في مفهوم الذات لدى الفرد وهي :-

1 - نوع العلاقات العاطفية .

2 - الكفاءة الاجتماعية في التعامل مع الاخرين .

3 - الاداء التحصيلي في التدريب .

4 - اتجاهات الاقارب وافراد المجتمع نحوهم .

كما تحدث ادلر عن مفهوم (الذات) وحدد الذات المبتكرة وهي " العناصر الديناميكي النشط في دورة حياة

الانسان وتبحث عن الخبرات التي تنتهي بتحديد نمط حياة الفرد ، وفي حالة عدم تواجد هذه الخبرات في حياة الفرد الواقعية فإن الذات المبتكرة تحاول ابتداعها واكتشافها " (4) .

(1) محمد واحمد يوسف قواسمة : الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من ابناء الامهات العاملات وغير العاملات في الاردن ، ج 1 ، العدد6 ، مجلة البحوث التربوية ، 1994 ، ص80 .

(2) سوين ، م ريتشارد : علم الامراض النفسية والعقلية ، ترجمة احمد عبد العزيز ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، 1979 ، ص365 .

(3) هورين ، كارين : صراعات الباطنية ، ترجمة عبد الودود محمود العلي ، دار الثقافة ، القاهرة ، 1988 ، ص68 .

(4) Adler. A: (Individual Psychology) . Ib Murchison C.Ed . (Psychologies) Clark Univ . U.S.A , 1930 . p115 .

وتوصلت (كارن هورني) الى مفهوم الذات الديناميكي ونرى ان الفرد يكافح في الحياة من اجل تحقيق الذات وقد تمت تصور ثلاثياً لمفهوم الذات فهناك الذات المثالية التي تعد العامل الاساس في احداث التوافق والاضطراب النفسي فهي تعمل من اجل الاستقلالية ، والذات الواقعية فهي الفرد وحصيلة خبراته وحاجاته وانواع سلوكه ، والذات الحقيقية عبارة عن القوى الداخلية وهي منبع التطور واتخاذ القرارات (1) ، ويؤكد (لوفنكر-جون) " ان تطور الفرد يتم من خلال ثلاثة ادوار هي : دور الشخص العادي وهو الذي يحاول احداث التوافق بين ذاته والبيئة .

التي يعيش فيها والشخص العصابي هو الذي يبني سلوكيات جديدة حول ذاته وعالمه ودور الشخص المتوافق ظهور ارفع المستويات في تطور الشخصية حيث يتوافق الفرد ذاتياً وبيئياً وبذلك تنمو الارادة في ذاته " () .

ويأتي (روجرز) بنظريته " حول الذات التي تتكون من مفهوم الذات المدركة ومفهوم الذات الاجتماعية ومفهوم الذات المثالية فمفهوم الذات التي عند روجرز هو جزء من وعي الانسان بذاته باستخدام كل وسائل الادراك المتاحة لديه كما يعد هذا الوعي بمثابة الاطار المرجعي الذي يعتمد عليه الفرد في اصدار احكامه المتعلقة برفاهيته البدنية والاجتماعية لتحقيق ذاته " (N) .

كما واستطاع (فيليب فرنون) ان يدخل تطورات جديدة في نظرية الذات فهو يؤكد على وجود اربع طبقات في الوجود النفسي للذات هي : المستوى الاعلى ، الذات الشعورية الخاصة والذات البصيرة والذات المكبوتة او العميقة (O) .

ويؤدي مفهوم الذات دوراً مهماً في عملية التربية كما اثار اهتمام العديد من دراسات علم النفس الاجتماعي ، ويتشكل مفهوم الذات بناءً على التعرض للعديد من المؤثرات المتنوعة التي يواجهها الفرد ، ولكن يكون للوالدين التأثير الاكبر سواء بمثيرات الطفل

2-2 مفهوم الذات :-

" مدى رضا الفرد عما يتمتع به من خصائص وسمات شخصية كما يدركها هو مستند الى خبرته الشخصية في المجال الجسمي والعقلي والتوافق الاجتماعي والاتزان الانفعالي والثقة بالنفس " (O) .

2-3 المهارة :-

" هي صفة الحركة " ؛ " ومعناها التوافق بين الجهاز العصبي وعمل العضلات الهيكلية " (O)

(1) Horney. K: New ways in Psychoanalysis . New York . Norton. 1939 ,p230 .

(2) Loevinger. Jone: Ego development , Washington.1939. P.360 .

(3) G. Rogers. A theory of therapy personality and interpersonal relation ships. As developed in the Client – centred framework , in S. Koch (ED) . Psychology : A study of Science . Vol 3. Graw-Hill New York .1959 .p318 .

(4) Vernon. P.E: Personality Assessment , London : Methuen. 1964.p75 .

(L) غفوري عبد الجبار القيسي : بناء مقياس تقبل الذات لدى معوقي الحرب ، جامعة المستنصرية ، كلية الاداب ، رسالة ماجستير ، 1988 ، ص 34 .

(L) وجيه محبوب : موسوعة علم الحركة التعليم وجدولة التدريب ، ط1 ، بغداد ، 2000 ، ص 35 .

" هي تعبير الفرد عما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة ما ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة

للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الاساس في تلك اللعبة " (أ) .

لعديد من السمات الفطرية مثل (يقظة الضمير ، الصمود ، الاكتفاء الذاتي) مما يهيئ الفرد ليحدد موقفه

من الأحداث ويفسرها ويستجيب لها اما عن طريق المؤثرات الخارجية التي يواجهها الطفل في اثناء عملية

التنشئة الاجتماعية فالاطفال يلاحظون ويتمثلون الاساليب التي يستخدمها والدهم في علاج المشكلات اليومية

التي تواجههم (بنظام ، بهدوء ، باستعجال) هذه الاساليب تساعد على تكوين ابنية لمعاملات مفهوم الذات .

5-2 العوامل المؤثرة في مستوى فاعلية الذات () :-

هناك أربعة عوامل تؤثر في فاعلية الذات هي :-

1 - انجازات الاداء Performance accomplishments

2 - الخبرة البديلة Vicarious experience

3 - الاقناع اللفظي Verbal Persuasion

4 - الحالة الفسيولوجية Physiological State

1- انجازات الاداء :-

تعد انجازات الاداء من اكثر العوامل اهمية بالنسبة لفاعلية الذات ففي حالة مرور اللاعب في خبرة

نجاح في اداء معين فإن ذلك يعطي مؤشرات واضحة عن مستوى قدرته وانه قادر وفاعل في هذا النوع من

الاداء وعلى العكس من ذلك في حالة فشله فان ذلك سوف يثير الشكوك حول قدرته وفاعليته .

ان قدرة اللاعب على تحقيق النجاح في اداء منفرد يؤدي الى المزيد من فاعلية الذات عن نجاحه في

تحقيق النجاح في اداء يشترك فيه مع الاخرين .

2- الخبرة البديلة :-

يقوم اللاعب في اثناء عملية التعلم مهارة حركية معينة لم يسبق له ادائها من قبل وكذلك في المنافسات

الرياضية قد يتقابل اللاعب مع منافس اول مرة لم يسبق له مواجهته من قبل وفي هذه الحالة فإن فاعلية الذات

لا تتأسس على الخبرة الذاتية السابقة ، لكن يمكن عن طريق مراعاة المدرب لاداء نموذجي جيد للمهارة الجيدة

وامكانية مشاهدة عرض مرئي تسجيلي لمباراة يشترك فيها المنافس الذي لم يسبق للاعب مواجهته او قيام

المدرب بشرح اهم نقاط القوة والضعف لهذا المنافس ولهذا يطلق الباحثون على الخبرة البديلة مصطلح التعلم

بالنموذجية (Modeling) وهو الاثر الذي يؤدي الى الارتقاء بفاعلية الذات لدى اللاعبين .

3- الاقناع اللفظي :-

يقوم المدرب او بعض الزملاء باستجابات لفظية شفوية مع لاعب في الفريق بغية اقناعه بأنه يمتلك

قدرات واستطاعات يمكنها مواجهة اداء معين بنجاح مثل اقناعه بقدرته على الفوز على منافس معين او قدرته

(١) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين : الاختبارات النفسية والمهارية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987 ، ص 624 .

(٢) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط7 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998 ، ص 317 .

على تخطي ارتفاع معين في الوتب العالي مثلاً ، ومثل هذه المحاولات سواء من جانب المدرب الرياضي أو بعض الزملاء يطلق عليها مصطلح (الاقناع اللفظي) .

وقد اشار محمد حسن علاوي عن فلتر (1998 Feltz) الى وجود طرائق متعددة في الاقناع اللفظي منها (أ) .
أ- كلام اللاعب مع نفسه :-

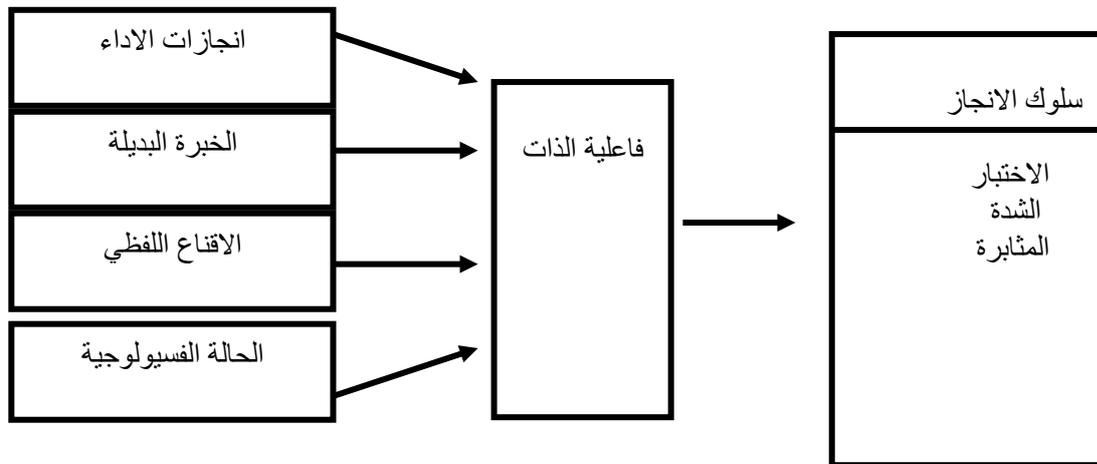
الكلام الذاتي (Self-talk) حيث يحاول اللاعب اقناع نفسه بفاعليته وكفاءته وهناك العديد من لاعبي المستويات العليا يستخدمون مثل هذه الطريقة قبل قيامهم باداء ما في المنافسات الرياضية للعمل على زيادة فاعلية الذات لديهم .

ب- التصور العقلي :-

يقصد بالتصور العقلي انعكاس الاشياء او المظاهر او الاحداث التي سبق للاعب ادراكها في خبراته السابقة ، واهمية التصور تكمن في مدى اقناع اللاعب باعميته وفائدته في تطوير مستواه او اعداده للمنافسات الامر الذي يسهم الى حد كبير في زيادة فاعلية الذات ، واستخدامات التصور العقلي متعددة ومن بينها المساعدة على سرعة التعلم للمهارات الحركية والقدرات الخطئية وحل مشكلات الاداء والمران على المهارات النفسية ... الخ وهو الامر الذي يؤدي الى الارتقاء بمستوى قدرات اللاعب وبالتالي امكانية اقناع الفرد بفاعلية ذاته
4- الحالة الفسيولوجية :-

هناك حالات وظيفية مثل ارتفاع مستوى الاستثارة المرتبطة بحالة ما قبل بداية المنافسات الرياضية او في اثنائها او بعدها وكذلك اللياقة البدنية او التعب او الاجهاد او الالم او تميز اللاعب بحالة وظيفية عالية يمكن ان تؤثر في تقدير اللاعب لمستوى فاعلية الذات لديه حيث ترتبط فاعلية الذات بنوع التغيرات الفسيولوجية التي تحدث قبل لحظة الاداء او قبل لحظة بداية الاشتراك في المنافسة .

" ان هذه العوامل الاربعة تؤثر في مستوى فاعلية الذات والتي بدورها تؤثر في سلوك الانجاز " () . كما هو موضح في الشكل (1)



(١) محمد حسن علاوي ، 1998 ، المصدر السابق ، ص 279 .

(٢) محمد حسن علاوي ، 1998 ، المصدر السابق ، ص 277 .

شكل رقم (1)

يوضح العلاقة بين كل من المصادر الرئيسة للمعلومات وفاعلية الذات وسلوك الانجاز

6-2 العوامل المؤثرة في تكوين الذات لدى الفرد :-

يعد مفهوم الذات من اقدم المفاهيم التي حددت معرفة الطبيعة الانسانية ، وكان مركز الاهتمام في بداية دراسة الذات ينصب على العمليات السلوكية التي بواسطتها يكتب الافراد المعرفة بخصوص انفسهم . وطبيعة وعي ومعرفة الفرد لذاته لها تأثير كبير في سلوكه وشخصيته وهذا يعني ان سلوك الفرد وشخصيته بتأثران بما يحمله من مفهوم لذاته ، ان اهم العوامل المؤثرة في تكوين مفهوم الذات لدى الفرد هي :- (1)

- ١ - العامل العائلي .
- ٢ - العامل المهاري .
- ٣ - عامل الخصائص .

ان الانسان يتفاعل مع البيئة التي يعيش فيها خاص مع المهمين في حياته كالوالدين والاخوان والاقارب والاصدقاء ويبدأ مفهوم الذات والذي يبني على تقييمات الاخرين بشكل كبير ، فاذا كانت هذه التقييمات غير مناسبة هنا من تحدث حالة من التنافر والتي تولد حالة من القلق النفسي ، ويعقد فرويد ان الشخصية تتكون من ثلاثة مكونات هي الذات الدنيا (Id) والانا او الذات (ego) والذات العليا (Super ego) وبين دور كل من المكونات الثلاثة وتفاعلها مما يحدث الصراع ومن ثم المرض النفسي (١) .

7-2 المهارات الاساسية للعبة الكرة الطائرة :-

" المهارات الاساسية هي الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها وحسب الظروف التي تتطلبها لعبة الكرة الطائرة بهدف الوصول الى نتائج ايجابية والاقتصاد في المجهود البدني ، وتاخر ظهور حالة التعب على اللاعبين ، لذلك يجب اتقانها اتقاناً تاماً " (٢) .

ويجب على اللاعبين جميعهم ان يؤدوا المهارات الاساسية جميعها بمستوى متكافئ لكي يتمكن كل لاعب من تنفيذ واجبه اثناء اللعب ، وعليه يتحتم المهارات الفنية الى مراحلها حتى يسهل تعلمها بصورة دقيقة وصحيحة ومع مراعاة مطابقتها لقانون اللعبة ، وعلى الرغم من ان المهارات تبدو سهلة الاداء الا انها تتطلب بذل جهد كبير في دقة اتقانها وذلك لما في دقة اتقانها وذلك لما يفرضه قانون اللعبة من حيث قصر مدة لمس الكرة باطراف الاصابع وصغر حجم الملعب وسرعة طيران الكرة وغيرها من النواحي القانونية الاخرى .

(١) مصطفى عبد السلام : عالم الشخصية ، ط 11 ، بغداد ، مطبعة منير ، 1985 ، ص 80 .

(٢) مصطفى عبد السلام : نفس المصدر ، ص 83 .

(٣) سعد حماد الجميلي : تعليم وتدريب وتحكيم الكرة الطائرة ، ط 1 ، 7 ابريل - ليبيا ، 2000 ، ص 26 .

ولعبة الكرة الطائرة تتكون من مجموعة الحركات يطلق عليها المهارات الفنية الاساس او المبادئ

الاساس وهي :-

١ - مهارة الارسال (Serve) :-

الارسال هو احدى المهارات الاساس الفنية بالكرة الطائرة وينفذ اللاعب الذي يشغل مركز رقم (1) من الخط الخلفي بعد اشارة الحكم (الصافرة) وادخال الكرة في اللعب .

وتتكون مهارة الارسال من :-

١ - الارسال من الاسفل .

٢ - الارسال الجانبي من الاعلى .

٣ - ارسال التنس .

٤ - الارسال المتموج .

٥ - الارسال الخطاف .

٦ - الارسال الساحق .

2- مهارة استقبال الإرسال :-

تعد مهارة استقبال الارسال من المهارات الدفاعية المهمة في لعبة الكرة الطائرة وهي الاساس في بناء

الهجوم ، فكلما نفذت عملية استقبال الارسال بشكل دقيق ومنتقن كانت امكانية نجاح الاعداد للهجوم كبيرة والدفاع عن الارسال هو عملية استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد او الزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعة وقوة الكرة وبتمريرها لاعلى بالساعدين .

3- مهارة الاعداد (Set) :-

" تعد مهارة الاعداد من المهارات الاساسية في لعبة الكرة الطائرة من ناحية استعمالها وتكرارها من قبل

اللاعبين خلال مجريات اللعب تمهيدا لاىصال الكرة الى المكان المناسب لاداء عملية الهجوم " (١) .

اما انواع الاعداد :-

١ - الاعداد الامامي .

٢ - الاعداد الخلفي من فوق الرأس .

٣ - الاعداد بالدرجة خلفاً .

٤ - الاعداد الجانبي .

٥ - الاعداد بالوثب .

4- مهارة الهجوم الساحق (Attack) :-

يعني ضرب الكرة بطرائق مختلفة من فوق الشبكة نحو ملعب المنافس وباحدى الذراعين وبطريقة قانونية

(1) Keith Nicholls. Modem Volleyball. Prined in great Briation . 1978 . P.26 .

وتنقسم مهارة الضرب الساحق الى الانواع الاتية :-

- ١ - الضرب الساحق المواجه .
- ٢ - الضرب الساحق بالدوران .
- ٣ - الضرب الساحق الخطاف بالرسخ .
- ٤ - الضرب الساحق بالخداع .
- ٥ - الضرب الساحق السريع او الخطاف .
- ٦ - الضرب الساحق من المنطقة الخلفية .

5- مهارة حائط الصد (Blocking) :-

هذه المهارة احدى المهارات الاساس بالكرة الطائرة وتعد دفاعية

وهجومية في وقت واحد ، اما انواع مهارة حائط الصد (١) :-

- 1- حائط الصد بلاعب واحد استعماله في اللعب بنسبة 24% .
- 2- حائط صد بلاعبين استعماله في اللعب بنسبة 72% .
- 3- حائط الصد بثلاثة لاعبين استعماله في اللعب بنسبة 4% .
- 6- مهارة الدفاع عن الملعب :-

يقصد بالدفاع عن الملعب انقاذ الكرة المضروبة من الفريق المنافس او المرتدة من حائط الصد وتميرها

بالذراعين او بذراع واحدة سواء كانت التمريرة

من الاسفل او من الاعلى .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

1-3 منهج البحث :-

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته في حل مشكلة البحث .

2-3 مجتمع وعينة البحث :-

من الامور الاساسية التي يجب على الباحث الاهتمام بها هي الحصول على عينة تمثل مجتمع الاصل

تمثيلاً حقيقياً ، ومن خلال ما تقدم فقد كان مجتمع الاصل للبحث هي فرق المحافظات المشاركة في بطولة

الجمهورية بالكرة الطائرة لعام 2005 م والبالغ عددها 10 فرق اذ تم تحديد جميع هذه الفرق لمجتمع البحث وهي

(القادسية ، البصرة ، النجف ، ذي قار ، المثنى ، ميسان ، ديالى ، بابل ، كربلاء ، بغداد) اذ كان المجموع

الكل لمجتمع البحث (110) لاعباً يمثلون هذه الفرق وقد تم استبعاد اللاعب المعد واللاعب الليبرو وكذلك

اللاعبين الذين كانت اجاباتهم غير كاملة وبذلك اصبح عدد افراد العينة (72) لاعباً ، موزعين على (9) فرق

كل فريق (8) لاعبين اذ بلغت نسبة عينة البحث التي تم اجراء البحث عليها 65.4% من مجتمع الاصل كما

في الجدول (1) .

(١) مصطفى علي : الكرة الطائرة (تاريخ ، تعليم ، تدريب ، تحليل ، قانون) ، ط1 ، جامعة حلوان ، 1999 ، ص139 .

جدول (1)

يبين فيه مجتمع وعينة البحث للاعبين فرق المحافظات المشاركين في بطولة الجمهورية بالكرة الطائرة لعام 2005 م

ت	اسم الفريق	عدد اللاعبين المختبرين	المستبعدين	العدد النهائي
١ -	القادسية	12	4	8
٢ -	البصرة	11	3	8
٣ -	النجف	11	3	8
٤ -	ذي قار	10	2	8
٥ -	المتنى	12	4	8
٦ -	ميسان	10	2	8
٧ -	ديالى	10	2	8
٨ -	بابل	11	3	8
٩ -	كربلاء	12	4	8
١٠ -	بغداد	11	11	صفر
المجموع	10 فرق	110	38	72

3-3 ادوات البحث:-

- 1- المصادر والمراجع .
- 2- استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين ملحق (1) .
- 3- استمارة استبيان لاختبار الذات مهارية ملحق (2) .
- 4- كادر العمل المساعد^(١) .

(١) حازم موسى عبد حسون : دكتوراه تربية رياضية ، الاختبارات والقياس ، الكرة الطائرة .

- 1- مقياس الذات المهارية :- وهو مقياس مقنن تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين بينوا انه ملائم للبيئة العراقية كما في الملحق (1) والملحق (2) .
- 2- ترتيب الفرق :- تم الحصول على ترتيب الفرق من الاتحاد العراقي المركزي للكرة الطائرة كما في الملحق (3) .

5-3 الأسس العلمية للاختبار :-

- 1- ثبات الاختبار :- أجرى الباحث اختبار الذات المهارية على عينة مكونة من 10 لاعبين يمثلون نادي السنية الرياضي بتاريخ 2005/9/20 ثم تم اعادة تطبيق الاختبار بعد اسبوع تحت نفس الظروف للاختبار الاول على نفس العينة بعد ذلك تم حساب معامل الارتباط البسيط بين الاختبار الاول والثاني لمعرفة معامل الثبات بينهما كما في الجدول (2) .

جدول (2)

يبين معامل الثبات بأسلوب اعادة اختبار الذات المهارية

الوسائل الاحصائية الاختبار	قيمة معامل الارتباط المحتسبة (*)	الدلالة الاحصائية
الذات المهارية	0.862	معنوي

* قيمة معامل الارتباط الجدولية هي (0.632) عند درجة حرية 8 ومستوى دلالة 0.05 .

2- صدق الاختبار :-

- تم إيجاد صدق الاختبار من خلال جذر معامل الثبات اذ ان جذر معامل الثبات يوجد معامل الصدق الذاتي كما في الجدول (3) .

جدول (3)

يبين معامل الصدق الذاتي لاختبار الذات المهارية

الوسائل الاحصائية الاختبار	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
الذات المهارية	0.862	0.928

6-3 الوسائل الاحصائية (٣)

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- النسبة المئوية .
- 4- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .
- 5- معامل ارتباط الرتب (سبيرمان) = 1 -
- 6- قانون (ت) لمعاملات الارتباط :-
- 7- معاملات الارتباط الجدولية :-
- 4- عرض النتائج ومناقشتها :-
- 1-4 عرض النتائج :-
- 1-1-4 عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج اختبار الذات المهارية

جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار الذات المهارية لعينة البحث

ت	اسم الفريق	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١ -	القادسية	140.25	17.588
٢ -	البصرة	163	12.259
٣ -	النجف	131.125	15.95
٤ -	ذي قار	117.5	13.34
٥ -	المتنى	123.1250	16.73
٦ -	ميسان	130.25	19.86
٧ -	ديالى	105.37	9.48
٨ -	بابل	108.25	15.544

(٣) محمد عبد العال ، حسين مردان عمر :- الإحصاء المتقدم في العلوم التربوية والتربية البدنية مع تطبيقات SPSS ، ط 1 ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ، 2006 .

8.879	114.62	كربلاء	٩ -
22.64	126.91	9 فرق	المجموع

من خلال الجدول (4) تبين ان قيمة الوسط الحسابي لفريق محافظة القادسية هو 140.25 وانحراف معياري 17.58 بينما الوسط الحسابي لفريق محافظة البصرة 163 وانحرافه 12.25 اما بالنسبة لفريق محافظة النجف فكان الوسط الحسابي 131.12 وانحراف معياري 15.95 اما لفريق محافظة ذي قار فأن الوسط حسابي هو 117.5 وانحراف معياري 13.34 والوسط الحسابي لمحافظة المثنى 123.12 وانحراف معياري 16.73 اما بالنسبة لفريق محافظة ميسان فالوسط الحسابي 130.25 وانحراف معياري 19.86 اما لمحافظة ديالى الوسط الحسابي 105.37 وانحراف معياري 9.48 والوسط الحسابي لفريق محافظة بابل 108.25 وانحراف معياري 15.544 اما بالنسبة لفريق محافظة كربلاء وكان الوسط الحسابي 114.62 وانحراف معياري 22.64 اما الوسط الحسابي الكلي 126.91 وانحراف معياري 22.64 .

2-1-4 عرض نتائج علاقة الارتباط بين اختبار الذات المهارية وترتيب الفرق بالكرة الطائرة

لغرض معرفة درجة العلاقة ما بين الذات المهارية وترتيب الفرق بالكرة الطائرة استخدم الباحث معامل ارتباط الرتب (سبيرمان) الى جانب اعتماد اختبار (ت) لايجاد دلالة معنوية معامل الارتباط وكما في الجدول (5)

جدول (5)

يبين العلاقة ما بين الذات المهارية وترتيب الفرق بالكرة الطائرة لعينة البحث

الوسائل الاحصائية	معامل ارتباط الرتب سبيرمان	قيمة (ت) المحسوبة لدلالة معنوية الارتباط	القيمة الجدولية عند درجة حرية 7 ومستوى دلالة 0.05	الدلالة الإحصائية
الاختبار	0.85	4.2	2.36	معنوي
الذات المهارية				
ترتيب الفرق				

من خلال الجدول (5) تبين ان هناك علاقة ارتباط عالية ما بين الذات المهارية وترتيب الفرق بالكرة الطائرة اذ كانت قيمة معامل ارتباط الرتب هي 0.85 فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة هي (4.2) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.36) عند درجة حرية (7) وبمستوى دلالة 0.05 مما يشير الى ان علاقة الذات المهارية بترتيب الفرق كانت قوية جداً حيث ان للذات المهارية اثر كبير على ترتيب الفرق ، كما في الملحق (3) .

2-4 مناقشة النتائج :-

نلاحظ ان الفرق التي حصلت على المراتب الاولى في الترتيب كان اختبار الذات المهارية لها عالي جداً اذ ان اللاعبين لهذه الفرق يمتازون بنشابة كبير ما بين ما يجيب عنه في الاستمارة واداءه الفعلي في المباريات وهذا يدل على الثبات النفسي للاداء والثقة بما يقوم به اللاعب فعلاً اثناء المباريات ، اذ كلما كانت ثقة اللاعب بنفسه عالية يؤدي ذلك الى حصول اجابات للذات المهارية الحقيقية اثناء المباريات من خلال اداء المهارات المختلفة بصورة جيدة كما كان يتصورها في ذهنه وهذه الثقة بالنفس متأتية من خلال الاداء المرضي الذي يقوم به اللاعب اثناء المباريات خلال تقديره لنفسه بمثابة التنبؤ بالاداء المرضي او الجيد من خلال تقدير اللاعب لذاته المهارية التي تعود الى ادراكات نفسية خاصة باللاعب والنتائج التي يحصل عليها او التي يضرها اثناء المباريات من خلال الحسم وتحقيق الفوز ومن امثلة هذه النتائج للاعب تتضمن (الرضا ، التفوق ، النجاح) (أ) .

ان العلاقة بين توقعات الانجاز والانجاز الحقيقي لا تؤدي الى خبرات " نجاح او فشل ذات تأثير ما لم تتجاوب توقعات الانجاز مع قدرات الانجاز الانية " (ب) .

واللاعب يعزو سبب نتائج نجاحه الى عوامل داخلية فان اللاعب غالباً ما يشعر بالفرح والفخر وتقدير الذات بصورة ايجابية وهو الامر الذي يمكن ان يؤثر على ادائه المستقبلي بصورة ايجابية (ب) .

5- الاستنتاجات والتوصيات :-**1-5 الاستنتاجات :-**

1- الذات المهارية ترتبط ارتباطاً معنوياً مع ترتيب فرق المحافظات المشاركة في بطولة الجمهورية بالكرة الطائرة لعام 2005 .

2- ان الفرق التي حصلت على درجات عالية اختبار في اختبار الذات المهارية هي الفرق صاحبة المراتب المتقدمة .

3- الفرق التي حصلت على درجات واطئة في اختبار الذات المهارية هي الفرق صاحبة المراتب المتأخرة .

(أ) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : الاختبارات النفسية والمهارية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987 ، ص440 .

(ب) كامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد ، 1984 ، ص164 .

(ج) محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، ط4 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004 ، ص314 .

2-5 التوصيات :-

- 1- الاهتمام بالذات المهارية لما لها من دور بارز في التعرف على قابليات اللاعبين الحقيقية اثناء المباريات
- 2- الاهتمام بالحالة النفسية للاعب واختباراتهم المتعلقة بالاداء داخل المباريات لانها لها دور مهم في تحقيق النتائج العالية .
- 3- ضرورة قيام المدربين باختبار فرقههم اختبارات نفسية دورية للتعرف على مستويات فرقههم النفسية .
- 4- اجراء بحوث مشابهة على اختبارات نفسية اخرى .
- 5- التأكد على الربط ما بين الاداء الفعلي الذي يقوم به اللاعب وبين ما يفكر فيه قبل الاداء للقيام به .

المصادر

- ١ - هورين ، كارين : صراعات الباطنية ، ترجمة عبد الودود محمود العلي ، دار الثقافة ، القاهرة ، 1988.
- ٢ - وجيه محجوب : موسوعة علم الحركة التعليم وجدولة التدريب ، ط1 ، بغداد ، 2000.
- ٣ - سعد حماد الجميلي : تعليم وتدريب وتحكيم الكرة الطائرة ، ط1 ، 7 ابريل - ليبيا ، 2000.
- ٤ - سوين ، م ريتشارد : علم الامراض النفسية والعقلية ، ترجمة احمد عبد العزيز ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، 1979.
- ٥ - كامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد ، 1984.
- ٦ - غفوري عبد الجبار القيسي : بناء مقياس تقبل الذات لدى معوقي الحرب ، جامعة المستنصرية ، كلية الاداب ، رسالة ماجستير ، 1988.
- ٧ - مصطفى عبد السلام : عالم الشخصية ، ط11 ، بغداد ، مطبعة منير ، 1985.
- ٨ - محمد واحمد يوسف قواسمة : الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من ابناء الامهات العاملات وغير العاملات في الاردن ، ج1 ، العدد6 ، مجلة البحوث التربوية ، 1994.
- ٩ - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : الاختبارات النفسية والمهارية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987.
- ١٠ - محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط7 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998.
- ١١ - محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، ط4 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2004.
- ١٢ - مصطفى علي : الكرة الطائرة (تاريخ ، تعليم ، تدريب ، تحليل ، قانون) ، ط1 ، جامعة حلوان ، 1999.
- ١٣ - محمد عبد العال ، حسين مردان عمر :- الاحصاء المتقدم في العلوم التربوية والتربية البدنية مع تطبيقات SPSS ، ط1 ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ، 2006 .

14-Adler. A: Individual Psychology . Ib Murchision C.Ed . (Psychologies) Clark Univ . U.S.A , 1930 .

- 15- Horney. K. New ways in Psychoanalysis .New York . Norton.1939 .
- 16- Loevinger. Jone: Ego development , Washington1939. .
- 17-G. Rogers. A theory of therapy personality and interpersonal relation ships. As developed in the Client – cetred framework , in S. Koch (ED) . Psychology : A study of Science . Vol 3. Graw-Hill New York1959 .
- 18-. Keith Nicholls. Modem Volleyball. Prined in great Briation . 1978 .
- 19- Vernon. P.E: Personality Assessment , London : Methuen. 1964.

ملحق (1)

مقياس تقدير الذات المهارية للاعبي الكرة الطائرة

التعليمات :-

يحتوي هذا الكتيب على عدد من العبارات التي يمكنك ان تصف بها نفسك كلاعب كرة طائرة وامام كل عبارة خمس خانوات تدل على خمس استجابات محتملة .

اذا وقع اختيارك على الاستجابة الاولى ضع علامة (صح) . في الخانة الاولى واذا وقع اختيارك على الاستجابة الثانية ضع (صح) في الخانة الثانية وهكذا .

ويتضح من ذلك انه ليس هناك استجابات صحيحة واخرى خاطئة فلكل لاعب مستوى معين من المهارات والقدرات .

مثال :

استطيع ان امرر الكرة للمكان الذي اريده .

ابداً نادراً احياناً غالباً دائماً

لاحظ من فضلك انه يفضل ان تختار الاستجابة التي تتبادر الى ذهنك لاول وهلة ولا تضع وقتاً كبيراً في التفكير ، والمرجو ان تكون استجاباتك صادقة حيث انه لن يطلع عليها الا الباحث فقط .

اكتب اسمك وسنك والنادي الذي تلعب له وباقي البيانات في الاماكن المخصصة لها مع رجاء الاجابة على جميع العبارات .

الاسم:

النادي:

تاريخ اليوم: / / 2005

ت	العبارات	ابداً	نادراً	احياناً	غالباً	دائماً
١.	استطيع اداء الارسلات التي تلعب من اسفل بسهولة .					
٢.	اتميز بالقة في تمرير الكرة					
٣.	اتحرك بالسرعة المناسبة					
٤.	يصعب على الحركة الى الخلف					
٥.	بعد الدفاع يمكنني ان اتحرك للتغطية او الهجوم					
٦.	يمكن ان اوجه ضربتي الساحقة الى اللاعب الذي يتصف دفاعه بالضعف					
٧.	اتردد عند استقبال الارسل					
٨.	يمكنني ان انواع ارسلاتي					
٩.	لا احيد الضرب الساحق السريع					
١٠.	يصعب علي عمل حائط صد جيد لضرب السريع					
١١.	استطيع ان احقق نقطة من ضربة الارسل					
١٢.	احيد الدفاع في أي مركز في الملعب					
١٣.	يمكنني ان امرر الكرة مباشرة الى المكان الخالي في ملعب المنافس					
١٤.	احيد ضربالكرة في المنطقة الخلفية					
١٥.	من السهل علي ان اتحرك في أي اتجاه في الملعب					

الاسم:

النادي:

تاريخ اليوم: / / 2005

ت	العبارات	ابداً	نادراً	احياناً	غالباً	دائماً
١٦.	يمكنني ان استقبل الارسال في أي مركز في الملعب					
١٧.	استطيع ان اتحرك بسهولة بعد الاستقبال مباشرة للقيام بواجبات الهجوم					
١٨.	تعرف الفرق المنافسة مدى خطورتي على الشبكة					
١٩.	استطيع ان اعمل دفاع ناجح ضد أي كرة مضروبة اتجاهي .					
٢٠.	يصعب على الفريق المنافس ان يصد ضربتي الساحقة					
٢١.	استطيع ان امرر الكرة الى المكان الذي اريده					
٢٢.	اجيد الدفاع في مركزي فقط ولا اجيد الدفاع في باقي المراكز					
٢٣.	لو كنت في موقف حرج اثناء اللعب يمكنني التصرف					
٢٤.	استطيع توجيه ارسالي الى اللاعب البديل					
٢٥.	تحركاتي في الملعب دقيقة					
٢٦.	يمكنني ان اوجه ارسالي الى اللاعب ضعيف الارسال					
٢٧.	لا احب اداء المهارات التي فيها سقوط على الارض					

٢٨.	اجيد اعداد (رفع) الكرة من الاسفل (بجر)					
-----	--	--	--	--	--	--

الاسم: النادي: تاريخ اليوم: / / 2005

ت	العبارات	ابداً	نادراً	احياناً	غالباً	دائماً
٢٩.	استطيع ان استقبل أي ارسال مهما كان صعباً					
٣٠.	تحركاتي في الملعب تمكنني من حسن اداء واجباتي الهجومية والدفاعية .					
٣١.	يمكنني خداع الفريق المنافس بتمرير الكرة مباشرة التي ملعبهم بدلاً من اعدادها					
٣٢.	عندما اعمل حائط صد للضارب الذي امامي اصد الكرة منه					
٣٣.	اجيد جميع انواع الارسال					
٣٤.	اصعب مهارة هي الطيران الى الامام					
٣٥.	اجيد جميع انواع التمرير					
٣٦.	استطيع ان اللعب الارسال بقوة اعلى الشبكة مباشرة					
٣٧.	انا ضارب ممتاز على الشبكة					
٣٨.	دفاعي في المنطقة الخلفية غير جيد					
٣٩.	يصعب علي ان اوجه استقبالي الى المعد في المكان المناسب له					
٤٠.	بعض تمريراتي لا تعجب زملائي في الملعب					

ملحق (2)

اسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض المقياس عليهم من حيث ملائمة البحث والنية الوافية

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
١.	محمد جاسم عرب	أ.د.	علم النفس	جامعة القادسية / كلية التربية الرياضية
٢.	عبد الكريم جاسم	أ.م.د.	علم النفس	جامعة القادسية / كلية التربية
٣.	كاظم جبر	أ.م.د.	علم النفس	جامعة القادسية / كلية التربية
٤.	ياسين علوان	أ.م.د.	علم النفس	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية

ملحق (3)

يبين مجموع الدرجات الخام لاختبار الذات المهارية لعينة البحث

ت	الفرق	الذات المهارية
١.	القادسية	1122
٢.	البصرة	1304
٣.	النجف	1049
٤.	ذي قار	940
٥.	المتنى	985
٦.	ميسان	1042
٧.	ديالى	843

866	بابل	.٨
917	كربلاء	.٩

ملحق (4)

بسم الله الرحمن الرحيم

العدد :
التاريخ : 2005 / /

الاتحاد العراقي المركزي
للكرة الطائرة

إلى / جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية

م / ترتيب فرق

ادناه ترتيب فرق محافظات القطر المشاركين في بطولة الجمهورية بالكرة الطائرة التي اقيمت في محافظة كربلاء لعام 2005 .

الترتيب	اسم الفريق
الاول	القادسية
الثاني	البصرة
الثالث	النجف
الرابع	ذي قار
الخامس	المتنى
السادس	ميسان
السابع	ديالى
الثامن	بابل
التاسع	كربلاء

دراسة مقارنة لمستوى السلوك العدواني للمتعبين و غير المتعبين للمنشطات الستيرويدية البنائية من لاعبي بناء الأجسام

بحث مسحي

من قبل

م. قيس سعيد دايم

م.د. رحيم رويح حبيب

2007

الباب الأول

1-1 المقدمة و أهمية البحث :

دأب الإنسان و منذو القدم على الاهتمام بمظهرة من الناحية الجسمانية و تطلع الى تكامل البنية الجسدية بما يمكن أن يعطي للأفراد الآخرين انطباعاً بالسيطرة و القوة حتى أصبحت هذه الرغبة في امتلاك بنية جسماني ة قوية و عضلات بارزة و مفتولة لعبة لها عشاقها على مستوى العالم بأسرة وعلى هذا الأساس انتشرت هذه اللعبة انتشارا واسعاً على مستوى الرياضة التنافسية و كذلك على مستوى اللياقة البدنية و الكمال الجسماني من غير التنافس، ولما كانت هذه الرياضة من أصعب الرياضات الموجودة من كونها حيث تتطلب رفع أوزان و أحمال عالية و تدريبات عنيفة للوصول الى الضخامة العضلية للفرد الممارس ،

أصبح كثير من الأفراد يحاول الوصول الى هذا الكمال الجسماني بأسرع الطرق الممكنة وقل جهد فاتجه كثير من هؤلاء الشباب الى تعاطي بعض أنواع المنشطات الهرمونية البنائية والتي من شأنها أن تزيد ضخامة العضلة بحيث تعمل هذه المنشطات على زيادة كمية الهرمونات البنائية المسببة لضخامة العضلات و مما لا شك فيه إن الزيادة الغير طبيعية لهذه المواد داخل الجسم سوف يؤدي إلى أعراض جانبية خطيرة من أهمها التشوهات الخلقية و العقم و الاضطرابات النفسية وغيرها ، وأصبح المتعاطين لهذه المنشطات يسلكون سلوكاً غير طبيعي في تعاملهم مع الآخرين ، و يلاحظ ذلك في سلوكهم العدواني ضد أفراد أو أشياء باعتبار أن الكميات الغير طبيعية المنتجة في الجسم أو المضافة إليه من الهرمونات الذكورية أو الستيرويدية هي مسببة لانفعالات عنيفة داخل الجسم و يذكر الدكتور (وئام محمود المنسي: 2005) إن الأفراد الذين يمتلكون معدلات اعلى من الهرمونات الستيرويدية سريعو الانفعال واعنف من الأفراد أصحاب المستويات المعتدلة من تلك الهرمونات . ومن خلال ما تقدم جاءت أهمية البحث وذلك للتعرف على اثر تعاطي المنشطات البنائية في سلوك الفرد العدواني ولتعريف العاملين في المجال الرياضي عموماً ولعبة بناء الأجسام خصوصاً مخاطر هذه المنشطات وفعاليتها المتزايدة في حصول اضطرابات نفسية لدى الرياضي ن المتعاطين لهذا النوع من المنشطات وإن التوجه إلى الحد والتقليل وعدم تعاطيها يعتبر من الأوليات الواجب تقديمها للفرد الرياضي.

1-2 مشكلة البحث :

مما لا شك فيه ان التطور الحاصل في كافة المجالات قد يتطلب من الفرد وخصوصاً من الفرد الرياضي تكاملاً بدنياً ونفسياً، فيتجه كثير من الرياضي ن إلى الاهتمام بالجانب البدني لبناء عضلاتهم أو الاشتراك في المسابقات الرياضية كبناء الأجسام مثلاً أو لتحسين مظهرهم أو شكلهم الخارجي ويتم ذلك بطرق صناعية أو طبيعية . فمن خلال ملاحظة الباحثين وتتبعهم لعدد من لاعبي بناء الأجسام وجد أن نسبة كبيرة منهم يميلون إلى السلوك العدواني ضد الآخرين وخصوصاً الأفراد الذين يتعاطون المنشطات البنائية مما يمكن ان يؤثر ارتباط تلك المنشطات الستيرويدية البنائية بالسلوك العدواني المرتفع لدى لاعبي بناء الاجسام. ومن هنا برزت مشكلة البحث لمعرفة مستويات السلوك العدواني لدى المتعاطين وغير المتعاطين للمنشطات البنائية وكذلك معرفة الفروق بينهم مما يساعد في نشر الوعي ضد مساوئ هذه المنشطات وتجنب تناولها بصورة عشوائية.

1-3 اهداف البحث :

يهدف البحث إلى:

- 1- التعرف على مستوى السلوك العدواني لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين وغير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية .
- 2- التعرف على الفروق في السلوك العدواني لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين وغير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية .

1 - 4 فروض البحث :

يفترض الباحثان ما يلي :

1. هنالك مستويات متفاوتة في السلوك العدواني لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين وغير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية.
2. هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى السلوك العدواني لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين وغير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية.

1- 5 مجالات البحث :

- 1 - 5 - 1 المجال البشري: عينة من لاعبي بناء الأجسام في محافظة القادسية والمسجلين في كشوفات اللجنة الاولمبية الوطنية العراقية
- 1 - 5 - 2 المجال المكاني: قاعة المستقبل لبناء الأجسام ونادي الديوانية الرياضي في محافظة القادسية.

1 - 5 - 3 المجال الزمني : من الفترة 2007 /6/15 ولغاية 2007 /7/15

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية :

1-2 السلوك العدواني :

يتسم السلوك العدواني بأنه ظاهرة نفسية اجتماعية تظهر في أشكال وأساليب مختلفة ، الا انها تعني جميعها العدوان فهو احد الصفات البشرية لازمت الإنسان منذ القدم . لذا فقد افترض البعض ان اصل العدوان فطري بينما يرى البعض الاخر ان الانسان ليس عدوانيا بطبعه، وإنما يصبح كذلك نتيجة للإحباط الذي يتعرض له خلال مواقف الحياة. ويرى اخرون ان العدوان هو نتيجة لعمليات التعلم والتطبيع الاجتماعي والسلوك العدواني باعتباره ظاهرة نفسي اجتماعية ، وهو حدث واضح يبدو في تعامل الأفراد في مختلف المجالات مع بعضهم البعض وتعتبر السمات الشخصية للفرد الرياضي هي الوحدة الأساسية للشخصية الثابتة نسبيا والتي تؤثر على سلوكه و اختلافه بين الرياضي ن . ولكن من جانب

آخر نجد إن المواقف لها تأثيرها على سلوك الرياضي، الأمر الذي يجعلنا لا نستطيع أن ننظر إلى شخصية الرياضي كما لو كان متسقة من المواقف التنافسية أو التدريبية أو الحياتية التي تمر بها أو توجد فيها. (عوديشو: 2002، ص 37-39).

فالشخصية كنظام من السمات الداخلية لها صفة العمومية، حيث ان الموقف الذي يوجد فيه الفرد يلعب دوراً في تحديد سلوكه فقد يكون عدوانياً في موقف ، وغير عدواني في موقف اخر ، رغم توافر سمة العدوان فيه .

وتؤكد ذلك (اناستاسي Anastasi) حيث تذكر ان هذه النوعية الموقفية تميز سمة العدوان وان الفروق الفردية في السلوك العدواني تبدو مرتبطة لا في الفروق الاساسية في الشخصية فقط من حيث التحكم في اثاره الدافع و التحكم في تفريغ الطاقة ، وانما تكون مرتبطة كذلك بنوع الموقف الذي يجربه الفرد . (فوزي : 2003 ، ص 265) .

2-2 مظاهر السلوك العدواني :

يمثل العدوان أربعة مظاهر تساهم في التغلب على الغموض الذي يتضمن التقدير الشامل للعدوان من خلال تقدير شدة هذه الأبعاد الأربعة للعدوان، الأمر الذي يفسر الاختلافات الفردية لسمة العدوان بين اللاعبين بصورة أفضل تساعد في وضع الاستراتيجيات اللازمة والمناسبة للتغلب على هذا السلوك غير المقبول

وفيما يلي التحديد الوصفي لهذه الأبعاد الأربعة وهي : (علاوي : 1998، ص، 472)
1- بعد التهجم :

يميل أصحاب الدرجات المرتفعة لهذا البعد إلى العنف البدني و الاحتكاك الجسدي مع الآخرين و يعشقون الدخول في المعارك او الشجارات ولا يستطيعون التحكم في اندفاعهم نحو إيذاء الآخرين وقد يبادرون الى الاعتداء اذا شعروا بنية الآخرين الاعتداء عليهم ، ويعرفهم الناس بأنهم أشخاص هجوميين ولديهم استعداد واضح للاعتداء عندما يمتلكهم الانفعال .

2- بعد العدوان اللفظي :

أصحاب الدرجات المرتفعة لهذا البعد يستخدمون لهجة عنيفة او كلمات جارحة عندما يغضبون و إظهار انفعالات سلبية تبدو واضحة في سلوكهم اللفظي، و تتمثل في الجدل الفارغ ، الصياح ، التهديد ، السب و المغالاة في النقد .

3- بعد سرعة الاستئارة :

أصحاب الدرجات المرتفعة لهذا البعد يفقدون أعصابهم بسهولة ويظهر عليهم الاضطراب و الارتباك في المواقف الصعبة و يظهر على وجوههم الغضب بصورة واضحة و تسهل استئارتهم و تبدوا عليهم العصبية و النرفزة في العديد من المواقف كما يصعب عليهم السيطرة على انفعالاتهم.

اصحاب الدرجات المرتفعة لهذا البعد يسقطون غضبهم على الآخرين عندما يشعرون بالإحباط ويقومون بإلقاء الأشياء او يحاولون كسرها عندما يفقدون أعصابهم او يحاولون الاعتداء على مصدر خارجي غير المصدر الأصلي المسبب للإحباط كما يتميزون باستجابات غاضبة غير محددة الاتجاه.

2-3 المنشطات البنائية (الستيرويدية) :

ان عقاقير الستيرويد لاشك في انها تزيد من سرعة نمو العضلة و تكسب الوزن و القوة ، لانيها بالمقابل ستؤدي بالنتيجة الى خسارة جميع المكاسب المزيفة التي يحصل عليها الفرد وان ما يجري فعلاً عند اخذ حبة او ابرة من الستيرويد سوف تزيد عملياً من معدل التستوستيرون أي المادة التي تعطي للرجل رجولته ويصبح جسده اكبر حجماً وأقوى مؤقتاً و حين يلحظ الجسد هذه الزيادة في المعدل يخفف إفرازه الذاتي للمادة تلك ، مما تدعوا الحاجة عندها الى زيادة كمية الستيرويد بغية الحصول على الفاعلية نفسها في تنمية العضلات ، فيزداد بالتالي المعدل العام للتستوستيرون ليصبح غير طبيعي على الإطلاق عندها يضطر الرياضي لتناول المزيد من الستيرويد لزيادة المكاسب ولكن لسوء كلما ازداة مدة تناولة ازداة العوارض الجانبية سوءاً . وحالما يتم التوقف يكون إفراز الجسد الطبيعي لهذه المادة قد هبط تقريباً الى الصفر وعندها لن يكون قادراً على تحمل تلك القوة الجسدية و الحل عندها يكون بتخفيض قوة العضلات وانتظار عودة الجسم الى الحالة الطبيعية هذا إذا عاد . كما وان العامل النفسي لا يقل أهمية أيضا حيث ان التفهقر بعد ان تكون متقدماً هو سيئ جداً من الناحية المعنوية، وهذا ما يتعرض له الرياضي عادةً بحيث انه لا يستطيع إيقاف استعمال الستيرويد و إلا خسر قوته و نموه لذلك نجده يتابع تناوله معرضاً لأخطار اكبر ومن هنا يكون الأفضل ان تتم عملية النمو طبيعياً بواسطة التدريبات الصعبة و الغذاء الجيد . (فورلاسل: 1993، ص 102)

ويذكر ان متعاطي الستيرويد يتعرضون الى كثير من الأمراض تبدأ من حب الشباب وتصل في بعض الأحيان الى سرطان الكبد كما تشمل الأمراض النفسية حيث يصبح متعاطيها متمسك بالعدوانية والشجار و الاكتئاب والإحباط و الرغبة في القتال . (فورلاسل: 1993، ص 105)

الباب الثالث

3 - منهج البحث و اجراءاته الميدانية:

3 - 1 منهج البحث :

ان مشكلة البحث المراد دراستها تحدد المنهج المستخدم في سبيل الوصول الى هدف البحث المطلوب ، فقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي كونه المنهج الملائم لطبيعة البحث ، إذ

يؤكد (وحيه محجوب: 1992) " إن استخدام المنهج الوصفي هو التصور الدقيق للعلاقات

المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات بحيث يعطي البحث صورة للواقع
الحياتي ووضع المؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية"

3-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من (36) لاعبا اختيروا بالطريقة العمدية من مجتمع الأصل
والبالغ (47) لاعبا في رياضة بناء الأجسام في محافظة القادسية ومن المسجلين ضمن
كشوفات اللجنة الاولمبية الوطنية العراقية وقد مثلت العينة نسبة (76 %) من مجتمع الأصل
، اذ تم تقسيمهم الى مجموعتين وبواقع (18) لاعبا لكل مجموعة ، حيث مثلت المجموعة
الأولى المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية والمجموعة الثانية من غير المتعاطين لتلك
المنشطات ، بعد أن اجري عليهم التكافؤ من حيث العمر التدريبي فقط .

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة :

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية
2. مقياس السلوك العدواني(تحليل الذات العدوانية)
3. حاسبة بانتيوم 4
4. مواد قرطاسية.

3-4 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأحد الموافق 8 / 7 / 2007 وذلك للوقوف
على أهم العقبات التي قد تواجه الباحثين أثناء إجراء التجربة الرئيسية فضلا عن معرفة
صلاحية القاعة والاستمارات التي توزع على العينة ومدى تجاوب تلك العينة معها، بعد ان
تم اخذ ثلاثة لاعبين من مجتمع الأصل والذين تم استبعادهم من عينة البحث.

3-5 إجراءات البحث الرئيسية :

- بعد الإطلاع على بعض المصادر في علم النفس العام وكذلك علم النفس
الرياضي والإطلاع على مقاييس العدوان فقد اختار الباحثان مقياس تحليل أذات العدوانية
(علاوي : 1998،ص، 474) كونه مناسباً لقياس سمة العدوان والتي تمثلت بأربعة أبعاد
(بعد التهجم ، بعد العدوان اللفظي ، بعد سرعة الاستثارة ، بعد العدوان غير المباشر) ، ثم
قام الباحثان بطباعة المقياس في استمارات خاصة وتحتوي على (40) عبارة وبواقع (10)
عبارات لكل بعد ، تشمل (6) عبارات باتجاه سمة العدوان ، 4 عبارات بعكس سمة العدوان
(وتوزع على أفراد عينة البحث ومن ثم يشرح لأفراد العينة أهمية البحث ، ويطلب منهم أن

يجيبوا على كل عبارة بكل صدق وصراحة خدمة لهذه العينة ، ثم بعد ذلك جمعت الاستمارات وبوبة وفرغت البيانات في استمارات خاصة لغرض معالجتها إحصائياً .

3- 6 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثان الوسائل الآتية: (رضوان: 2002: ص 267)

١. اختبار T.test لحساب معنوية الفروق .
٢. الوسط الحسابي.
٣. الانحراف المعياري.
٤. قانون النسبة المئوية.

الباب الرابع

4- عرض و مناقشة النتائج :

1-4 عرض النتائج :

جدول (1)

يبين العدد الكلي و الجزئي و نسبة الإجابة عن البدائل لأبعاد المقياس الأربعة

المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية				ابعاد السلوك العدواني
النسبة	الكلي	الجزئي	العبارات	بعد التهجم ، بعد سرعة الاستثارة ، بعد العدوان اللفظي ، بعد العدوان المباشر
30 %	720	216	وافق بدرجة كبيرة جداً	
25 %		180	وافق بدرجة كبيرة	
17 %		123	وافق بدرجة متوسطة	
13 %		93	وافق بدرجة قليلة	
15 %		108	وافق بدرجة قليلة جداً	

الغير متعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية			
النسبة	الكلي	الجزئي	العبارات
19 %	720	136	وافق بدرجة كبيرة جداً
18 %		130	وافق بدرجة كبيرة
21 %		152	وافق بدرجة متوسطة
22 %		158	وافق بدرجة قليلة
20 %		144	وافق بدرجة قليلة جداً

من خلال ملاحظة الجدول (1) والذي يمثل مستوى السلوك العدواني لابعاده الاربعة (بعد التهجم، بعد العدوان اللفظي ، بعد سرعة الاستثارة ، بعد العدوان الغير مباشر) لدى افراد عينة البحث من المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية تبين ان الاجابات عند المقياس كانت كالآتي ، وافق بدرجة كبيرة جدا (216) اجابة أي كانت بنسبة (30%) في حين كانت الاجابة وافق بدرجة كبيرة (180) اجابة أي كانت بنسبة (25%) ، اما الاجابة وافق بدرجة متوسطة بلغت (123) أي بنسبة (17%) في حين كانت الاجابة وافق بدرجة قليلة كانت (108) اجابة أي بنسبة (15%) ، علما ان عدد عبارات المقياس كانت (40) عبارة ولعينة مكونة من (18) فرد من المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية . أما فيما يخص إجابات أفراد العينة من غير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية فكانت الإجابة للعبارة وافق بدرجة كبيرة جدا بلغت (136) اجابة أي بنسبة (19%) بينما أوافق بدرجة كبيرة بلغت (130) إجابة أي بنسبة (18%) بينما أوافق بدرجة متوسطة كانت الاجابة (152) إجابة أي بنسبة (21%) في حين كانت الإجابة أوافق بدرجة قليلة (158) إجابة أي بنسبة (22%) أما الإجابة عند عبارة وافق بدرجة قليلة جدا بلغت (144) إجابة أي بنسبة (20%) كذلك كان عدد العبارات للمقياس وبأبعاده الأربعة (40) عبارة لأفراد العينة الغير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية والبالغ عددهم (18) فرد .

الجدول (2)

يبين قيم الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيمة T المحتسبة و الجدولية و معنوية الفروق

المعنوية	T الجدولية	T المحتسبة	الغيرمتعاطين للمنشاطات السترويدية البنائية		المتعاطين للمنشاطات السترويدية البنائية		ابعاد السلوك العدواني
معنوي	2.042	4.624	27	س	35	س	بعد التهجم
			5.28	ع	5.107	ع	
عشوائي		1.53	27.25	س	29.6	س	بعد العدوان اللفظي
			4.9	ع	4.31	ع	
معنوي		4.81	29	س	37.3	س	بعد سرعة الاستئارة
			5.37	ع	4.57	ع	
معنوي		2.22	25.7	س	29.1	س	بعد العدوان غير المباشر
			5.02	ع	4.15	ع	

* علماً ان درجة الحرية (34) وبمستوى دلالة 0.05

اما الجدول (2) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (T.test) ومعنوية الفروق لأفراد عينة البحث من المتعاطين والغير متعاطي ن للمنشاطات السترويدية البنائية وأثرها في الابعاد الاربعة للسلوك العدواني تبين ان قيمة الوسط الحسابي

لبعد التهجم لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين للمنشطات البنائية كانت (35) وبانحراف معياري (5.107) ، أما أفراد عينة البحث من غير المتعاطين للمنشطات البنائية كان وسطهم الحسابي (27) وبانحراف معياري (5.28) وبعد المقارنة بينهما ، ظهرت النتائج معنوية ، إذ كانت قيمة (T) المحسوبة وبالبالغة (4.624) اكبر من قيمتها الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (34) .

اما بعد العدوان اللفظي فكان الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث من المتعاطين للمنشطات البنائية (29.6) وبانحراف معياري قدرة (4.31) ، في حين بلغ الوسط الحسابي لافراد عينة البحث من غير المتعاطين للمنشطات البنائية (27.25) وبانحراف معياري (4.9) ، وعند مقارنة النتائج ظهرت عشوائية وذلك لان قيمة (T) المحسوبة وبالبالغة (1.53) هي اصغر من قيمتها الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (34) .

اما بعد سرعة الاستثارة فكان الوسط الحسابي للمتعاطين للمنشطات هو (37.3) وبانحراف معياري (4.57) في حين بلغ الوسط الحسابي للغير متعاطين للمنشطات (29) وبانحراف معياري (5.37) ، فظهرت النتائج معنوية وذلك لان قيمة (T) المحسوبة وبالبالغة (4.81) هي اكبر من قيمتها الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (34) .

بينما في بعد العدوان الغير مباشر كان الوسط الحسابي للمتعاطين للمنشطات (29.1) وبانحراف معياري قدرة (4.15) في حين بلغ الوسط الحسابي لغير المتعاطين للمنشطات (25.7) وبانحراف معياري (5.02) ، فكانت النتائج معنوية وذلك لان قيمتها المحسوبة وبالبالغة (2.22) هي اكبر من قيمتها الجدولية . *

2-4 مناقشة النتائج :

من خلال النتائج التي ظهرت في الجدول (1) والتي تبين النسب المئوية للإجابة عند العبارات (أوافق بدرجة كبيرة جدا ، أوافق بدرجة كبيرة ، أوافق بدرجة متوسطة ، أوافق بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة قليلة جدا) ظهرت وبشكل واضح ان نسبة الاستجابة لعبارات (أوافق بدرجة كبيرة جدا ، أوافق بدرجة كبيرة) لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية (55%) والتي تمثل اتجاه الأفراد للسلوك العدواني مقارنة مع الإجابات (أوافق بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة قليلة جدا) والتي بلغت (28%) والتي تمثل الابتعاد عن السلوك العدواني .

أما أفراد عينة البحث من غير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية ، فكانت نسبة الإجابة عن العبارات (أوافق بدرجة كبيرة جدا ، أوافق بدرجة كبيرة) هي (27%) والتي تمثل

* قيمة (T) الجدولية (2.042) وبدرجة حرية (34) تحت مستوى دلالة (0.05)

اتجاه السلوك العدوانى والتي هي اقل من العينة التي تتعاطى المنشطات ، بينما كانت نسبة الإجابة عند العبارات (أوافق بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة قليلة جدا) والتي بلغت (28%) وتمثل الابتعاد عن السلوك العدوانى.

بينما أفراد عينة البحث من غير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية كانت نسبة الإجابة عن العبارات (أوافق بدرجة كبيرة جدا، أوافق بدرجة كبيرة) هي (27%) والتي تمثل اتجاه السلوك العدوانى وهي اقل من العينة التي تتعاطى المنشطات ، بينما كانت نسبة الإجابة عند العبارات (أوافق بدرجة قليلة ، أوافق بدرجة قليلة جدا) هي (42%) والتي تمثل الابتعاد عن السلوك العدوانى لدى افراد عينة البحث وهي اعلى من العينة التي تتعاطى المنشطات ، ومن هنا نلاحظ التفاوت الواضح في الإجابات التي تمثل درجة مرتفعة من السلوك العدوانى لدى الافراد المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية وبعكس الغير متعاطين لتلك المنشطات. ومن خلال ذلك فقد تحقق فرض البحث الأول والذي يذكر بان هنالك مستويات متفاوتة في السلوك العدوانى لدى أفراد عيني البحث من المتعاطين والغير متعاطين للمنشطات النائية ويعزى الباحثان سبب هذا التفاوت الواضح بين العينتين الى نوع هذه المنشطات ، حيث يكون اغلبها هي استخلاص للهرمونات الذكرية ومحفزة لها أيضا مما يسبب انفعالات واضطرابات بدنية ونفسية ، وهذا ما أكد عليه عزت عبد العظيم الطويل : (2007 : ص 55) ، اذ يذكر " بان هنالك علاقة ايجابية بين العنف والعدوانية من جهة وبين الحقن بالهرمونات الذكرية من ناحية أخرى" .

اما في الجدول (2) فقد ظهرت الفروق بين المتعاطين والغير متعاطين للمنشطات في الأبعاد الاربعه للسلوك العدوانى ، بان هنالك فروق معنوية في كل من الأبعاد (بعد التهجم ، بعد العدوان الغير مباشر ، بعد سرعة الاستثارة) وهذا جاء محققاً للفرض الثاني من البحث والذي يذكر بان هنالك فروقا ذات دلالة إحصائية في السلوك العدوانى لدى أفراد عينة البحث بينما كان بعد العدوان اللفظي ذو دلالة عشوائية وهذا لا يتفق مع الفرض الثاني للبحث. ويعزى الباحث سبب ذلك الى تعاطي المنشطات الستيرويدية التي تؤثر بشكل مباشر في النواحي البيولوجية والانفعالية لدى الفرد مما يسبب ميل الى الاحتكاك الجسدي مع الافراد الذين يوجه ضدهم العدوان وهذا ما يؤكده (بركات حمزة حسن : 2007 : 86) اذ

يرى عدم اقتصار دوافع اوسباب العدوان على العوامل النفسية او الاجتماعية بل امتدت لتشمل الجوانب البيولوجية أيضا وكذلك يرى كل من (ساري احمد ، نورمان عبد الرزاق) ان المنشطات الستيرويدية تؤثر على الصحة العامة تأثيرا سلبيا وكذلك تؤثر على القدرة الذهنية والنفسية للفرد وهذا الامر ينعكس على الاشخاص المحيطين بالشخص الذي يتعاطى تلك الستيرويدات أما بعد العدوان

اللفظي والذي ظهر عشوائيا كون هذا النوع من العدوان يتطلب استحضار لكلمات ربما لا يستطيع بعض الأفراد توفيرها وأيضا لا يعتمد هذا النوع من العدوان على الجسد كعامل أساسي لظهور العدوان على الأفراد الآخرين .

الباب الخامس

5- الاستنتاجات و التوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

استنتج الباحثان ماياتي :

- ١ . ظهور نسبة مرتفعة في الاجابة (55%) لعبارات (وافق بدرجة كبيرة جدا ، اوافق بدرجة كبيرة) لدى المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية مما يؤشر سلوكاً عدوانياً مرتفعاً .
- ٢ . ظهور نسبة مرتفعة في الاجابة (42%) لعبارات (وافق بدرجة قليلة ، اوافق بدرجة قليلة جدا) لدى غير المتعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية مما يؤشر تراجعاً في السلوك العدواني لديهم .
- ٣ . ظهور فروق معنوية في أبعاد (بعد التهجم ، بعد العدوان الغير مباشر ، بعد سرعة الاستثارة) لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين والغير متعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية.
- ٤ . ظهر الفرق عشوائياً في بعد العدوان اللفظي لدى أفراد عينة البحث من المتعاطين والغير متعاطين للمنشطات الستيرويدية البنائية.

5 – 2 التوصيات :

يوصي الباحثان ماياتي :

١. عدم تعاطي المنشطات الستيرويدية البنائية الا بعد استشارة الاطباء والمختصين ،
لوصفهم كمية ونوعية المادة المنشطة عند تعاطيها حتى لا يكون لها اثارها السلبية
على الفرد الرياضي .
٢. ضرورة تنبيه المدربين والرياضيو ن في الأنشطة الرياضية المختلفة بشكل عام ولعبة
بناء الأجسام بشكل خاص الى مخاطر المنشطات والتي تؤثر سلبا في الفرد الرياضي
٣. نشر الوعي وتشجيع الصلات والنوادي والتجمعات الرياضية على إصدار نشرات دورية
للتعريف بمساوئ المنشطات في المجال الرياضي .
٤. اجراء اختبارات وفحوصات نفسية للرياضيين وبشكل منتظم للتعرف على اللياقة النفسية
وتجنب أي مشاكل يمكن ان يتعرض لها الفرد الرياضي.
- 5- اجراء البحوث والدراسات العلمية الميدانية في هذا المجال (البيولوجي - النفسي
) لما له من اثر واضح في المستويات الرياضية والإنجاز .
المصادر
١. احمد امين فوزي : مبادئ علم النفس الرياضي ، القاهرة، دارالفكر العربي ، ط 1 ، 2003.
٢. البرت فور لاسل : كمال الاجسام ،بيروت ، الدار العربية ، للعلوم ، ط 1 ، 1993.
٣. تيرس عوديشو : دليل الرياضي للاعداد البدني ، عمان ، الاردن ، دار وائل للنشر ، ط 1
، 2002 .
٤. ساري احمد حمدان، نورمان سليم: اللياقة البدنية و الصحة ، عمان الأردن ، دار وائل
للتنشر، ط 1 ، 2001 .
٥. محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية ، القاهرة ، ط 1 ، 1998.
٦. محمد نصر الدين رضوان : الاحصاء الوصفي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط 1 ،
2002 .
٧. وئام محمود المنسي <http://www.kamalagsam.com/forums/lofiversion/>
٨. بركات حمزة حسين <http://home.birzeit.edu/dsp/arabic/news/other/2005>
٩. عزت عبد العظيم الطويل <http://www.elazayem.com/agression.htm>

القدرة اللاهوائية وعلاقتها بدقة الاداء المهاري للضرب الساحق بالكرة الطائرة

بحث وصفي

على منتخب جامعة القادسية بالكرة الطائرة

للعام الدراسي 2006-2007

من قبل

م.د. حازم موسى عبد حسون العامري

م.د. المدرس الدكتور سلام جبار

م.م. حيدر بلاش

1- التعرف بالبحث :

1-1- المقدمة وأهمية البحث :

أن التطور الحاصل في مختلف الفعاليات الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة يرجع الى التخطيط السليم المبني على أسس علمية وفعالة مستنداً على نتائج البحوث والدراسات في العلوم الاساسية والمصاحبة للتربية الرياضية ، وعلم التدريب الرياضي يعد واحداً من العلوم التي أرتباطت بالعلوم الأخرى، والذي من خلاله يمكن تطوير الأداء البدني والمهاري والخططي لتحقيق إنجازات أفضل .

ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب التي يرتبط تطور مستوى أداء لاعبيها بالقدرات الوظيفية والبدنية والخططية والنفسية وغيرها ، مما يحتم على الباحثين والمدرسين اعتماد المناهج التدريبية الحديثة والتعرف على مستويات وقدرات اللاعبين الوظيفية والمهارية والخططية والبدنية ، ومن خلال الوقوف على الحالة التدريبية للاعبين ينبغي الاستعانة بالاختبارات والقياسات المناسبة لمعرفة مستوياتهم لأن الاختبارات هي " إحدى وسائل

التقويم والقياس والتشخيص والتوجيه في المناهج والبرنامج والخطط المختلفة لجميع المستويات والمراحل العمرية فهي تقوم بدور المؤشر ، وتشير بوضوح إلى مدى التقدم والنجاح في تحقيق الأهداف الموضوعية " (1) . ومن خلال رغبة الباحثين وشعورهم بضرورة التعرف على قدرات لاعبي الكرة الطائرة الوظيفية والبدنية ومعدلات تقدمهم وتقويمها ، والوقوف على بعض المسببات التي تقف حائلاً دون تقدم مستوى أداء الفني لهم وخصوصاً في بعض القدرات الوظيفية والمهارية ، وبالتالي تحسين مستوى أداء هذه القدرات وصولاً إلى أفضل إنجازات ، الأمر الذي يجعل هذا البحث يساهم مساهمة جادة في حل المشكلات الميدانية التي تعكس في ذلك تردي النتائج في لعبة الكرة الطائرة تحديداً .

2-1 مشكلة البحث :

مهارة الضرب الساحق هي إحدى المهارات الهجومية الأساسية في لعبة الكرة الطائرة ومن خلال أجادتها يتفوق الفريق ويحصد النقاط مباشرة ومن ثم الفوز ، وتعد هذه اللعبة من الألعاب ذات العمل المناوب لنظامين من أنظمة الطاقة هما (نظام الطاقة اللاهوائي) والنظام الهوائي التي تعتمد على كفاءة عمل العضلات والجهاز العصبي ، ومن هنا تكمن مشكلة البحث بوجود تفاوت في مستوى أداء لاعبي الكرة الطائرة خلال الشوط الواحد وأشواط المباراة ، مما دفع الباحثون إلى القيام بدراسة العلاقة بين بعض القدرات الوظيفية (اللاهوائية) ودقة أداء مهارة الضرب الساحق والوقوف على مستوى الأداء الوظيفي والبدني والمهاري للاعبين ، وما يجب أن يكونوا عليه مستقبلاً .

3-1 أهداف البحث :

١. التعرف على قيم بعض القدرات اللاهوائية والمهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة .
٢. التعرف على العلاقة بين بعض القدرات اللاهوائية ودقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة.

4-1 فروض البحث :

١. وجود علاقة ذات دلالة إحصائية لقيم القدرة اللاهوائية والمهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة .
٢. وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين القدرة اللاهوائية ودقة الاداء المهاري للضرب الساحق بالكرة الطائرة .

5-1 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : منتخب جامعة القادسية / كلية التربية الرياضية/جامعة القادسية .
- 2-5-1 المجال المكاني :القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية الرياضية/ جامعة القادسية.
- 3-5-1-المجال الزمني : للمدة من 2006/11/10 ولغاية 2007/4/1 م .

(1) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين : اللياقة البدنية ومكوناتها الأسس النظرية - الأعداد والبدني - طرق القياس ، ط

1، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997، ص 267 .

2- الدراسات النظرية والمشابهة

1-2 الدراسات النظرية :

2-1-1 الكفاية الوظيفية للاعب الكرة الطائرة :

أصبح واجباً على جميع العاملين في مجال التدريب الرياضي معرفة القدرات الوظيفية التي يمتاز بها الفرد الرياضي عن طريق إجراء بعض القياسات والفيولوجية الخاصة بنوع النشاط المعني " إذ تتميز الكرة الطائرة بتأثيرها الشامل في أجهزة الجسم وأعضائه المختلفة بما يضمن التناسق والتكامل في الأداء أثناء تطبيق المهارات الأساسية المختلفة ، ويعتمد الأداء الماهر على مقدرة اللاعب لتشكيل أوضاع جسمه في الفراغ على استخدام مستويات متباينة من القوى بالمقدار الصحيح والمناسب لنوع المهارة ، وهذا يتطلب أن يكون اللاعب على مستوى عالٍ من الكفاية البدنية والوظيفية التي تمكنه من تطبيق الأنواع المختلفة من المهارات بمستوى عالٍ من الدقة والفاعلية والكفاية العضلية أثناء الأداء " (1) .

وقد أصبح من الضروري التعرف على القدرات الوظيفية التي تميز لاعب الكرة الطائرة وتوضيح مدى قدراته على تحمل أعباء التدريب وبرمجه على وفق كفايته الوظيفية فالاختبارات والفحوصات الوظيفية ونتائجها هي علامة دالة على مدى ملائمة الفرد لممارسة نشاط معين على وفق المؤشرات الوظيفية له" (1) ، وتتميز لعبه الكرة الطائرة مثل بقية الألعاب والفعاليات الرياضية الأخرى بأن برامجها التدريبية تبنى على أساس إنتاج الطاقة ، ويعد ثلاثي أدينوسين الفوسفات (ATP) المصدر الرئيس لإنتاج الطاقة في الخلية العضلية وهذا المركب مخزون في خلايا الجسم العضلية للقيام بالوظائف الحيوية مثل الانقباض العضلي ، ولذلك يحتاج لاعب الكرة الطائرة إلى هذه النظم تبعاً لاحتياج العضلة وطبيعة الأداء المهاري من أجل تحميل أعباء التدريب ، لذا أصبحت برامج التدريب الرياضي كلها تبنى على أسس نظم إنتاج الطاقة لرفع مستوى الأداء ، هذا ما أكدته (أبو العلا عن فوكس 1993) " أن النسب المئوية لتنظيم إنتاج الطاقة في الكرة الطائرة هي (80%) من النظام الفوسفاجيني وحامض اللاكتيك و (5%) من نظام حامض اللاكتيك وللأوكسجيني و (15%) من النظام الأكسوجيني " (2) .

2-1-2 مهارة الضرب الساحق :

(1) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم : الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، القاهرة ، مطبعة روز اليوسف ، ط2 ، 1997 ، ص32-33 .

(1) نعمة محمود عطية : تأثير أشواط مباراة الكرة الطائرة في بعض القدرات الوظيفية والبدنية ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ، ص 13 .

(2) أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي والأسس الفسيولوجية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص83-85

(3) ديمن فرج كريم :الدفاع عن الملعب والاعداد للضرب الساحق وعلاقتها بالانجاز في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، 1999 ، ص 28 .

تعد إحدى المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة والسلاح الهجومي القوي والنتيجة النهائية لجهود الفريق بأكمله ، أذ تحتل المرتبة الأولى في تحقيق النقاط مقارنة بالمهارات الأخرى " تشكل نسبة نجاحها 75 % (3) .

وقد تجلت أهمية هذه المهارة في إحرار النقاط أو الصعوبة دفاع الكرة من قبل الفريق المنافس على الرغم من وجود حائط الصد والتشكيلات الدفاعية وإنهاء اللعب لصالحه وتغيير الإرسال ، وبالنظر لهذه الأهمية التي تتطلب مستوى كفاءة عال من القدرات ونوعية خاصة من اللاعبين الذين يتمتعون بمواصفات تشمل (4) :

- ١ . طول قامة الجسم الكلي .
- ٢ . القوة الانفجارية العالية في القفز والضرب لعضلات الرجلين والذراعين التي تتمثل بالدفع بالرجلين إلى أن تصل في أقصاها برسغ اليد (الكف) .
- ٣ . السرعة الحركية التي يمتلكها الجسم لبدء الهجوم ليتمكن من خداع المنافس ومباغته وإرباك حركته
- ٤ . قوة عضلات الجذع والبطن لما لها من أهمية كبرى في تنفيذ الحركة وبما أن المجموعة العضلية للجذع هي حلقة الوصل بين الطرف السفلي والصدر وحزام الكتف والذراعين لذا فعند استخدام النقل الحركي لهذه الأجزاء وبشكل صحيح وانسيابية كبيرة ستؤدي إلى خدمة الأداء المهاري للضرب الساحق .
- ٥ . القدرة على التوقع والتوقيت الجيد والرشاقة في الوثب والضرب .
- ٦ . التوافق العضلي العصبي بين عناصر الحركة والمرونة الحركية .
- ٧ . الدقة في الأداء والذكاء في توجيه الكرة إلى المناطق التي توجد بها ثغرات مع ملاحظة تحركات وأداء الفريق المنافس الذي يأتي من خلال الخبرة والممارسة .
- ٨ . المحافظة على التوازن في إثناء ضرب الكرة والقدرة على الهبوط الصحيح ليجنب ارتكاب أخطاء قانونية ، وهذا يتطلب الإحساس بالمسافة والمكان .
- ٩ . الثقة العالية بالنفس عند قيام بالهجوم أو بخداع حائط الصد الذي يمكنه من تحقيق أفضل النتائج .
- ١٠ . قوة اندفاع اللاعب وحرصه على الاستمرار في التدريب المعتمد على استخدام الطرائق العلمية الحديثة للوصول إلى المستوى المطلوب لإتقان المهارة والأداء الخططي لها .

1-2-1-2 مراحل الأداء الفني لمهارة الضربة الساحقة في الكرة الطائرة :

يؤكد ألين فرج أن (الضربة الساحقة تتميز من غيرها من المهارات بمراحل أدائها الحركي الذي يتم بالوثب عالياً وضرب الكرة من أعلى نقطة لتعبر الشبكة مع دقة توجيهها لتصل بقوة وسرعة إلى نصف الملعب الآخر (1) ، ومن أجل أن يكون الأداء متكاملًا يجب تقسيم الأداء الحركي لمهارة الضربة الساحقة إلى مراحل فنية مترابطة هي :

(4) الاتحاد السعودي للكرة الطائرة: القانون الدولي للكرة الطائرة من 1998 ولغاية 2000 م ،السعودية ، 199 ، ص 38 .

(1) ألين وديع فرج ، الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1990 ، ص 31 .

١. مرحلة الاستعداد (التهيؤ).
٢. مرحلة الخطوات التقريبية (الاقتراب) .
٣. مرحلة الارتقاء (النهوض) .
٤. مرحلة الضرب (التلامس مع الكرة) .
٥. مرحلة الهبوط .

2-1-2 أنواع مهارة الضرب الساحق :

يتفق كلاً من عقيل الكاتب⁽¹⁾ وسعد الجميلي⁽²⁾ على تقسيم أنواع الضرب الساحق في الكرة الطائرة الحديثة الى :

١. الضرب الساحق المواجه (العالي) .
٢. الضرب الساحق بالدوران .
٣. الضرب الساحق الجانبي الخطاف .
٤. الضرب الساحق من الملعب الخلفي .
٥. الضرب الساحق بالجدع .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3-1- منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعته المشكّلة المطروحة وصولاً لتحقيق الأهداف .

3-2- مجتمع وعينة البحث :

شملت عينة البحث (12) طالب يمثلون فريق جامعة القادسية بالكرة الطائرة للعام الدراسي 2006-2007 م وتم اختيار عينة بالطريقة العمدية وقد أستبعد منهم (2) طالب وذلك لأجراء التجربة الاستطلاعية ، وبلغ العدد الكلي للعينة الذي أجري البحث عليهم (10) طلاب فقط بنسبة (83%) ، كما مبين في الجدول (1) كما أن معامل الالتواء لكل من العمر التدريبي والوزن والطول لعينة البحث كانت اقل من ($1 \pm$) وهذا يدل على وضوح المجموع ضمن المنحنى الاعتمالي .

(1) عقيل عبد الله الكاتب : الكرة الطائرة التنكيك والتكتيك الفردي ، جامعة بغداد ، مطبعة وزارة التعليم العالي ، 1987 ، ص 78-75 .

(2) سعد حمادي الجميلي : الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم ، ط1 ، ليبيا ، منشورات السابع من أبريل ، 1997 ، ص 73 .

جدول (1)

يبين المعلومات الوصفية المتعلقة بمتغيرات الدراسة

الوسائل الاحصائية القياسات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	أعلى قيمة	أقل قيمة
الطول الكلي (سم)	1.82	0.08	- 0.49	1.9	1.67
الوزن (كغم)	78	5.33	- 0.73	85	67
العمر التدريبي (سنة)	3.35	0.75	- 0.36	4.5	2
القفز العمودي لسارجنت	1023.89	130.52	0.28	1214.17	854.56
الضرب الساحق القطري	44.7	3.23	0.16	50	40
الضرب الساحق الخطي	46.5	3.89	0.19	55	42

3-3-3 إجراءات البحث الميدانية :

3-3-1- الاختبارات المستخدمة في البحث :

• اختبار الوثب العمودي لسارجنت⁽¹⁾ :الغرض :

1. قياس القدرة اللاوكسجينية / الفوسفاجينية اللاهوائية القصيرة .

• ويستخدم المعادلة التالية لحساب القدرة اللاوكسجينية (اللاهوائية) :

(1) محمد نصر الدين رضوان : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 ، ص

- اختبار دقة الضرب الساحق القطري (2) :

الغرض :

قياس دقة الضرب الساحق في الأتجاه القطري

- اختبار دقة الضرب الساحق الخطي (1) :

الغرض :

قياس دقة الضرب الساحق في اتجاهات مستقيمة .

3-4- الأسس العلمية للاختبارات المقترحة :

- صدق الاختبارات

إن صدق الاختبارات هو التعبير عن إمكانية الاختبار في قياس الصفة التي يريد قياسها فعلاً (1) ، وبما ان الثبات يعتمد على جوهر الدرجات لعينة الاختبار إذا أعيد على نفس الأفراد عدد م ن المرات لهذا لجأ الباحثون على استخدام معامل الصدق الذاتي الذي يعتمد على الجذر التربيعي لمعامل الثبات كما مبين في الجدول (2) .

- ثبات الاختبارات

يقصد بثبات الاختبارات هي مدى الدقة أو الأتقان الذي يقى س به الظاهرة التي وضع من اجلها ، إذا يعتمد ثبات الاختبار على تطبيقية على نفس الافراد لمرتين في يومين مختلفين على ان يعطي نفس النتائج أو مقارب لها (2) ، لهذا تم ايجاد معامل الثبات عن طريق اجراء الاختبار مرة ثانية لنفس الافراد كما في الجدول (2) .

- موضوعية الاختبارات

(2) محمد صبحي حسنين و حمدي عبد المنعم : الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 1997 ، ص 206 .

(1) محمد صبحي حسنين و حمدي عبد المنعم : مصدر سبق ذكره ، 1997 ، ص 206 .

(1) قيس ناجي وبسطوسي أحمد : الاختبارات والقياس وميداني الاحصاء في المجال الرياضي ، 1984 ، ص 163 .

(2) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياسات في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 ، ص 278 .

الموضوعية : هي الابتعاد عن التميز والانحياز في التقبي م من قبل الحكم او القائم بالاختبارات وان هذه الاختبارات تعتمد البساطة والوضوح لهذا لجا الباحثون الى أيجاد موضوعية الاختبارات من خلال أخذ راي حكمين وأيجاد علاقة أرتباط بينهما كما في الجدول (2) .

جدول (2)

يبين المعاملات العلمية

الاختبارات	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي	الموضوعية
الفقر العمودي لسارجنت	0.83	0.91	0.84
الضرب الساحق القطري	0.92	0.96	0.84
الضرب الساحق الخطي	0.88	0.94	0.85

3 - 6 - التجربة الرئيسية :

تم تنفيذ أجراءات البحث من قبل الباحثين عن طريق أخذ القياسات الجسمية (الطول الكلي للجسم ، الوزن والعمر التدريبي) لعينة البحث وأجراء الاختبارات الخاصة بالبحث والتي شملت أختبارات الفقر العمودي لسارجنت لقياس القدرة اللاأوكسجينية الفوسفاجينية القصيرة وأختبار دقة الاداء المهاري للضرب الساحق القطري وأختبار دقة الاداء المهاري للضرب الساحق الخطي وبعدها درست العلاقة بين المتغيرات اعلاه .

3 - 7 - الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثون الوسائل الإحصائية آتية (1) .

- الوسط الحسابي .

(1) وديع ياسين وحسين محمد عبد : التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار

الكتب للطباعة و النشر ، 1999 ، ص 310-102 .

- النسبة المئوية .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط البسيط .
- معامل الالتواء .

الفصل الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1 عرض نتائج اختبار القدرة اللاهوائية ومهارة الضربة الساحقة القطرية :

يبين جدول (3) قيمة معامل الارتباط بين القدرة اللاهوائية ومهارة الضرب الساحق القطري ، أذ كان معامل الارتباط معنوي حيث كانت القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط (0.83) إما القيمة الجدولية فكانت (0.78) ويظهر واضح لدينا إن قيمة الدرجة المحسوبة هي أكبر من قيمة الدرجة الجدولية وهذا ما يظهر معنوية الارتباط بين القدرة اللاهوائية والضرب الساحق القطري عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (8) وهذه العلاقة تؤكد أهمية القدرة اللاوأكسجيني عندلاداء عملية الضرب الساحق القطري ، أظهر ذلك الارتباط بعلاقة معنوية لأنها عملية تنفيذ الضرب الساحق القطري تقيم على أساس القدرة اللاوأكسجينية وبالتالي تظهر علاقة واضحة كما ذكرنا . علماً إن متطلبات لاعب كرة الطائرة تعتمد على القدرة اللاوأكسجينية ((إذ تشكل القدرة اللاوأكسجينية نسبة (85%) بينما تشكل القدرة اللاوأكسجينية نسبة (15%) من نسبة مساهمة نظم الطاقة في الكرة الطائرة)) (1).

جدول (3)

يبين معامل الارتباط بين القفز العمودي لسارجنت والضرب الساحق القطري

القفز العمودي	الضرب الساحق	المحتسبة	الجدولية	الدلالة
لسارجنت	القطري	0.83	0.576	معنوي *

- قيمة الارتباط تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 8 .

إن القوة الانفجارية تعرض القدرات البدنية الأساسية ، إذ تعتبر هذه القدرة العامل الحاسم في مهارات مختلفة منها ألضربه الساحقة باختلاف أنواعها والتي يجب إن يحقق فيها اللاعب أعلى مسافة عمودية ممكنة تمهيداً لأداء هذه المهارة ، أن اختيار القدرة اللاوأكسجينية الذي اعتمد الباحثون يعتمد على الوزن وثابت الجاذبية

(1) أمر الله ألبساطي : أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية ، 1998 ، ص79.

ومسافة القفز التي يحققها اللاعب فزيادة الكتلة العضلية والوزن يزيد من استهلاك الأوكسجين لذلك ، يؤكد الباحثون على ضرورة إعطاء تدريبات خاصة في القدرة اللاوكسجينية للاعب لغرض تحقيق افضل مستوى عند اداء هذه المهارة العالية في الضرب الساحق القطري وتعتمد ذلك من خلال العمليات التقييمية للاعبين من خلال الاختبارات اليومية واعتماد اختبار سارجنت أو غيره من الاختبارات التي تعطي مستوى واضح على مستوى اللاعب في تلك المهارات المهمة مما يعطينا التأكد على المدربين الاهتمام بهذه القدرة التي يجب إن تدخل بشكل أساسي في برامج التدريب للاعبين الكرة الطائرة .

2-4 عرض نتائج اختبار القدرة اللاهوائية ومهارة الضربة الساحقة المستقيمة :

من خلال الجدول (4) الذي يوضح العلاقة المعنوية بين القدرة اللاهوائية ومهارة الضرب الساحق المستقيم حيث كانت القيمة (ر) المحسوبة (0.82) أما الجدولية فكانت (0.57) وهذا يدل على إن القيمة المحسوبة اكبر من الجدولية مما يعطي دلالة على معنوية العلاقة الارتباطية بين الاختبارين وتحت مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (8) وفي حقيقة الأمر إن هذه المهارة نتيجة لتكتيكها الواضح من خلال الصعوبة التي يؤديها اللاعب والتي من خلالها تحقيق نقطة فلذلك يعتمد على تأديها وهي أساساً تعتمد على تدريبات القدرة اللاأوكسجينية ، وكلما استطاع اللاعب إن يصل بتطوير قدرته اللاوكسجينية كلما استطاع إن ينفذ الضرب الساحق بشكل جيد وقدرته عالية من التصرف .

جدول (4)

يبين معامل الارتباط بين القفز العمودي لسارجنت ومهارات الضرب الساحق الخطي

القفز العمودي لسارجنت	الضرب الساحق المستقيم	المحتسبة	الجدولية	الدلالة
		0.823	0.576	معنوي *

• قيمة الارتباط تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 8 .

حيث إن العمل في هذه المهارة الصعبة يحتاج إلى قوة انفجارية عالية كذلك إلى قدرة على الارتفاع فوق الشبكة للقدرة على تنفيذ الضربة الساحقة وكل هذا يؤثر من خلال عملة القدرة اللاوكسجينية وبما إن تعتمد على هذه القدرة التي تكون بأزمان قصيرة جداً لأن متطلبات المهارة تحتاج إلى ذلك .

((تظهر القدرة اللاهوائية القصوى خلال فترة 0.5 إلى 0.7 ثانية بعد بداية العمل العضلي ، ويمكن الاحتفاظ بها لفترة 7 - 15 ثانية لدى الأشخاص غير المدربين بينما يمكن إن يحتفظ بهذا المستوى من الأداء لدى اللاعبين ذوي المستويات العالية لفترة تصل إلى 25 - 30 ثانية))⁽¹⁾.

كما نلاحظ هنالك تأثير للقوة الانفجارية في تحقيق القدرة اللاهوائية من خلال القفز العمودي لسارجنت وهذا ما يحتاجه اللاعب خلال عملية الضرب الساحق وكما يؤكد (ناجي ، 1999) إن التطور الحاصل في الاختبارات القوة الانفجارية التي تستخدم التمارين اللامركزية إذ تؤدي هذه التمارين إلى إطالة الألياف العضلية من جوانبها وهذا بدوره يؤدي إلى زيادة قوتها وسرعتها وإذ إن مقدرة العضلات على إنتاج أكبر قوة في أقل من

(1) أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص 33 .

بصر في حركة عكس باتجاه الحركة الأساسية المطلوب تنفيذها⁽²⁾ ، ومن خلال ملاحظة الجدولين السابقين يتضح لنا أهمية هذه المهارات المستخدمة في لعب الكرة الطائرة وكما لها أهمية بالغة في حسم كثير من المواقف في آخر نقطة أو الفوز الكامل في مباراة حيث تعرف بأنها " المهارة الأساسية والهجومية في الكرة الطائرة أذ يثب اللاعب ويضرب الكرة بسرعة من فوق الشبكة إلى ملعب المنافس وبطريقة قانونية " ⁽³⁾ ، وهذا ما يؤكد على معنوية الارتباط بين مهارة الضرب الساحق القطري والخطي مع القفز العمودي لسارجنت لأنه يمثل اتجاه الأداء الحركي لمهارة الضرب الساحق وكذلك يمثل الاختبار للقدرة اللاوكسجينية في العمل الوظيفي للاعب عند تنفيذ مهارة الضرب الساحق ((تتميز لعبة الكرة الطائرة مثل بقية الألعاب والفعاليات الرياضية الأخرى بأن برامجها التدريبية تبنى على أساس إنتاج الطاقة)) .

إذاً يؤكد الباحثون تحقيق الهدف من خلال الحصول على العلاقة الارتباطية بين القدرات اللاهوائي ة ومهارات الضرب الساحق الخطي والقطري ، وقد تحقق الباحثان من خلال إيجاد العلاقة المعنوية بين المهارة المستخدمة فيها لبحث واختباره القدرة اللاوكسجينية لسارجنت .

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1- الاستنتاجات :

1. اختبار القدرة اللاوكسجينية (القفز العمودي لسارجنت له تأثير على دقة أداء مهارة الضرب الساحق القطري والخطي) .
2. هذه المهارات تعتمد بصورة مباشرة على القدرات اللاهوائية اللاوكسجينية في تدرجاتها .
3. يعتبر اختبار سارجنت من الاختبارات التقويمية للاعبين الكرة الطائرة لتحديد مستوى القدرة اللاهوائية .

5-2- التوصيات :

1. ضرورة استخدام تدريبات القدرة اللاهوائية في تنفيذ الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق الخطي والقطري .
2. ضرورة استخدام اختبارات سارجنت للقدرة اللاهوائية لتقويم الأداء للاعبين الكرة الطائرة .
3. ضرورة استخدام اعتماد التدريبات اللاهوائية في تحسين ميكانيكية الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق الخطي والقطري .

المصادر العربية :

1. أمر الله ألبساطي : أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية ، 1998 .

(2) ناجي اسعد يوسف : التدريب البليومتري مجلة عملية اتفافية يصدرها الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواء العدد 12 ، 1999

(3) زكي محمد حسن ، الكرة الطائرة بناء المهارات الفنية والتخطيطية ، الإسكندرية ، دار المعارف ، 1998 ، ص28 .

٢. أئين وديع فرج ، الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1990 .
٣. أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، 1997 .
٤. ناجي اسعد يوسف : التدريب البليومتري مجلة عملية اتقاقية يصدرها الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواء العدد 12 ، 1999 .
٥. زكي محمد حسن ، الكرة الطائرة بناء المهارات الفنية والتخطيطية ، الإسكندرية ، دار المعارف ، 1998 .
٦. وديع ياسين وحسين محمد عبد : التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة و النشر ، 1999 .
٧. قيس ناجي وبسطوسي أحمد : الاختبارات والقياس وميداني الاحصاء في المجال الرياضي ، 1984 .
٨. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياسات في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 .
٩. محمد نصر الدين رضوان : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 .
١٠. محمد صبحي حسانين وحمدي عبد المنعم : الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، القاهرة ، مطبعة روز اليوسف ، ط 2 ، 1997 .
١١. محمد صبحي حسانين و حمدي عبد المنعم : الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 1997 .
١٢. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين : اللياقة البدنية ومكوناتها الأسس النظرية - الأعداد والبدني - طرق القياس ، ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 .
١٣. نعمة محمود عطية : تأثير أشواط مباراة الكرة الطائرة في بعض القدرات الوظيفية والبدنية ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ، ص 13 .
١٤. ديمن فرج كريم : الدفاع عن الملعب والاعداد للضرب الساحق وعلاقتها بالانجاز في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، 1999 .
١٥. الاتحاد السعودي للكرة الطائرة: القانون الدولي للكرة الطائرة من 1998 ولغاية 2000 م ، السعودية ، 1999 .
١٦. عقيل عبد الله الكاتب : الكرة الطائرة التكنيك والتكتيك الفردي ، جامعة بغداد ، مطبعة وزارة التعليم العالي ، 1987 .
١٧. سعد حمادي الجميلي : الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم ، ط 1 ، ليبيا ، منشورات السابع من أبريل ، 1997 .

تأثير استخدام وسائل مساعدة في تعلم وتطوير بعض الهلات لناشئي كرة السلة

خطة بحث مقدم من قبل

م.حيدر جمعة

أستاذ في كلية التربية الرياضية

جامعة بابل

2007م

1425هـ

1- التعريف بالبحث
1- مقدمة البحث وأهميته

تتطلب عوامل النجاح في المجال الرياضي اتباع الأسلوب العلمي الصحيح الذي يحقق ما يصبوا اليه المدربين للوصول الى افضل النتائج وتعد لعبة كرة السلة من الألعاب التي تحتاج الى البحث والدراسة المستمرة لما تتميز مهاراتها من أداء فني عالي ..

وتعد الوسائل المساعدة والأجهزة التدريبية ذات أهمية كبيرة في العمل التدريبي لفاعليتها في تطوير المهارات الحركية والصفات البدنية وتكمن أهمية البحث في أيجاد وسائل مساعدة جديدة تساعد في تطوير مهارات كرة السلة والوصول الى الأداء المهاري الصحيح وتجنب الأخطاء الفنية والأقتصاد بالجهد والوقت.

2-1 مشكلة البحث

مما شك فيه أن الوسائل المساعدة في تعلم وتطوير المهارات الحركية أهمية كبيرة في لعبة كرة السلة. ومن خلال متابعة الباحث الميدانية للعبة كرة السلة كونه لاعبا ومدربا ومدرسا لاحظ وجود ضعف كبير في هذه الصفة وبالتحديد في الأداء الفني للمهارات لدى لاعبي كرة السلة العراقية عامة واللاعبين الناشئين خاصة ويعزى الباحث ذلك الى قلة أو عدم استخدام الوسائل المساعدة والأجهزة التدريبية الخاصة في تطوير المهارات الحركية الخاصة وحلا لهذه المشكلة أرتأى تصنيع وسائل تعليمية مقترحة لتطوير المهارات .

3-1 أهداف البحث

- 1- تصنيع وسائل مساعدة لتعلم وتطوير بعض المهارات للناشئي كرة السلة .
- 2- التعرف على تأثير استخدام الوسائل في تعلم وتطوير بعض المهارات بكرة السلة .

4-1 فروض البحث

- 1- للوسائل المساعدة المقترح تأثير إيجابي في تطوير المهارات للناشئين بكرة السلة.

3- منهج البحث

سوف يستخدم المنهج بالتصميم التجريبي للمجموعتين (الأختبار القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية)

4- مجتمع وعينة البحث : سوف يتكون مجتمع البحث من اللاعبين الناشئين بكرة السلة أما العينة فتتكون من (24) لاعبا يقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة.

5- أدوات البحث والوسائل المساعدة

- الوسائل البحثية :

- 1- الأختبارات
- 2- المصادر والمراجع
- 3- الأستبيان
- أدوات البحث
- 1- كرات

هي مجموعة من الأجهزة والأدوات والمواد التي يستخدمها المدرب أو المدرس لتحسين عملية التعلم وتقصير مدتها وتدريب اللاعبين أو التلاميذ على المهارات، إذ أخذ المدربون وذي الاختصاص في الأونة الأخيرة يبدون اهتماما واضحا بالوسائل التدريبية لأن استخدامها يزيد عمق الأثر التدريبي والأسراع بالتعلم والتطور وبأقل وقت وجهد ممكن⁽¹⁾.

اذ يتطلب نجاح العملية التدريبية توفر امکانات اللازمة من أجهزة وأدوات مساعدة لتنفيذ المنهج التدريبي المرسوم⁽²⁾، والوسائل المساعدة هي الأدوات التي يستطيع المدرب من خلالها رفع مستوى اللاعب التكنيكي والبدني والمعرفي، كما تعبر الوسائل المساعدة عن اتجاه حديث في مجالات التعلم والتدريب وهو اتجاه أخذ في التزايد ليشمل مختلف الألعاب الرياضية لتحقيق افضل المستويات.

"اذ يكون الأسلوب التدريبي هو الطريق الذي يتبع من خلال تنفيذ المناهج التدريبية باستخدام الوسائل والامكانات المتاحة المحققة لأهداف التدريب"⁽³⁾. وتوجد نقاط عدة يجب مراعاتها لأختيار الوسيلة المساعدة حيث يأتي هنا دور المدرب في أختيار الوسيلة المساعدة التي يجب أن تتناسب وأمكانيات وقدرات لاعبو الفريق البدنية والذهنية والمهارية وهذه النقاط هي:⁽¹⁾

- 1- أن تكون غير معقدة وواضحة للمدربين في طريقة استخدامها .
- 2- أن تحقق الهدف الذي صممت من أجله .
- 3- أن تكون ذات كلفة اقتصادية قليلة في صناعتها .
- 4- أن تكون مشوقة وتجذب أنتباه اللاعبين لها .

ان استخدام الوسائل المساعدة يعود لعدة أهداف يسعى المدربون لتحقيقها وكما يأتي:⁽²⁾

- 1- رفع مسوى المتدربين .
- 2- تعزيز الخبرة لدى المتدربين وتطوير مهارتهم.
- 3- زيادة فاعلية الوحدة التدريبية .

(1) عباس أحمد السامرائي . كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة : مطبعة دار الحكمة ، 1991، ص42-45.

(2) آسيا كاظم ، علي جواد. تأثير استخدام جهاز المسند الخطاف في تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي للرجال. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الأول، المجلد الثاني، جامعة بابل، 2003، ص62.

(3) وديع ياسين التكريتي . النظرية والتطبيق في رفع الأثقال . ج1-ج2، بغداد: المكتبة الوطنية، 1985، ص133.

(1) علي محمد عبد الرزاق الخياط . تأثير استخدام جهاز مقترح في أكتساب تعلم بعض مهارات التنس الأرضي الأساسية، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، التربية الرياضية، 1999، ص8.

(2) عباس السامرائي . مصدر سبق ذكره، ص44-51.

4- سد القصور في جوانب التدريب مما يؤدي الى تحسين الأداء .

2-2-1 التهديد في كرة السلة (3)

التهديد هو (عملية دفع الكرة باتجاه الهدف على شكل حركة رمي بأستخدام ذراع واحدة أو ذراعين) وهو أيضا (الهدف الأساسي الذي يتوج جميع العمليات التي تحدث بكرة السلة حيث يعتبر المهارة الأساسية الأولى من حيث الأهمية التي عن طريقها يمكن للفريق تحقيق الانتصار في المباراة) وكذلك هو (المبدأ الأساسي الذي يعطيه المدرب وقت أكثر من غيره أثناء التدريب)⁽⁴⁾

2-2-3 القوة المميزة بالسرعة:

وتسمى أيضا بالقوة السريعة حيث يعرفها قيس وبسطويسي بأنها (إمكانات المجموعات العضلية في التغلب على مقاومات أقل من القصوى لفترة زمنية قصيرة)⁽⁵⁾

وتشير دانية نقلا عن السيد بدر عبد الرحمن (1984م) بأن (القوة المميزة بالسرعة أثر متزايد على مستوى الأداء في بعض الأنشطة ذات الحركات المتكررة)⁽⁶⁾

ومن خلال ما تقدم تعد القوة المميزة بالسرعة من المتطلبات الضرورية للعبة كرة السلة التي تمتاز بكثرة مهاراتها ومنها المهارات الهجومية التي تتكرر حركاتها مثل مناولة الكرة والتهديد بأنواعه.

3- منهج البحث وأجرائه الميدانية :

3-1 منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج التجريبي كونه يتلائم وطبيعة مشكلة البحث .

3-2 عينة البحث

أختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث المتمثل بلاعبي ناشئي نادي الحلة الرياضي والبالغ عددهم (30) لاعب أذ تم أختيار (24) لاعب منهم عن طريق القرعة ليمثلوا المجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث وبواقع (12) لاعب لكل مجموعة .

3-3 تجانس وتكافؤ العينة :

3-3-1 تجانس العينة :

لغرض التأكد من تجانس أفراد عينة البحث قام الباحث بمعالجة نتائج أختبارات مستوى اداء التهديد والقوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية بأستخدام (معامل الألتواء) وكما موضح في الجدول (1) .

الجدول (1)

--	--	--	--	--	--

⁽³⁾ رعد جابر باقر وكمال عارف ظاهر .المهارات الفنية بكرة السلة . بغداد :مطبعة التعليم العالي ، 1987م،ص143.

⁽⁴⁾ خالد نجم عبد (1986م) أقتبسه العامري ،سلوان صالح .تحليل وتقويم الحيازة وعلاقتها بنتائج مباريات كرة السلة .رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية -الجادرية ،جامعة بغداد، 1998م، ص18.

⁽⁵⁾ قيس ناجي وبسطويسي أحمد. أسس ونظريات التدريب الرياضي. القاهرة :دار الفكر العربي ، 1999م،ص343

⁽⁶⁾النجم،دانية رياض حامد. العلاقة بين بعض القدرات البدنية والوظيفية كمؤشر لأختبارات ناشئي الكرة الطائرة في العراق بأعمار (14-16) سنة . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية - الجادرية ، جامعة بغداد ، 1999م،ص16.

1.5	4	0.4	4.57	24	مستوى أداء التهديف
0.09	11	1.42	11.13	24	القوة المميزة بالسرعة لليد الرامية

حيث بلغ الوسط الحسابي لأختبار مستوى أداء التهديف (4.60) بأنحراف معياري (0.4) وقيمة منوال (4) وبلغت معامل الألتواء (1.5) وهي أصغر من (+ 3) وفي أختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية بلغ الوسط الحسابي (11.13) وبأنحراف معياري (1.42) وقيمة منوال (11) وبلغت معامل الألتواء (0.09) وهي أصغر من (- 3) وهذا يعني أن أفراد عينة البحث يتوزعون توزيعاً طبيعياً في المتغيرات المبحوثة.

2-3-3 تكافؤ المجموعات :

تم اجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية واختبار مستوى أداء التهديف وكما هو موضح في الجدول (2) و (3) جدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في اختبار مستوى أداء التهديف

المجاميع الاختبارات	القبلي للضابطة		القبلي للتجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع		
مهارة التهديف من القفز	4.58	0,42	4.92	0,63	2.3	عشوائي

قيمة (T) الجدولية هي (2,09) ودرجة الحرية هي (22) ومستوى دلالة (0.05)

جدول (3)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في اختبار القوة المميزة بالسرعة

الاختبار	قيمة (كا ²)		دلالة الفروق
	الجدولية	المحسوبة	
القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية	3.84	0.75	عشوائي

قيمة (كا²) الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05)

الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :

3-4-1 الوسائل المستخدمة :

أستخدم الباحث الوسائل البحثية الآتية :

- المصادر العربية والأجنبية .
- الملاحظة .
- الأختبارات الموضوعية

3-4-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة :

استخدم الباحث الأدوات والأجهزة الآتية :

• أهداف كرة سلة عدد (4) .

• كرات سلة عدد (24) .

• ملعب كرة سلة قانوني .

• ساعة توقيت .

• صافرة .

3-5 الجهاز التدريبي المقترح

3-5-1 مكونات الجهاز :

يتكون الجهاز من ثلاثة أجزاء (الجزء الأول) القاعدة التي هي عبارة أنبوب حديدي مجوف طوله (120سم) يحتوي في الأعلى على نابض للتحكم بارتفاعات الجهاز ويرتكز الأنبوب على مساند وكما مبين في الشكل رقم (1)

أما الجزء الثاني فهو الذراع التي تحمل الأثقال وهي عبارة عن أنبوب حديدي يحتوي على قاعدة الدفع ومن الأعلى يحتوي حوامل الأثقال موصول بانبوب آخر مقرب بعدة ثقوب متدرجة الارتفاعات طوله (2 م) والمسافة بين ثقب وآخر (10سم) ومن الأعلى يحتوي على أنبوب صغير طوله (15سم) يحدد حركة الذراع المثقلة و يتحرك هذا الجزء بواسطة مفصل متحرك وكما مبين في الشكل رقم (2) أما الجزء الثالث فهو الأثقال وكما مبين في الشكل (3).

واستعرض الباحث في الشكل (7,8,9) صورة الجهاز بالكامل من عدة جوانب ويبين الشكل (6) كيفية سحب النابض وتغيير ارتفاعات الجهاز.



(3)

(2)

(1)



(6)



(5)



(4)



(9)



(8)



(7)

3-5-2 طريقة تركيب الجهاز:

لغرض العمل على الجهاز المقترح يتم أتباع ما يلي:

1- ضبط طول اللاعب مع تدرج أرتفاع الجهاز فبالامكان زيادة ارتفاع الذراع المثقلة أو أنخفاضها بواسطة سحب النايلون الموضوع في أنبوب القاعدة يدخل في أحد ثقب الأرتفاعات.

2- يتم التدريب على الجهاز في البدء بدون أوزان وبعد التعرف على طبيعة عمل الجهاز من قبل اللاعب المتدرب ويتم وضع الأوزان وتغير فيها حسب طريقة التدريب المستخدمة وتطوير أي نوع من أنواع القوة

3-5-3 كيفية الأداء على الجهاز

يقف اللاعب المتدرب مواجهاً للجهاز من الوقوف ويقوم بوضع يده المستعملة بالتهديف تحت قاعدة دفع

الذراع المثقلة وحسب وضعية الأصابع على الكرة اثناء التهديف وقد قام الباحث برسم كف يد على القاعدة

بوضع صحيح وبعد وضع اللاعب يده يقوم بتأدية مهارة التهديف كاملة برفع الذراع المثقلة اعلى أسفل مع

التأكيد على المسار الصحيح في التهديف وزوايا اليد اثناء العمل على الجهاز وكما موضح في الشكل (10-11-12-13).



(11)



(10)



(13)



(12)

3-5-4 مواصفات عمل الجهاز :

هنالك بعض المميزات التي يتميز بها الجهاز المصمم لأبد من الإشارة اليها لغرض توضيح عمل

الجهاز :

- 1- أن الجهاز يستفاد منه في جميع الفئات العمرية بكرة السلة لتطوير التهديف من الوقوف والقفز .
- 2- أن للجهاز إمكانية زيادة أو تقليل الارتفاع حسب طول اللاعب .
- 3- للجهاز إمكانية التحكم في شدة التدريب عليه من خلال تقليل أو زيادة الوزن أو سرعة الأداء
- 4- سهولة استخدام الجهاز من قبل أي لاعب وبدون مساعدة المدرب مع مراعاة زوايا اليد الرامية ووضع أصابع اليد بصورة صحيحة.
- 5- يعكس عمل الجهاز الرؤية الحديثة في عالم التدريب من حيث تطوير الصفة البدنية والمهارة من خلال عمل يشابه الأداء المهاري والعمل العضلي .
- 6- سهولة نقل وحمل الجهاز تعطيه إمكانية العمل في أي مكان .

3-5-5 تصميم وتصنيع الجهاز

لقد قام الباحث بتصميم الجهاز بالأسشارة مع مهندس ميكانيكي وتم تصنيعه من قبل مصنع لأجهزة

التدريب الرياضية وقد استغرق تصنيع الجهاز مدة (40) يوم.

3-6 الاختبارات المستخدمة**3-6-1 تقويم أداء مهارة التهديف من القفز بكرة السلة* .**

* قام بتقويم الاداء الاساتذه :- د.م. رواء علاوي . جامعة بابل - كلية التربية الرياضية .

الهدف من التقويم: تقويم الأداء الفني لمهارة التهديف من القفز

الأدوات المستخدمة: ملعب كرة سلة قانوني وكرات سلة عدد (3) وأستمارة تقويم .

مواصفات الأداء: يقوم اللاعب المختبر بأداء التهديف من القفز .

شروط الأداء : لكل لاعب (3) محاولات متتالية .

التسجيل : يقوم ثلاثة مقومين بتقويم المحاولات الثلاث لكل لاعب مختبر ويمنح عنها ثلاث درجات عن كل مقوم علما أن الدرجة التقويمية النهائية لكل محاولة هي (10) درجات . وبعدها نقوم بأستخراج الوسط الحسابي لدرجات كل مقوم سنحصل على ثلاث درجات نأخذ لها الوسط الحسابي وتحتسب الدرجة النهائية لكل لاعب مختبر .

3-6-2 اختبار قياس دقة التهديف من القفز

الغرض من الاختبار : قياس دقة التهديف بالقفز .

الأدوات اللازمة : ملعب كرة سلة ، شريط قياس ، كرة سلة عدد (2) قانونية ، هدف كرة سلة ، طباشير .

وصف الأداء: يقوم اللاعب بالتهديف من ثلاث علامات الأولى خارج منطقة الرمية الحرة وعلى جهة اليسار

والثانية في منتصف خط الرمية الحرة والثالثة على جهة اليمين منخط الرمية الحرة. ويؤدي اللاعب التهديف

بالقفز بيد واحدة وبأتجاه السلة مباشرة دون أن تلمس لوحة الهدف وللاعب (15) رمية يؤديها بواقع ثلاث

مجموعات كل مجموعة خمس رميات .

حساب الدرجات :

* تحتسب وتسجل للاعب درجتان لكل رمية ناجحة (تدخل فيها الكرة السلة) . * تحتسب وتسجل للاعب

درجة واحدة لكل رمية تلمس الكرة الحلقة ولا تدخل السلة * لا تحتسب درجات عندما تلمس الكرة اللوحة ولا

تدخل السلة .

* درجة اللاعب تساوي مجموع النقاط التي يحصل عليها في الرميات (15).

* الدرجة القصوى للاختبار (30) درجة.

3-6-3 اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية

الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية .

الأدوات اللازمة : تم أستخدام الجهاز المقترح كأداة اختبار .

وصف الأداء: يتخذ اللاعب وضع التهديف من الوقوف أمام الجهاز ويقوم بعمل التهديف على الجهاز باليد

الرامية بأداء أقصى عدد من المرات ولمدة عشر ثانية ويتم تغيير الأوزان لكل لاعب حسب القوة القصوى له .

المعاملات العلمية : الصدق : المحتوى *

م. فراس مطشر . جامعة بغداد- كلية التربية الرياضية .

م.م. سامر احمد . جامعة بابل- كلية التربية الرياضية .

* تم عرض الاختبار على أ.د. محمود داود وأ.م.د. احمد يوسف متعب و أ.م.د. سامر يوسف متعب التدريسيون في كلية التربية الرياضية جامعة بابل .

حساب الدرجات : تحتسب وتسجل للاعب عدد الدفعات في العشر ثواني .

3-7-1 التجربة الاستطلاعية الأولى : قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية يوم 2005/8/13م على كيفية

عمل الجهاز والتعرف على مدى صلاحيته للعمل وأسفرت هذه التجربة عن صلاحية الجهاز للعمل .

3-7-2 التجربة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية يوم 2005/8/15م على عينة من مجتمع البحث البالغ عددهم

(5) لابعين من الذين لم يشتركوا في التجربة الأساسية، وكانت أهداف التجربة الاستطلاعية هي :

1- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث .

2- معرفة الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات .

3- معرفة الصعوبات التي قد تواجه مجريات العمل لمعالجتها.

3-8 الأختبارات القبليّة :

أجريت الأختبارات القبليّة لعينة البحث يوم 2005/8/18م الخاصة بالأداء الفني والدقة أما فيما يخص

أختبار القوة المميزة بالسرعة فقد أجري في يوم 2005/8/19م.

3-8-3 التدريب على الجهاز المقترح *

- أستغرق التدريب على الجهاز (8) أسابيع .

- عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع (3) وحدة.

- مجموع الوحدات التدريبية (24) وحدة .

- طريقة تدريب فترى مرتفع الشدة

- أخضعت المجموعتين التجريبيّة والضابطة الى المنهج التدريبي الذي قام الباحث بوضعه أذ تميزت فيه

المجموعة التجريبيّة عن الضابطة باستخدام الجهاز المصمم في التدريب .

3-8-4 الأختبارات البعدية :

بعد أكمال (24) وحدة تدريبية في مدة (8) أسابيع من قبل مجموعتي البحث أجريت الأختبارات البعدية

على مجموعتي البحث في نفس الظروف التي أجريت بها الأختبارات القبليّة

وأجريت الأختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيّة والضابطة لأختبارات الأداء الفني في يوم

2005/10/19م وأختبار القوة المميزة بالسرعة أجري في يوم 2005/10/20م

3-9 الوسائل الحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية :-

* انظر الملحق رقم (1) و (2) .

1- الوسط الحسابي (1):-

مج س

$$\bar{S} = \frac{\sum S}{n}$$

ن

2- الانحراف المعياري (2)

(مج س)²مج س² -

ن

ن - 1

ع =

3- اختبار (T) للعينات المتناظرة (1) :

(مج ف)²مج ف² -

ن

ن (ن - 1)

=

4- اختبار (t) للعينات غير المتناظرة (1):⁽²⁾

(1) محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد ، الاساليب الاحصائية في مجال البحوث التربوية . ط 1 ، عمان : مؤسسة الوراق ، 2001 ، ص 171 - 274 .

(1) محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد ، نفس المصدر السابق ، علي سلوم الحكيم ، الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي ، جامعة القادسية ، 2004 ، ص 299 .

(2) محمد نصر الدين رضوان ، الاحصاء اللابارومتري في بحوث التربية الرياضية ، القاهرة دار الفكر العربي 1989 م .

$$ع^2 + 1^2 ع$$

$$1 - ن$$

5- ولكوكسن فروق في الرتب⁽³⁾

6- اختبار الوسيط⁽⁴⁾ (س) = (ن أ د) - (ب ج) 2

$$(أ + ب)(ج + د) = (أ + ج)(ب + د)$$

7- المنوال القيمة الأكثر شيوعا

4- عرض النتائج وتحليلها

الجدول (3)

يبين معنوية الفروق بين نتائج اختبارات أداء التهديف من القفز ودقة التهديف في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة .

دلالة الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		المجاميع الاختبارات
		ع	س	ع	س	
معنوي	3,33	0,7	15	1,01	14,8	دقة التهديف
معنوي	3,86	0,42	5,63	0,67	4,58	مستوى أداء التهديف

{ قيمة (T) الجدولية هي (2,2) ودرجة الحرية هي (11) }

في الجدول أعلاه نرى أن اختبار دقة التهديف ظهرت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي هي (14,8) وقيمة الانحراف المعياري هي (1,01) وقيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هي (15) (15) والانحراف المعياري (0,7) وقيمة (t) المحسوبة (3,33) وهي أكبر من الجدولية مما يدل على وجود فرق

(3) محمد نصر الدين رضوان . نفس المصدر السابق .

(4) محمد نصر الدين رضوان . نفس المصدر السابق .

معنوي ، وفي الأختبار القبلي لمستوى أداء التهديد ظهرت قيمة الوسط الحسابي (4,58) والأتحرف المعياري هي (0,67) وفي الأختبار البعدي قيمة الوسط الحسابي (5,63) والأتحرف المعياري هي (0,42) وقيمة (t) المحسوبة هي (3,86) وهي أكبر من الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي .

الجدول (4)

يبين معنوية الفروق بين نتائج أختبارات أداء التهديد من القفز ودقة التهديد في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

دلالة الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		المجاميع الاختبارات
		ع	س	ع	س	
معنوي	15,97	1,2	19,8	0,72	14,17	دقة التهديد
معنوي	15,47	0,63	7,54	0,79	4,92	مستوى اداء التهديد

في الجدول أعلاه نرى أن في أختبار دقة التهديد ظهرت قيمة الوسط الحسابي في الأختبار القبلي هي (14,17) وقيمة الأتحرف المعياري هي (0,72) وقيمة الوسط الحسابي في الأختبار البعدي هي (19,8) والأتحرف المعياري (1,2) وقيمة (t) المحسوبة (15,97) وهي أكبر من الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي ، وفي الأختبار القبلي لمستوى أداء التهديد ظهرت قيمة الوسط الحسابي (4,92) والأتحرف المعياري هي (0,79) وفي الأختبار البعدي قيمة الوسط الحسابي (7,54) والأتحرف المعياري هي (0,63) وقيمة (t) المحسوبة هي (15,47) وهي أكبر من الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي .

الجدول (5)

يبين معنوية الفروق بين نتائج أختبارات أداء التهديد من القفز ودقة التهديد في الأختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

دلالة الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي للتجريبية		البعدي للضابطة		المجاميع الاختبارات
		ع	س	ع	س	
معنوي	11,43	1,2	19,8	0,7	15	دقة التهديد
معنوي	7,77	0,63	7,54	0,42	5,63	مستوى اداء التهديد

قيمة (T) الجدولية هي (2,09) ودرجة الحرية هي (22)

في الجدول أعلاه نرى أن في اختبار دقة التهديد ظهرت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة هي (15) وقيمة الانحراف المعياري هي (0,7) أما المجموعة التجريبية فقيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هي (19,8) والانحراف المعياري (1,2) وظهرت قيمة (t) المحسوبة (11,43) وهي أكبر من الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية ، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة لمستوى أداء التهديد ظهرت قيمة الوسط الحسابي (5,63) والانحراف المعياري هي (0,42) أما للمجموعة التجريبية فقيمة الوسط الحسابي (7,54) والانحراف المعياري هي (0,63) وقيمة (t) المحسوبة هي (7,77) وهي أكبر من الجدولية مما يدل على وجود فرق معنوي .

جدول (6)

يبين معنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية

المجموعة	الاختبار	درجة ولكوكسن		دلالة الفروق
		المحسوبة	الجدولية	
الضابطة	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية	صفر	25	معنوي
التجريبية		صفر	25	معنوي

درجة حرية (12)

في الجدول أعلاه في اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية بلغت قيمة (ولكوكسن) المحسوبة (صفرًا) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (25) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين القياسين ولصالح القياس البعدي ولكلا المجموعتين الضابطة والتجريبية .

جدول (7)

يبين معنوية الفروق بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في صفة القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية في اختبار (الوسيط)

الاختبار	قيمة (كا ²)		دلالة الفروق
	المحسوبة	الجدولية	
القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية	12	3.84	معنوي

قيمة (كا²) الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05)

من خلال الجدول أعلاه يبين معنوية الفروق بين نتائج المجموعتين في الأختبارات البعدية في اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية حيث بلغت قيمة (كا) المحسوبة (12) بين نتائج المجموعتين وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.84) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

1-4 مناقشة النتائج

من خلال عرض النتائج تبين أن هنالك فروقا ذات دلالة معنوية بين الأختبارات القبليّة والبعدية ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع الأختبارات ولصالح البعدية فنجد أن المجموعتين حققنا تطورا نتيجة استخدام المنهج التدريبي، ولكن ظهرت فروق معنوية في الأختبارات البعدية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية في جميع الأختبارات ويعزو الباحث ظهور هذه الفروق الى التطور الحاصل في أداء المجموعة التجريبية للأستخدامها الجهاز الذي عمل على تطوير القوة المميزة بالسرعة لليد الرامية بمعنى تطور القوة الخاصة للعضلات العاملة فعليا في أداء مهارة التهديد من خلال عمل الجهاز المشابه تماما لهذه المهارة من حيث زوايا اليد الرامية وشكل الأداء وقابلية التحكم والسيطرة على الكرة وتوجيهها بشكل جيد مما أنعكس ذلك على تطور مستوى أداء التهديد وبالتالي ارتفاع نسبة الدقة في التهديد. حيث يؤكد (مهند عبد الستار) ⁽¹⁾ على أن قوة عضلات الذراعين كلما زادت أستطاع لاعب كرة السلة في السيطرة على الحركات التي يؤديها بالذراعين وقد ركز الباحث على تطوير هذه الصفة لأهميتها الكبيرة في مهارة التهديد حيث توجد هنالك علاقة قوية بين مهارة التهديد وقدرة الذراعين وما بين القوة والسرعة .

وينفق ذلك مع نتائج (منى محمد جواد) ⁽²⁾ التي توصلت الى وجود علاقة معنوية بين المستوى المهاري للتصويب في كرة السلة وقدرة الذراعين والرجلين وأن تطوير قوة عضلات الذراعين أسهم في تحسين قدرة اللاعب في مسك الكرة والرمي على السلة. وهذا ما تؤكد عايدة علي على أن (الوحدات التدريبية تتكامل بالوسائل المساعدة) ⁽³⁾ وأن استخدام الوسائل المساعدة يؤدي الى معالجة الأخطاء التكنيكية وزيادة فاعلية التدريب وهذا ما يؤكد علي محمد عواجي (لأن الوسائل المساعدة تساعد اللاعبين على معالجة أوجه القصور وخاصة الذين تكون استجابتهم بطيئة كما تزيد من فاعلية الوحدة التدريبية) ⁽⁴⁾ وتدل النتائج على أن استخدام

(1) مهند عبد الستار : منهج تدريبي مقترح وتأثيره في تطوير بعض الصفات البدنية والمهاريه في كرة السلة . رسالة ماجستير غير منشوره . جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية . 2000 . ص 76 .

(2) منى محمد جواد . تحديد عناصر اللياقة الخاصة للعب التنس وكرة السلة . عن فاطمة محمد عبد المقصود تحديد عناصر اللياقة البدنية الخاصة ومدى مساهمتها لكل مركز من مراكز اللعب في كرة السلة . مجلة علوم وفنون الرياضة . جامعة حلوان . كلية التربية الرياضية للبنات . القاهرة . المجلد الثاني العدد الثالث . سبتمبر . 1990 . ص 107 .

(3) عايدة علي حسين . أثر فاعلية الوسائل المساعدة في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستيك الفني للنساء ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1999 ص 53 .

(4) علي محمد عواجي . مجلة المعلم . مجلة تربوية ثقافية جامعة

الوسائل المساعدة التي تعمل على تطوير الصفات البدنية الخاصة والتي يكون عملها مشابه للمسارات الحركية للمهارات لها الأثر الكبير في رفع مستوى الأداء المهاري أي بمعنى أن يكون هنالك هدفان للوسيلة (بدني مهاري) ، ويعني ذلك صفة بدنية مرتبطة بمهارة حركية حيث يرى الباحث أن تصميم هكذا أجهزة له الأثر الكبير في تطوير المهارات الحركية.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

1-5 الاستنتاجات :

1- للجهاز التدريبي المقترح تأثير إيجابيا في تطور القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية في مهارة التهديد من القفز بكرة السلة .

2- للجهاز التدريبي المقترح تأثيرا إيجابيا في تطور أداء مهارة التهديد من القفز بكرة السلة .

5-2 التوصيات :

- 1- يوصي الباحث بأستخدام الجهاز التدريبي المقترح من قبل المدربين لتطوير أنواع القوة الخاصة وأهمها القوة المميزة بالسرعة .
- 2- أستخدام الجهاز التدريبي لتطوير أداء مهارة التهديد من القفز
- 3- تصميم أجهزة تدريبية لتطوير الصفات البدنية الخاصة يكون مشابه للأداء الفني للمهارات.

المصادر والمراجع

- آسيا كاظم ، علي جواد. تأثير أستخدام جهاز المسند الخطاف في تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي للرجال. مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الأو ل ، المجلد الثاني ، جامعة بابل ، 2003، ص62.
- خالد نجم عبد (1986م) أقتبسه العامري ، سلوان صالح . تحليل وتقويم الحياة وعلاقتها بنتائج مباريات كرة السلة .رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية -الجادرية ، جامعة بغداد، 1998م، ص18.

- رعد جابر باقر وكمال عارف ظاهر .المهارات الفنية بكرة السلة . بغداد :مطبعة التعليم العالي ، 1987م،ص143.
- عايدة علي حسين . أثر فاعلية الوسائل المساعدة في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستيك الفني للنساء ،أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية ، 1999 ص53.
- عباس أحمد السامرائي . كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة :مطبعة دار الحكمة ، 1991،ص42-45.
- علي سلوم الحكيم ، الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي ، جامعة القادسية ، 2004 ، ص 299 .
- علي محمد عبد الرزاق الخياط . تأثير استخدام جهاز مقترح في اكتساب تعلم بعض مهارات التنس الأرضي الأساسية ، رسالة ماجستير ،جامعة بغداد ، التربية الرياضية ، 1999،ص8.
- علي محمد عواجي .مجلة المعلم .مجلة تربوية ثقافية جامعة .
- محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد ، الاساليب الاحصائية في مجال البحوث التربوية . ط 1 ، عمان : مؤسسة الوراق ، 2001 ، ص171-274 .
- محمد نصر الدين رضوان ، الاحصاء اللابارومتري في بحوث التربية الرياضية ، القاهرة دار الفكر العربي 1989 م .
- منى محمد جواد . تحديد عناصر اللياقة الخاصة للعب التنس وكرة السلة . عن فاطمة محمد عبد المقصود تحديد عناصر اللياقة البدنية الخاصة ومدى مساهمتها لكل مركز من مراكز اللعب في كرة السلة . مجلة علوم وفنون الرياضه . جامعة حلوان . كلية التربية الرياضية للبنات . القاهرة . المجلد الثاني العدد الثالث . سبتمبر . 1990 . ص 107 .
- مهند عبد الستار : منهج تدريبي مقترح وتأثيره في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية في كرة السلة . رسالة ماجستير غير منشوره . جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية . 2000 . ص 76 .

ملحق رقم (1)

نموذج لوحة تدريبية

زمن الوحدة التدريبية (90 دقيقة)

(المجموعة التجريبية)

أقسام الوحدة التدريبية	الزمن بالدقيقة	التمارين	الحجم	الراحة	المقاومة المستخدمة	الشدة المستخدمة
التحضيرية	15 دقيقة	تمارين أحماء بالكرة وتمارين تمطية				

الرئيسي	15 دقيقة	العمل على الجدار المقترح (تمرين رفع الذراع المثقلة عشرة دفعات)	تكرار التمرين ثلاث مرات في ثلاث مجاميع	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	45 % من القوة القصوى	مرتفع الشدة (تحت القصوى)
	15 دقيقة	تمارين قوة للرجلين	(10 تكرار * 3) 3*	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	45 % من القوة القصوى	مرتفع الشدة (تحت القصوى)
	35 دقيقة	تمارين تهداف بالكرة				
الختامي	10 دقيقة	تمارين مرونة وأسترخاء				

ملحق رقم (2)

نموذج لوحدة تدريبية

زمن الوحدة التدريبية (90 دقيقة)

(المجموعة الضابطة)

أقسام الوحدة التدريبية	الزمن بالدقيقة	التمارين	الحجم	الراحة	المقاومة المستخدمة	الشدة المستخدمة
التحضيرية	15 دقيقة	تمارين أحماء بالكرة وتمارين تمطية				

الرئيسي	15 دقيقة	تمارين القوة المميره بالسرعة للذراعين (بنج بريس ، ضغط أكتاف خلفي وأمامي)	(تكرار التمرين ثلاث مرات) في ثلاث مجاميع	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	45 % من القوة القصوى	مرتفع الشدة (تحت القصوى)
	15 دقيقة	تمارين قوة للرجلين	(10 تكرار * 3) 3*	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	45 % من القوة القصوى	مرتفع الشدة (تحت القصوى)
	35 دقيقة	تمارين تهديف بالكرة				
الختامي	10 دقيقة	تمارين مرونة وأسترخاء				

تأثير منهج للياقة البدنية المرتبطة بالصحة في بعض القدرات الوظيفية

بحث تجريبي

على عينة من الطالبات الجامعيات (غير الرياضيات) بأعمار 18-22 سنة

للعام الدراسي 2005م - 2006م

م.د. ماهر احمد عاصي

كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية

الفصل الأول

التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تزايد الاهتمام العالمي بموضوع اللياقة البدنية نتيجة لأهميتها وضرورتها الملحة في التقليل من عوامل الخطورة المسببة لأمراض العصر الناتجة عن قلة الحركة المتولدة من خلال التقدم التكنولوجي وتوافر وسائل الراحة.

ولقد تناول العديد من الباحثين في دول العالم المتقدم مواضيع اللياقة البدنية وارتباطها بالصحة وتأثير ذلك في كفاءة الفرد بالعمل والإنتاج ودرجة فاعليته في المجتمع ، وقد وضعت الاستراتيجيات الخاصة بتطبيق برامج اللياقة البدنية على مختلف الفئات العمرية ولكلا الجنسين حتى عد النشاط البدني والحركي مرتبطا بالتراث الثقافي للأمم.

إن أداء التمارين بصورة منتظمة مع انتظام وقت أدائها لهما علاقة أكيدة بمسألة تقليل أخطار الإصابة بأمراض الجهاز القلبي التنفسي والتقليل من الاضطرابات الذهنية والمساعدة في التغلب على الضغوط النفسية . ويؤكد المهتمون بدراسات صحة المجتمع ضرورة الاهتمام ببرامج التكيف البدني العام وان تحسين كفاءة الجهاز الدوري التنفسي هو الأساس في عمليات التكيف ومقياس معتمد للصحة العامة ، ويتمثل بالجهد الشامل للجسم وبمعدلات شدة معتدلة وبوقت اداء طويل يؤدي إلى عملية التغيير في النمط الحياتي للفرد .¹ إن أهمية اللياقة البدنية لا تقتصر على الرجال بل على المراه التي تشكل نصف المجتمع والتي اخذ دورها يتنامى في مجالات الحياة كافة ، الا ان طبيعة مشاركتها في الأنشطة البدنية والفعاليات الرياضية التنافسية لا يشكّل حضورا فاعلا في مجتمعنا العربي .

ويرى " Wyrick, 1971 " إن هنالك سببين على الأقل لهما علاقة بمدى مشاركة المرأة في النشاط الحركي والرياضي وهما العوامل البيئية والعوامل البيولوجية لذا فانه من الضروري تحديد هذه المؤثرات ولاسيما البيولوجية منها من اجل إدراك كيفية زيادة حجم مشاركة المرأة في النشاط الحركي والرياضي وحتى التنافسي .

1 - صادق فرج ذياب : مفاهيم حديثة في التكيف البدني ، نشرة أصدرتها عمادة كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة بغداد ، 1999 ، ص 14 .

2 - Wyrick, Waneen,(1971),How Sex Differences Affect Research in Physical Education In DGWS Research Report; Women in sport (Ed, Dorothy V. Harris). Washington American Alliance for Health, Physical Education& Recreation, P.21.

إن مناهج اللياقة البدنية تضفي الحيوية والقدرة على التأثير الفاعل في المجتمع وإن إظهار أهمية تلك المناهج وتأثيراتها تقع على عاتق المعنيين بالتربية البدنية مستنديين بذلك إلى حقائق ونتائج موضوعية من خلال الدراسات والتجارب البحثية الميدانية .

ومن هنا جاءت أهمية البحث في توفير القناعات العلمية وإظهار دور وأهمية المناهج البدنية الصحية المبنية على الأسس العلمية في الارتقاء بالصحة العامة لشريحة واسعة في حجمها وكبيرها في فاعليتها وقدرتها التأثيرية في باقي شرائح المجتمع .

2-1 مشكلة البحث :

تعددت إغراض اللياقة استنادا إلى طبيعة الغاية المراد تحقيقها ، ولما كانت اللياقة البدنية من أجل الصحة إحدى أهم الإغراض التي تهدف إليها والتي لا يمكن تحقيقها إلا من خلال برامج علمية تشمل جميع عناصرها .

ولكون النشاط البدني والحركي يشكل أهمية بالغة في المحافظة على الصحة ولتوفير القناعات بالممارسة الرياضية المنتظمة من خلال مناهج تعتمد على التنوع في مفرداتها والترغيب لأجل الاستمرار ، إذ إن غالبية المناهج المتبعة لا تلبي احتياجات اللياقة الصحية وغالبا ما تكون أحادية الجانب في معالجة القضايا المتعلقة بها ، ولما تشكل القدرات الوظيفية من أهمية بالغة للصحة . عمد الباحث ومن خلال إطلاعه على المصادر العلمية الحديثة على بناء وتشكيل منهج يشمل مكونات اللياقة البدنية من أجل الصحة يتلائم وقدرات عينة البحث .

3-1 أهداف البحث :

- ١ - بناء منهج تدريبي بدني صحي مقترح يشمل على مكونات اللياقة البدنية من أجل الصحة يتلائم وعينة البحث.
- ٢ - معرفة تأثير المنهج المقترح في بعض القدرات الوظيفية.

4-1 فرضيات البحث :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار معدل ضربات القلب أثناء الراحة .
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار القابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين .
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار الحالة التدريبية للقلب .
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمؤشر الطاقة القلبية .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري :

شمل مجتمع البحث طالبات قسم التربية الرياضية كلية التربية الأساسية - الجامعة المستنصرية إذ تم

التحاق عينة طوعيا منهن وعددهن (18) طالبة

1-5-2 المجال الزمني :

اجري البحث للمدة من 4 / 2 / 2006 ولغاية 10 / 5 / 2006 .

1-5-3 المجال المكاني :-

تم إجراء البحث في قاعة الايروبكس لقسم التربية الرياضية في كلية التربية الأساسية - الجامعة المستنصرية

1-6 المصطلحات :

- Repetition Maximum (RM):

هو أقصى انقباضات تستطيع المجاميع العضلية أداءه بتكرارات محددة .^آ

- الايروبكس :

هي حركات متسلسلة ومنتظمة مع الإيقاع الموسيقي وهذه الحركات عبارة عن قفز وحجل وتحريك إطفاف

ومد عضلي تودى في رذم موسيقي .

- اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة :^N

هي تلك العناصر التي ترتبط أو تؤثر في الصحة أو هي القدرة الأدائية في اختبارات تعبر عن

كفاءة الجهاز الدوري التنفسي والتركيب الجسمي وقوة العضلات الهيكلية وتحملها ومرونتها .

الفصل الثاني

2- الدراسات النظرية :

2 - 1 اللياقة البدنية والصحة :

اللياقة ابدنية مفهومًا وتطبيقًا اشمل من مفهوم لياقة الجهاز القلبي التنفسي فكل من القوة

العضلية والتحمل والتكوين الجسماني تستحق إن تؤخذ بنظر الاعتبار إلا انه من الضروري الحصول على

اللياقة البدنية فضلًا عن لياقة الجهاز القلبي التنفسي إذ إن هنالك علاقة وثيقة بين المكونات المختلفة للياقة

البدنية والتقليل من الإصابة بأمراض الجهاز القلبي والتنفسي وكذلك احتمالية الإصابة بالأم الظهر .

إن الوصول إلى أعلى مستوى بالصحة أو المثالية (optimal health) أي شعور الأفراد بصحة وعافية وهي

جل ما تنبغيه اللياقة البدنية لأجل الصحة .

Fox & Mathews . The physiological Basis of E. &Athletic . 3 rd Spenders publishing .

-1981,P.135.

- ماهر احمد عاصي . تأثير برامج للياقة البدنية من اجل الصحة في بعض القدرات الجسمية والوظيفية والبدنية ، (أطروحة

دكتوراه) غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2000 ، ص 6 .

- إسامة كامل . علاقة نسب الشحوم وتباينها على بعض المتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالجهد البدني لدى الأطفال ، (أطروحة

دكتوراه) غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2000 ، ص 5 .

- مجلة التمرين واللياقة ، عن شبكة معلومات السيطرة على الوزن ، المركز الوطني لأمراض البول السكري والجهاز الهضمي ، أوتاوا، كندا، 2000 ، ص 1-4.

مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية المجلد الثامن العدد الأول

إن التمارين البدنية تعمل على استهلاك السرعات الحرارية الإضافية وعندما تتناغم الرياضة مع التغذية الصحيحة فإن ذلك يساعد في السيطرة على الوزن ومنع السمنة التي هي عامل خطورة رئيس للعديد من الأمراض، كما يساعد التمرين المنتظم في الوقاية من آلام الظهر عن طريق زيادة قوة العضلات وتحملها وتحسين المرونة ، ولقد أوجدت الدراسات حول التأثيرات الفسيولوجية للتمرين إن النشاط البدني المنتظم يمكن إن يحسن المزاج والشعور اتجاه النفس ويقلل الكآبة ويساعد على التعامل مع الإجهاد بشكل أفضل . إن إجراء 30 دقيقة فأكثر من التمارين الايروبيكية ثلاث مرات او اكثر في الأسبوع مع نوع معين من تمارين المقاومة (الشد) مرتان في الأسبوع على الأقل يمكن من الحصول على فوائد صحية. هنالك ارتباط واضح بين النشاط البدني بالعادات الصحية وعوامل الخطر البايولوجية (أمراض القلب ، زيادة الوزن ، انخفاض اللياقة الاوكسجينية ، ارتفاع مستوى الدهون في الدم ، ارتفاع الضغط الدموي) .

2 - 2 تمارين الايروبيكس :

لقد شهدت السنوات الأخيرة انتشارا واسعا لتمرين الايروبيكس وأصبحت لها شعبية كبيرة لخصوصياتها التي يمكن مزاولتها من الصغار والكبار ولكلاً الجنسين وأنها لا تتطلب ب توفر أماكن كبيرة لممارستها أو لأدوات باهضة ، ولطبيعة حركاتها المرافقة للموسيقى فأنها تضيف البهجة والمتعة مع الفائدة الصحية . إن الموسيقى المصاحبة للأداء الحركي تقوم بالتنسيق بين مراكز السيطرة المختلفة (مثل الحركي والحسي ، والسمعي ، والزمني) للدماغ فضلا عن ذلك فإن الموسيقى لها تأثير في مراكز السيطرة الذاتية في اللاوعي للجهاز العصبي وبذلك تقوم بتعميق الاحساسات اللحظية الناتجة عن الحركة وترتبط بينها في إنتاج خبرة حركية مستمرة. إن القابلية على التركيز وأحاسيس الحركة والتمييز الحسي كلها مرتبطة بأجزاء الدماغ المسيطرة على الانتباه وان هذه الارتباطات تعزز عمل الدماغ إذ إن هنالك نوع من النمط في صرف الطاقة والمشاعر وكذلك الزيادة في القدرة على التمييز فيما بين لخبرات العاطفية ذات المدة الطويلة على تأثيرات انتباه الدماغ .

2 - 3 تمارين المقاومة الخارجية :

ظهرت هذه التمرينات في بداية الخمسينات من القرن الماضي في جامعة ليدس بإنكلترا على يد كل من مورجان وادامسون لتطوير اللياقة البدنية لطلاب الجامعة ويتكون التدريب من مجموعة تمرينات مقاومة تودي واحداً تلو الآخر مع وجود راحة بينية لأثقل عن (10-15 ثانية) وتتراوح المقاومة بين (40 - 60 %) من اقصى مقاومة . ويكتسب الكثير من الرجال والنساء الذين يتدربون بالاثقال قدرا ملحوظا من القوة مع فقدان تدريجي في نسبة الشحوم، مع ان الرجال اقوى من النساء في بداية البرنامج التدريبي ولكن في نهايته فان نسبة زيادة القوة عند

Janssen - E,(and others); Adolescent determinates of Cardio vascular risk factors in adult men &women, Norway,2001,Sao;29(3):208-17.

Bergstrom, M.; Aivojen Physiologists uo Psyches on Brain Physiology &the Psyche, -PP.172 juvn;1980wsyo

مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية المجلد الثامن العدد الأول

الجنسين تكون متساوية، ويحدث التضخم العضلي في الذراعين بصورة ملحوظة وخاصة عند الرجال .ولقد كان هناك بعض القلق في الماضي حول ممارسة التدريب بالانتقال للنساء، لكن هذا القلق لاساس له اذ لم تثبت الدراسات والبحوث وجوده .

2 - 3 الترويح :

يعد الترويح من الامور المهمة التي برزت بشكل كبير في الاونة الاخيرة وعلى الرغم من قدمها الا انها اصبحت تشكل جانبا مهما في حياة الافراد والشعوب وقد ولدت الرياضة ونشأت في كنف الترويح وارتبطت الى اقصى حد بوقت الفراغ وعلى الرغم من استقلال الرياضة عن الترويح في العصر الحديث كنظام اجتماعي ثقافي الا انها مازالت ولسوف تظل مرتبطة بالترويح لان جوهر الرياضة يتأسس في المقام الاول على اهداف ترويحية ولان عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين لاهميتها للانسان مثل المتعة والتسلية والبهجة وازالة التوتر والاسترخاء والصحة واللياقة والخبرة الجمالية والاثارة والتنافس والجهد البدني والانجاز الرياضي والتنافس الشريف والتعبير عن النفس وتحقيق الذات.

ان برامج التدريب المنتظم فضلا عن تأثيرها المباشر والفوري فان لها جانبا مستديما من القيم والتاثيرات وان النشاط الترويحي فرديا او جماعيا في شكل العاب او تمرينات تؤدي الى تكييفات وظيفية مهمة .

2 - 4 الاسترخاء والموسيقى :

يرتبط الاسترخاء مع العلاج بالموسيقى بصورة وثيقة وذلك عن طريق ايقاف الشرود الذهني ومساعدة التفكير على الثبات ثم الوصول الى الهدوء الداخلي. فالاحساس بالصوت يؤدي الى توتر (تاثيرات نفسية - جسمية) يتبعها عودة الى التوازن والاحل وان ادراك الوقت يتاثر بقيمة التواترات الخطية. فالموسيقى البطيئة تطيل احساسنا بالوقت لانه سيكون للذاكرة المزيد من الوقت لتجربة (التوتر والحل) لذا فان وقت الساعة يضطرب والشخص يفقد حقيقة خط الزمن لاوقات متزايدة تساعده على خفض القلق والخوف والالم .

ان اختيار الموسيقى الملائمة يعد عملا مهما ويجب اختيارها هادئة وملطفة للمزاج لانها تتيح استجابة منخفضة للايض والتي توصف بانها علاقة للاسترخاء وتؤدي الى تاثير في الانظمة التلقائية المناعية والهرمونية والموصلات العصبية . وخلال جلسات الاسترخاء تدرك الموسيقى اولا في حالة اليقظة الطبيعية وباستمرار الاسترخاء تقل العتبات الحسية ويمكن للفرد ان يتحرك باتجاه احلام اليقظة ثم الغشية والتأمل وصولا الى حالة البهجة اعتمادا على الانغماس في الموسيقى .

الفصل الثالث

- منهج البحث وإجراءاته :

١ - صادق فرج ذياب . الاختلافات البدنية والحركية بين الجنسين ، نشرة اصدارتها كلية التربية الرياضية للبنات في جامعة بغداد ، 1996 ، ص31-32 .

٢ - كمال درويش، امين الخولي : اصول الترويح واوقات الفراغ (مدخل العلوم الانسانية)، القاهرة: دار الفكر العربي، 1990م، ص301-306 .

٣ - رباب حمودي حسن . اثر العلاج بالموسيقى لخفض القلق لدى طلبة الجامعة المستنصرية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الاداب، 2001، ص35.

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته في حل مشكلة البحث والوصول إلى تحقيق أهدافه . ويعد المنهج التجريبي (EXPERIMENTUL METHOD) احد مناهج البحث العلمي الأكثر استخداماً في المجال الرياضي كونه ((يقوم على أساس التعامل المباشر والواقعي مع الظواهر المختلفة ويقوم على ركيزتين أساسيتين هما الملاحظة والتجربة بأنواعها)) . (١)

3-2 عينة البحث :

يعد اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل المهمة للبحث ولا شك إن الباحث يفكر في عينة البحث منذ إن يبدأ في تحديد مشكلة البحث وأهدافه لان طبيعة البحث وفروضه وخطته تتحكم في خطوات تنفيذه واختيار أدواته وقد يلجأ الباحث إلى استخدام المعاينة اللا احتمالية لاختيار عينة بحثه ذلك إن المجتمع الأصلي غير معروف ، لذا اختار الباحث عينته بأسلوب العينة العرضية (أو العارضة) ACCHDENTAL SAMPLING وتسمى أحيانا بالعينة التي في متناول اليد CONVENINCE SAMPLING وهي تعتمد على اختيار الباحث للعينة التي يسهل الحصول عليها .²

وتم انخراط العينة طوعياً ، وبلغ عدد المشاركات بالبحث (18) تسع عشرة مشتركة .

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

١ -المراجع العربية والأجنبية .

٢ -جهاز تسجيل أستريو .

3-4 خطوات تنفيذ البحث :

1-توجيه الدعوة للالتحاق بالمنهج البدني الصحي للياقة البدنية .

2- تحديد القدرات الوظيفية.

3-وضع منهج واختيار نوع الموسيقى الملائمة للوحدات التدريبية.

4-أجراء التجربة الاستطلاعية.

5-أجراء الاختبارات القبلية.

6- تنفيذ المنهج.

7- أجراء الاختبارات البعدية.

8- القيام بمعالجة النتائج الإحصائية وعرضها وتحليلها ومناقشتها والخروج بالنتائج والتوصيات.

3 - 5 الاختبارات الوظيفية:

(١) -عبد المعطي محمد عساف ، وآخرون : التطورات المنهجية وعملية البحث العلمي ، عمان : دار وائل للنشر والتوزيع ، 2002م /ص 79-80 .

(٢) -محمد حسن علاوي ،إسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، طبعة القاهرة : دار الفكر العربي /1999م ، ص 147

تم اعتماد اختبارات وظيفية تحظى بدرجة قبول عالية في الأوساط العلمية وللتأكد من توافر

الشروط العلمية لها ، عمد الباحث إلى استخراج الصدق والثبات والموضوعية . إذ تم استخراج صدق المحتوى من خلال عرضها على الخبراء واستخرج الثبات بطريقة إعادة الاختبار بعد سبعة أيام على عينة استطلاعية من خمس متدربات وكانت علاقة الارتباط معنوية وتحققت الموضوعية للاختبارات من خلال اعتمادها على أجهزة قياس معترف بها في الأوساط الطبية .

3- 5- 1 اختبار معدل ضربات القلب :

- غرض الاختبار / قياس معدل ضربات القلب أثناء الراحة .
- وحدة القياس / ضربة بالدقيقة
- الأداة / جهاز طبي الكتروني
- وصف الأداء / تستلقي المتدربة لمدة (10 - 15 دقيقة) ، ثم يتم ربط الجهاز على معصم الذراع الأيسر ويضغط على زر التشغيل .

- التسجيل / تسجل القراءة الظاهرة في شاشة الجهاز .

3- 5- 2 اختبار القابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين النسبي (vo2max) :

- غرض الاختبار / قياس القابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين .
- وحدة القياس / ملليلتر/كغم/دقيقة .
- الأدوات المستخدمة / 1 - (4) صناديق خشبية بارتفاع (10، 20، 30، 40 سم) وبإبعاد (40 * 40 سم) .
- ب - جهاز طبي الكتروني لتسجيل معدل ضربات القلب .
- ج - ساعة توقيت الكترونية .
- د - جهاز تسجيل .
- هـ - كاسيت مسجل عليه إيقاعات بواقع (120) ضربة بالدقيقة . (كبدل عن جهاز المترونيرم لعدم توفره).

- وصف الأداء / تقف المتدربة عند الصندوق الأول ارتفاع (10 سم) وعند إطلاق صافرة البدء المتزامن مع الإيقاع الموسيقي والساعة الالكترونية تبدأ المتدربة بالصعود بقدم واحدة تتبعها الأخرى ثم تنزل القدم الأولى وتتبعها الثانية، وتكون سرعة الصعود والنزول متزامنة مع الرزم الموسيقي ويستمر العمل الجهد الأول لغاية (3) دقائق تتوقف المختبرة لمدة لا تتجاوز (15) ثانية يقاس عندها معدل ضربات القلب بواسطة الجهاز الالكتروني . ثم تتواصل بنفس الطريقة عند الصناديق الثاني والثالث والرابع .

- التسجيل / يتم استخراج القابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين النسبي على وفق المعادلة :

$$Vo2max = (f+h \times 1.8 \times 1.3) + 1/3f$$

إذ إن :

$$F = \text{التكرار (عدد مرات الصعود)}$$

H = ارتفاع الصندوق

1.3، 1.8 = أرقام ثابتة

وتم استخراج قيمة كل جهد تام على كل صندوق ولاستخراج معدل استهلاك الأوكسجين القصوى لعينة البحث يتم رسم المحورين السيني والصادي على ورق بياني ويتم تقسيم المحور الصادي إلى درجات تمثل معدل ضربات القلب، إما المحور السيني فيقسم إلى درجات تعبر عن مقدار القابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين، ثم نحدد معدل النبض الأقصى للمتدربة من خلال المعادلة :

أقصى نبض = 220 - عمر المتدربة

وبعد ذلك يتم وضع نقاط تمثل معدل ضربات القلب في الجهد الأول والجهد الثاني والثالث والرابع على التوالي ثم نرسم خطأً من النقطة الأولى مروراً بأقرب مجال للنقاط التالية إلى إن يتقاطع مع الخط الذي يمثل أقصى نبض للمختبرة الذي يتوازي مع المحور السيني ومن نقطة التلاقي ننزل عموداً خطياً على المحور السيني ونقرا عند تقاطعه مقدار القابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين للمتدربة .

3 - 5 - 3 اختبار روفيه Ruffier :

- غرض الاختبار / تقويم الحالة التدريبية للقلب

- وحدة القياس / درجة

- الأدوات المستخدمة /

أ - صندوق خشبي بارتفاع (50 سم) وبإبعاد (30 × 40 سم)

ب - جهاز إلكتروني لقياس معدل ضربات القلب

ج - جهاز تسجيل

د - كاسيت مسجل عليه إيقاعات بواقع (120) ضربة بالدقيقة. (كبدل عن جهاز

المترونيرم لعدم توفره).

- وصف الأداء / يقاس معدل ضربات القلب للمتدربة وهي في حالة راحة تامة بعدها تقف أمام الصندوق الخشبي وتكون إحدى قدميها فوق الصندوق والأخرى على الأرض والجذع عمودياً وعند إطلاق صافرة البدء المتزامن مع الإيقاع الموسيقي والساعة الإلكترونية تبدأ المتدربة بالصعود بقدم واحدة تتبعها الأخرى ثم تنزل القدم الأولى وتتبعها الثانية، ويكرر الصعود والنزول (30) مرة في الدقيقة أي بمعدل (120) خطوة كاملة ويكرر التمرين لمدة (3) دقائق وفور انتهاء الجهد يقاس معدل ضربات القلب ويعاد القياس بعد مرور (1) دقيقة واحدة على انتهاء الجهد .

- التسجيل / تحسب الدرجات على وفق المعادلة :

$$ن + 1 + 2ن + 3ن - 200$$

----- الحالة التدريبية للقلب = -----

١ - علي سلوم . الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، 2004 ، ص 71-73 .

إذ إن :

ن 1 = معدل ضربات القلب إثناء الراحة

ن 2 = معدل ضربات القلب بعد انتهاء الجهد مباشرة

ن 3 = معدل ضربات القلب بعد مرور دقيقة على انتهاء الجهد

ويتم التقويم على النحو التالي :

0 _____ 2.9 ممتاز

3 _____ 5.9 جيد للغاية

6 _____ 9.9 جيد

10 _____ 14 عادي

14 _____ فأكثر (الفرد بحاجة إلى تدريب لتحسين الحالة التدريبية للقلب)

3-5-4 مؤشر براش للطاقة :

- غرض الاختبار / قياس مؤشر الطاقة القلبية

- وحدة القياس / درجة

- الأدوات المستخدمة / جهاز الكتروني لقياس معدل ضربات القلب والضغط الدموي (الانقباضي والانبساطي)

- وصف الأداء / تجلس المتدربة لمدة (10) دقائق ثم يلف الجهاز الالكتروني على معصم

المتدربة اليسرى ويضغط على مفتاح التشغيل ويتم قراءة النتائج من شاشة الجهاز .

- التسجيل / يتم استخراج مؤشر الطاقة القلبية على وفق المعادلة التالية

(الضغط الانقباضي + الضغط الانبساطي) × معدل ضربات القلب

مؤشر الطاقة القلبية (براش) =

100

ويتم التقويم على النحو التالي :

أ - الأشخاص الذين يسجلون نتائج اقل من (90) مؤشر طاقة يكون لديهم هبوط غير سوي في ضغط الدم.

ب - الأشخاص الأصحاء يتوقع لهم إن يسجلوا نتائج تكون ما بين (110 - 160) مؤشر طاقة.

ج - الأشخاص الذين تزيد درجاتهم عن (200) مؤشر طاقة يكون لديهم ارتفاع غير سوي في ضغط الدم .

3-6 المنهج البدني الصحي:

- محمد نصر الدين رضوان . طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، 1998 ، ص 83 - 84 .

بعد الإطلاع على العديد من المصادر العلمية والاستفادة من آراء بعض الخبراء والمختصين في مجال الرياضة من أجل الصحة والمجال الموسيقي تم بناء المنهج التدريبي وعرض مرة أخرى عليهم بصيغته النهائية ، ايدو جميعهم سلامته وملائمته لعينة البحث والهدف المراد منه . وكما موضح في ادناه :

1-اعد المنهج لمدة (12) أسبوع بواقع (3) وحدات في الأسبوع، وتم تنفيذ (36) وحدة تدريبية نفذت أيام (الأحد، الثلاثاء ، الخميس) بزمان تنفيذ فعلي يتراوح من (15 - 20 دقيقة) مع بعض الارشادات الكلامية.

2- تم اختيار موسيقى هادئة وملطفة للمزاج خالية من الكلام لمنع إيصال رسائل إلى الجانب التحليلي في الدماغ فينشغل في فهم معانيها وتشنيت التركيز نحو التأمل والتحليق بالموسيقى ، ومعظم المختارات الموسيقية تعتمد على (التوتر والتفرغ) والموسيقى التاملية والإيقاعات فيها تكون بمعدل (60) ضربة في الدقيقة وهي وسيلة لجعل الجسم يميل إلى مزامنة الإيقاعات الداخلية مع الإيقاعات الخارجية .

3- تم تطبيق المنهج وتوزيع التمرينات على اغلب المجموعات العضلية وأشتمل المنهج على حركات الشد والإرخاء وبواقع خمس تكرارات لكل تمرين.(انظر الملحق ا)

7-4 التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحث تجربة استطلاعية للتأكد من كفاءة فريق العمل المساعد وسلامة الأجهزة المساعدة وأجريت التجربة بتاريخ 2006/2/11

8-3 التجربة الرئيسية :

تم إجراء الاختبارات القبليّة في 2006/2/18 وبدأ تنفيذ المنهج التدريبي في 2006/2/20 ولغاية 2006/5/8 ، وأجريت الاختبارات البعدية في 2006/5/10 .

9-3 الوسائل الإحصائية :

1 - معامل الارتباط البسيط

2 - الوسط الحسابي

3 - الانحراف المعياري

4 - اختبار (T) للعينات المتناظرة

الفصل الرابع

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

بعد إن أتم الباحث اختباراته القبليّة وتنفيذ تجربة البحث وإنهاء الاختبارات البعدية عمد إلى معالجة نتائج الاختبارات الوظيفية باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة وعرضها في الجدول (1) .

جدول (1)

يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للاختبارات الوظيفية وقيمة T المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق

المعالجة	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	قيمة T	درجة T	قيمة T	دلالة
----------	-----------------	-----------------	--------	--------	--------	-------

- وديع ياسين، حسن محمد : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية،الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 1999م، ص 101-270.

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ± ع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ± ع	المحسوبة	الحرية	الجدوليّة تحت مستوى دلالة 0.05	الفروق
معدل ضربات القلب إثناء الراحة (ضربة/دقيقة)	84.64	3.22	78.54	5.35	6.46	17	2.11	دال معنوي
VO2MAX ملييلتر/كغم/دقيقة	28.65	3.64	34.72	3.66	4.58			دال معنوي
الحالة التدريبية للقلب (درجة)	11.20	2.54	7.56	1.23	7.33			دال معنوي
مؤشر الطاقة القلبية (درجة)	158.35	11.54	136.22	10.62	15.22			دال معنوي

بلغ المتوسط الحسابي لمعدل ضربات القلب إثناء الراحة في الاختبار القبلي (84.64 ضربة/دقيقة) وبانحراف معياري بلغ (± 3.22)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار أبعدي (78.54 ضربة/دقيقة) وبانحراف معياري بلغ (± 5.35). وعند استخدام قانون (T.test للعينات المتناظرة) ظهرت قيمة T المحسوبة (6.46)، وهي اكبر من الدرجة الجدولية البالغة (2.11) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (17). وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار أبعدي.

فيما بلغ المتوسط الحسابي للقابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين (VO2MAX) في الاختبار القبلي (28.6 ملييلتر/كغم/دقيقة) وبانحراف معياري بلغ (± 3.64)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار أبعدي (34.72 ملييلتر/كغم/دقيقة) وبانحراف معياري بلغ (± 3.66). وعند استخدام قانون (T.test للعينات المتناظرة) ظهرت قيمة T المحسوبة (4.58)، وهي اكبر من الدرجة الجدولية البالغة (2.11) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (17). وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار أبعدي.

و بلغ المتوسط الحسابي للحالة التدريبية للقلب في الاختبار القبلي (11.20 درجة) وبانحراف معياري بلغ (± 2.54)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار أبعدي (7.56 درجة) وبانحراف معياري بلغ (± 1.23). وعند استخدام قانون (T.test للعينات المتناظرة) ظهرت قيمة T المحسوبة (7.33)، وهي اكبر من الدرجة الجدولية البالغة (2.11) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (17). وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار أبعدي.

و بلغ المتوسط الحسابي لمؤشر الطاقة القلبية في الاختبار القبلي (158.35 درجة) وبانحراف معياري بلغ $(11.54 \pm)$ ، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (136.22 درجة) وبانحراف معياري بلغ $(10.62 \pm)$. وعند استخدام قانون (T.test) للعينات المتناظرة) ظهرت قيمة T المحسوبة (15.22)، وهي اكبر من الدرجة الجدولية البالغة (2.11) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (17). وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار البعدي.

ومن خلال النتائج التي تم عرضها يلاحظ بان عينة البحث قد حققت تكيفاً ايجابيا في كافة المتغيرات الوظيفية إذ أظهرت نتائج معدل ضربات القلب إثناء الراحة فرقا معنوياً ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث هذا الفرق إلى طبيعة التمرينات الهوائية التي تضمنها المنهج المعد والتي تتطلب تكيفاً وظيفياً نتيجة لحاجة العضلات العاملة إلى الأوكسجين والذي ينقل بواسطة الدم إذ تزداد الحاجة إلى ضخ الدم بشكل مستمر ومتزايد إثناء النشاط البدني وكما هو معروف فان نبضات القلب (HR) يتناسب عكسياً مع حجم الضربة (SV) وهذا دليل على سعة حجم الضربة وبالتالي فانه يعد مؤشراً ايجابياً ودلالة صحية لعينة البحث، إن معدل ضربات القلب يعد مؤشراً مهماً على صحة وكفاءة عضلة القلب فكلما كان معدل ضربات القلب وقت الراحة مرتفعاً دل ذلك على وضع غير طبيعي وغير صحي .^١

كما دلت نتائج الاختبارات عن وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية ولصالح الاختبارات البعدية في اختبار القابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين (VO2MAX) يعزو الباحث سبب ذلك الفرق إلى طبيعة تمرينات المقاومة المستخدمة بأسلوب (RM 10) و تمرينات الايروبيكس الهوائية فضلاً عن الألعاب الترويحية والاسترخاء والذي ساهمت في رفع كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي وزيادة المكون العضلي وزيادة الناتج القلبي وتحسين تحرير الطاقة في العضلات العاملة . إذ يعد الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين قدرة الإنسان على اداء العمل العضلي اعتماداً على الأوكسجين إثناء العمل مباشرة. وقد عده علماء الطب الرياضي والفلسفة من أفضل الاختبارات الوظيفية في المجال الرياضي لأنه لا يعطى معلومات عن الطاقة الهوائية فقط وإنما عن كفاية رئوية عالية وكفاية عضلية لبيوت الطاقة .

و دلت نتائج الاختبارات عن وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية ولصالح الاختبارات البعدية في اختبار الحالة التدريبية للقلب إذا انتقلت العينة من المستوى العادي على وفق درجات المقياس إلى مستوى جيد وهذا يدل على قدرة عالية في استعادة الشفاء والتخلص من حامض اللاكتيك في العضلات وهذا جاء نتيجة تركيبية المنهج التدريبي الذي اعتمد على تمارين المقاومة بأسلوب الشدة المعتدلة نسبياً وطبيعة تمرينات الايروبيكس الهوائية فضلاً عن تمرينات الترويح والاسترخاء التي تساعد في التخلص وتصريف حامض اللاكتيك وتعويض النقص الاوكسجيني الحاصل نتيجة المجهود البدني .

١ - عائد فضل : منحنى جديد في مفهوم اللياقة البدنية والتخلص من السمّة ، سلسلة الثقافة الرياضية ، معهد البحرين الرياضي ، العدد (16)، 1995، ص5.

٢ - Corbin, C.B & Lindsay.; Concept of physical fitness .Brown & Benchmark, Madisow,1997,p.62.

إن سرعة العودة للحالة الطبيعية بعد الجهد البدني يعد مؤشراً جيداً للحالة الوظيفية .^١
 كما و دلت نتائج الاختبارات عن وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية ولصالح الاختبارات البعدية في اختبار مؤشر الطاقة القلبية ويعزو الباحث ذلك الفرق إلى الانخفاض في معدل ضربات القلب فضلا عن الانخفاض النسبي في الضغط الدموي نتيجة للتمرينات الهوائية التي تضمنها المنهج البدني الصحي ، وعلى الرغم من وقوع نتائج الاختبارين القبلي والبعدى في مستويات الأشخاص الأصحاء إلا إن النتائج تشير إلى تحسن وتكيف وظيفي في القلب ويعد عامل وقائي ضد أمراض القلب والأوعية الدموية. إذ إن أهم عوامل الوقاية من أمراض القلب هو مزاوله الرياضة والألعاب البدنية المختلفة وخاصة التمارين الهوائية وبشكل منتظم.

الفصل الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

- 1 - ظهور فروق معنوية بين الاختبارات القلبية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية في متغيرات معدل ضربات القلب إثناء الراحة والقابلية القصوى لاستهلاك الأوكسجين والحالة التدريبية للقلب ومؤشر الطاقة القلبية.
- 2 - حصول بعض التكييفات الوظيفية المهمة المرتبطة بالصحة لعينة البحث .
- 3 - على الرغم من حصول بعض التكييفات في القدرات الوظيفية إلا إن مستويات العينة كانت ضمن الحدود العادية في بعض المتغيرات وخصوصا لمؤشر الطاقة القلبية .
- 4 - كان لإدخال فعاليات الترويح ضمن فقرات النهج الأثر البالغ في إضفاء جو من المرح والسرور للعينة خلال تنفيذ المنهج .
- 5 - نجاح المنهج المعد من قبل الباحث في إحداث التطور في الصحة من خلال تأثيره المباشر في المتغيرات الوظيفية .

5-2 التوصيات والمقترحات :

- ١ - ضرورة الاهتمام باللياقة الصحية كونها تمثل الأساس في البناء الرياضي والاستفادة من المنهج المقترح لتحقيق تلك الغاية .
- ٢ - ضرورة اهتمام المختصين والباحثين في مجال التربية البدنية بمواضيع اللياقة البدنية والرياضة للجميع دون التركيز على رياضة الإنجاز العالي فقط .
- ٣ - استعمال الشدد التدريبية المعتدلة والمتوسطة على وفق معدل ضربات القلب والتكرارات المتعددة في تمارين المقاومة إثناء تنفيذ مناهج اللياقة الصحية .
- ٤ - إدخال التمارين الترويحية ضمن الوحدات التدريبية تساهم في إضفاء أجواء من المتعة

١ - هارة . اصول التدريب ن ترجمة عبد علي نصيف ن ط2 ، الموصل : مطبعة التعليم العالي ، 1990 ، ص 189 .
 ٢ - طارق عبد العزيز كريم . أمراض القلب .. الأسباب وطرق الوقاية ، بغداد : وزارة الصحة بالتنسيق مع منظمة الصحة العالمية 1996 ، ص6 .

والمرح والاستمرار بالتدريب فضلا عن الفوائد الصحية .

5 - استعمال تمارين الاسترخاء والتدليك في نهاية الوحدات التدريبية تساهم في تخفيف حدة

التوتر العضلي وتخفيف الآلام الناجمة من جراء التدريب .

5 - إصدار الدوريات والنشرات التي تعنى باللياقة الصحية والغذاء .

6 - إجراء البحوث والدراسات المشابهة على متغيرات أخرى .

المصادر

- إسامة كامل . علاقة نسب الشحوم وتباينها على بعض المتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالجهد البدني

لدى الأطفال ، (أطروحة دكتوراه) غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2000

- رباب حمودي حسن . اثر العلاج بالموسيقى لخفض القلق لدى طلبة الجامعة المستنصرية، رسالة

ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، 2001

- صادق فرج نياي : مفاهيم حديثة في التكيف البدني ، نشرة أصدرتها عمادة كلية التربية الرياضية

للبنات ، جامعة بغداد ، 1999

- صادق فرج نياي . الاختلافات البدنية والحركية بين الجنسين ، نشرة أصدرتها كلية التربية الرياضية

للبنات في جامعة بغداد ، 1996

- طارق عبد العزيز كريم . إمراض القلب .. الأسباب وطرق الوقاية ، بغداد : وزارة الصحة بالتنسيق مع

منظمة الصحة العالمية ن 1996

- عائد فضل : منحى جديد في مفهوم اللياقة البدنية والتخلص من السمنة ، سلسلة الثقافة الرياضية ،

معهد البحرين الرياضي ، العدد (16)، 1995

- عبد المعطي محمد عساف ، وآخرون : التطورات المنهجية وعملية البحث العلمي ، عمان : دار وائل

للنشر والتوزيع ، 2002م

- علي سلوم . الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، 2004

- كمال درويش ، أمين الخولي : أصول الترويح وأوقات الفراغ (مدخل العلوم الإنسانية) ، القاهرة: دار

الفكر العربي، 1990م

- ماهر احمد عاصي . تأثير برامج اللياقة البدنية من اجل الصحة في بعض القدرات الجسمية والوظيفية

والبدنية ، (أطروحة دكتوراه) غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2000

- مجلة التمرين واللياقة ، عن شبكة معلومات السيطرة على الوزن ، المركز الوطني لأمراض البول

السكري والجهاز الهضمي ، أوتاوا، كندا، 2000

- محمد حسن علاوي ، إسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ،

طبعة القاهرة : دار الفكر العربي / 1999م

- محمد نصر الدين رضوان . طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، 1998
- هارة . أصول التدريب ن ترجمة عبد علي نصيف ن ط2 ، الموصل : مطبعة التعليم العالي ، 1990
- وديع ياسين، حسن محمد : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999م

- Bergstrom, M.; Aivojen Physiologists our Psyches on Brain Physiology &the Psyche, juvn;1980wsoy
- Coaching Association of Canada – Coaching,(1988),Level(3),
- Corbin, C.B & Lindsay.; Concept of physical fitness .Brown & Benchmark, Madisow,1997,p.62
- Fox & Mathews . The physiological Basis of E. &Athletic . 3 rd Spenders publishing . 1981,
- Wyrick, Waneen,(1971),How Sex Differences Affect Research in Physical EducationIn DGWS Research Report; Women in sport (Ed, Dorothy V. Harris).
Washington American Alliance for Health, Physical Education& Recreation,.

يوضح المنهج البدني الصحي المقترح

الاسم: مواليد: تاريخ البدء: تاريخ نهاية البرنامج:

معدل ضربات القلب في الدقيقة (RHR) : ضاد نسبة الهيموكلوبين في الدم (

RBP) : مليلترهيموكلوبين الطول : سم الوزن: كغم

شدة التمرين (الحمل) بطريقة معدل الأقصى لضربات القلب M.H.R :

شدة التمرين $100 \times$ المعدل الأقصى لضربات القلب M.H.R = ضربات (معدل ضربات القلب المستخدمة بالتدريب)

شدة تمرين القوة : أقصى أنجاز للقوة \times الشدة المطلوبة

100

المنهج PORGRAM

علاز لظ 4			علاز لظ 3			علاز لظ 2			علاز لظ 1			علاز لظ	علاج لظ	كذلك	علاز لظ		
الوحدة 12	الوحدة 11	الوحدة 10	الوحدة 9	الوحدة 8	الوحدة 7	الوحدة 6	الوحدة 5	الوحدة 4	الوحدة 3	الوحدة 2	الوحدة 1	حمل					
د3	د3	د3	د3	د3	د3	د3	د3	د3	د3	د3	د3	د3	الزمن	مسير وهرولة	1	التحضير	
د7	د7	د7	د7	د7	د7	د7	د7	د7	د7	د7	د7	د7	الزمن	تمارين إعداد	2		
د9	د9	د9	د9	د9	د9	د9	د9	د9	د9	د9	د9	د9	الزمن	تمارين مقاومة طريقة التدريب الدائري RM10	1		القسم الرئيس
%50	%55	%50	%55	%60	%55	%55	%55	%50	%50	%55	%50	الشدة	2				
1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	التكرار	3				
د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	الراحة	4				
د31	د31	د31	د31	د31	د31	د31	د31	د31	د31	د31	د31	الزمن	تمارين الإيروبيكس طريقة التدريب المستمر	5			
%60	%65	%60	%65	%70	%65	%70	%70	%70	%65	%60	%60	الشدة		6			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	التكرار		7			
د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	د1	الراحة		8			
د5	د5	د5	د5	د5	د5	د5	د5	د5	د5	د5	د5	الزمن	ألعاب وتمارين ترويحية	9			
%50	%50	%50	%50	%50	%50	%50	%50	%50	%50	%50	%50	الشدة		10			
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	التكرار		11			
د2	د2	د2	د2	د2	د2	د2	د2	د2	د2	د2	د2	الراحة		12			
د4	د4	د4	د4	د4	د4	د4	د4	د4	د4	د4	د4	الزمن	تمارين تهدئة	13	الختامي		
د16	د16	د16	د16	د16	د16	د16	د16	د16	د16	د16	د16	الزمن	تمارين استرخاء وتدليك	14			

عزل لظ 8			عزل لظ 7			عزل لظ 6			عزل لظ 5			عزل لظ 4	الوقت	التمرين	المرحلة	أهداف
الوحدة	الوحدة	الوحدة	حجم التمرين													
24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	ب				
3د	3د	3د	الزمن	مسير وهرولة	1	التحضير										
7د	7د	7د	الزمن	تمارين إعداد	2											
15د	15د	15د	الزمن	آلية RM10 طريقة التدريب الدوري مقاومة	1	القسم الرئيسي										
60%	60%	60%	60%	65%	65%	60%	60%	60%	55%	55%	55%	الشدة		2		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	التكرار		3		
10ثا	10ثا	10ثا	15ثا	15ثا	15ثا	10ثا	10ثا	10ثا	10ثا	10ثا	10ثا	الراحة		4		
36د	36د	36د	الزمن	تمارين الأيروبيكس طريقة التدريب المستمر	5											
70%	70%	70%	75%	70%	75%	75%	70%	70%	70%	65%	70%	الشدة		6		
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	التكرار		7		
2د	2د	2د	الراحة		8											
9د	9د	9د	الزمن	ألعاب وتمارين ترويقية	9											
50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	الشدة		10		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	التكرار		11		
2د	2د	2د	الراحة		12											
4د	4د	4د	الزمن	تمارين تهدئة	13	الختامي										
16د	16د	16د	الزمن	تمارين استرخاء وتدليك	14											

عزل لظ 12			عزل لظ 11			عزل لظ 10			عزل لظ 9			عزل لظ 8	الوقت	التمرين	المرحلة	الهدف		
الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	الوحدة	حمل التدريبي						
36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	ب						
3د	3د	3د	3د	3د	3د	3د	3د	3د	3د	3د	3د	الزمن	مسير وهرولة	1	التحضير	ب		
7د	7د	7د	7د	7د	7د	7د	7د	7د	7د	7د	7د	الزمن	تمارين إعداد	2				
27د	27د	27د	31د	31د	31د	27د	27د	27د	18د	18د	18د	الزمن	تمارين مقوّمه طريقة التدريب الدائري آلية RM10	1	القسم الرئيس			
60%	60%	60%	65%	65%	65%	60%	60%	65%	60%	55%	60%	الشدة		2				
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	التكرار		3				
15ثا	15ثا	15ثا	20ثا	20ثا	20ثا	15ثا	15ثا	15ثا	15ثا	15ثا	15ثا	الراحة		4				
45د	45د	45د	45د	45د	45د	45د	45د	45د	45د	45د	45د	الزمن	تمارين الأيروبيكس طريقة التدريب المستمر	5				
75%	75%	75%	80%	80%	80%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	الشدة		6				
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	التكرار		7				
2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	الراحة		8				
18د	18د	18د	14د	14د	14د	18د	18د	18د	18د	18د	18د	الزمن	ألعاب وتمارين تروبيجية	9				
50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	50%	الشدة		10				
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	التكرار		11				
2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	2د	الراحة		12				
4د	4د	4د	4د	4د	4د	4د	4د	4د	4د	4د	4د	الزمن	تمارين تهدئة	13			الختامي	ي
16د	16د	16د	16د	16د	16د	16د	16د	16د	16د	16د	16د	الزمن	تمارين استرخاء وتديك	14				

توزيع الانتباه وعلاقتة بدقة اتخاذ القرار لحكام الكرة الطائرة

بحث مقدم من قبل

أ . م . د . ياسين علوان

م . شيماء علي خميس

2007 م

1428 هـ

1- التعريف بالبحث :-

1-1 المقدمة وأهمية البحث :-

تعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب التي واكبت التقدم ومسيرتها المستمرة وهذا واضح من خلال التغيير في قانون اللعبة الخاص بها وكذلك اللاعبين ، إضافة الى تميزها بالسهولة والمتعة في أدائها من قبل اللاعبين وإثارة وتشويق الجمهور نحو الممارسة والمشاهدة فهناك عناصر أساسية للعبة وهي الملعب ، الأدوات ، اللاعبين والحكام الذين يشكلون العنصر الرئيسي لإخراج المباراة بالصورة المطلوبة وتدار كل مباراة بواسطة حكم أول لة السلطة المطلقة لتطبيق مواد القانون للعبة بالتعاون مع الحكم الثاني الذي لدية السلطة أيضا إضافة الى حكام الخطوط الجانبية وحكم مسجل ، حيث جميع هؤلاء يقدمون النصيحة والمساعدة على اتخاذ القرارات للأحداث التي لم يشاهدها بنفسه وتعتبر قرارات الحكم فيما يتعلق بالحقائق والوقائع المتصلة بالملعب نهائية . " فالحكم دائم التفاعل داخل الملعب مع أحداث اللعبة ويتطلب ذلك معرفة طبيعتها لكي يستطيع ان يتوافق معها وان يستثمرها لتحقيق العدالة من اجل إعطاء القرارات السليمة لهذه اللعبة ويعد العامل النفسي احد العوامل المهمة في دقة القرار " .

ولأجل تحقيق المتطلبات والمهمات الواجب ان يقوم بها الحكم يجب ان يعد إعدادا بدنيا وعقليا حيث ان التكامل في لياقته البدنية يساعد في قدرته على مقاومة التعب من جهة كما يساهم في المحافظة على قدراته العقلية والذهنية ذات العلاقة بالاستعداد البدني " لان عمليات الانتباه من الموضوعات النفسية المهمة التي لها علاقة بالاداء الحركي الذي لة دور فاعل في التهيؤ والاستعداد قبل وأثناء الاداء الحركي وخاصة في الحركات التي يتحدد مستوى الإنجاز فيها ويعتمد على وضع الرياضي في هذه الفترة الوجيزة التي يكون لها دور مهم في عملية الحصول على الهدف المطلوب ، وان ضعف الانتباه يعد من الحالات السلبية قبيل بداية الاداء اذ لا يمكن رد فعل سريع دون انتبا هجيد " .

روبرت نايدفر . دليل الرياضي للتدريب الذهني ، ترجمة محمد رضا وآخرون ، مطبعة دار الحكمة ، الموصل ، 1991 ، ص 124 .

قاسم حسن حسين . علم النفس الرياضي (مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب) ، مطبعة التعليم العالي ، الموصل ، 1999 ، ص 121 .

2-1 مشكلة البحث :-

نجد ان من الضروري ان يتميز الحكم بإعداد جيد ومتكامل في جميع النواحي (الفنية ، البدنية ، النفسية ، الصحية) لكي يكون على أتم استعداد لإدارة أي مباراة يكلف بقيادتها بمظهر جيد بعيد عن الأخطاء التي ترتكب لأسباب ومؤثرات عديدة سواء كانت داخلية كالقلق والتوتر او خارجية من الجمهور او اللاعبين او ظروف المباراة ، فعدم الاستعداد النفسي للحكم قبل المباراة يؤثر على مستوى ادائه ويقلل من قابليته في توزيع الانتباه على كافة مجريات المباراة ، فالعمليات العقلية مهمة في التحكيم وتعتمد عليها عملية توزيع الانتباه والتي لا تأخذ دور كبير ومهما في برامج تطوير الحكام بل اعتمدت البرامج على الجوانب البدنية على حساب بقية الجوانب الاخرى .

ومن خلال المشاهدات للمباريات من قبل الباحثان وجدا ان هناك قلة في الاهتمام بدراسة توزيع الانتباه للحكم وتأثير ذلك في دقة قراره إضافة الى عدم اخضاع الحكم الى اختبارات وتقييمات نفسية قبل المباريات بالإضافة الى الاختبارات الفنية والبدنية الخاصة وبصورة مستمرة والذي يؤثر على مستوى الاداء في المباراة وبالتالي لة دور كبير في التوصل الى معرفة العلاقة بين توزيع الانتباه ودقة اتخاذ القرار لحكام كرة الطائرة ووضع الحلول المناسبة التي تعتبر ضرورية ومهمة لتحسين دقة القرار لدى الحكام .

1-3 أهداف البحث :-

* التعرف على مستوى توزيع الانتباه ودقة اتخاذ القرار لحكام الكرة الطائرة .

* التعرف على العلاقة بين توزيع الانتباه ودقة اتخاذ القرار لحكام الكرة الطائرة .

1-4 فرض البحث :-

* هناك علاقة ارتباط ايجابية بين توزيع الانتباه ودقة اتخاذ القرار لحكام الكرة الطائرة .

1-5 مجالات البحث :-

1- المجال البشري : مجموعة من الحكام الدوليين للكرة الطائرة في العراق .

2- المجال الزمني : المدة الزمنية من 25 / 4 / 2007 ولغاية 1 / 7 / 2007 .

3- المجال المكاني : قاعة المعهد الفني في (النجف الاشرف) .

2- الدراسات النظرية :-

1-2 الانتباه :-

يلعب الانتباه دورا هاما في حياة الإنسان لمساهمته في وصف العملية التي يقوم الفرد من خلالها بادراك البيئة المحيطة به عن طريق استخدام أعضاء الحس المختلفة لديه ، فعندما يركز الفرد انتباهه على شيء معين ، فإن ذلك يعني انه أصبح مدركا لهذا الشيء دون الأشياء الاخرى ، لذا " يعد الانتباه إحدى

العمليات العقلية العليا التي تلعب دورا مهما في حياة الإنسان فهو يساعدنا في معرفة الأشياء وفهمها واستنتاجنا " أ. وهذا يساعدنا في اتخاذ القرار المناسب والسليم ، كما ان علماء النفس عرفوا الانتباه على انه من العمليات النفسية التي تحدث في جزء معين من لحاء المخ عن طريق النشاط العصبي " .
أما في المجال الرياضي فقد عرّف محمد العربي على انه " القدرة على التركيز على الرموز المرتبطة في البيئة والاحتفاظ بهذا التركيز طوال مدة المنافسة " ^N كذلك يبين بعض العلماء انه عندما نركز طاقتنا العقلية خلال اداء مهمة ما فإن سلوكنا الذي يتبع ذلك يصبح تحت ضبطنا ووعينا الكامل لأننا نقرر شعوريا أي المثيرات نركز عليها وأي المثيرات نهملها .^o
إذن فالانتباه هو عملية " اختيار وتهيو ذهني او هو توجيه الشعور وتركيز هفي شيء معين استعداد لملاحظة او اداة او التفكير فية " ^o .
فمن خلال ما ذكرنا من تعاريف نجد ان الانتباه هو العملية التي ندركها ونحسها وتوج هاهتمامنا الى سلوك او تصرف معين من خلال المثيرات الخارجية والداخلية وتساعد خبرتنا في الحياة على اتخاذ القرار المناسب والسريع لمواجهة المواقف المختلفة .

2-2 توزيع الانتباه :-

لقد عرف البعض ظاهرة توزيع الانتباه على إنها " العمليات والنشاط النفسي (أي الانتباه) الموجة نحو عدة أشياء او أنشطة في وقت واحد " ^o .
فحكم الكرة الطائرة يتعرض في أثناء التحكيم لمواقف تتطلب منة توزيع الانتباه على أكثر من مثير حتى يتمكن من إدراك المواقف المختلفة المرتبطة بظروف المباراة "وتحدث عملية التوزيع بقوة اقل نسبيا من قوة المؤثرات التي تحدث في حالة التركيز على عنصر واحد فقط كذلك ان عملية التوزيع تتطلب طاقة عصبية كبيرة قياسا الى بقية المظاهر اذ إنها تتم عن طريق العمليات التي تحدث في وقت واحد من أجزاء مختلفة من لحاء المخ " ^o .

-
- ¹ محمد لطفي محمد . خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بمستوى اداء اللاعب ومركزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة حلوان ، مصر ، 1975 ، ص 17 .
² طارق الناصري . كل شيء عن كرة السلة ، بغداد ، 1974 ، ص 82 .
³ عدنان يوسف العتوم . علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق) ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2005 ، ص 68 .
⁴ محمد العربي شمعون . التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط1 ، جامعة حلوان ، دار الفكر العربي ، 1968 ، ص 172 .
⁵ حنان عبد الحميد العناني . علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق) ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2005 ، ص 68 .
⁶ سعد جلال ، محمد حسن علاوي : علم النفس التربوي ، ط4 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1975 ، ص 368 .
⁷ عبد الحميد أحمد . الملائمة ، ط2 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات المصرية ، 1978 ، ص 292 .

لذا فعمل الحكم يتطلب منة توزيع انتباهه بين عدد من المثيرات لكي يكون على اهم يه الاستعداد لمواجهة أي طارئ يحدث إضافة الى التركيز المستمر على المباراة وهذه العملية تتولد لدية من خلال الخبرة والمران المستمر فيستطيع ان يكون ذو استعداد نفسي وبدني جيدين يساعدان ه على عملية إصدار القرار السريع والدقيق في نفس الوقت وذلك لأنه قد انتبه على دقائق الأمور خلال المباراة .

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية :-

1-3 منهج البحث :-

ان طبيعة المشكلة وهدف البحث هما اللذان يحددان منهج البحث الملائم وعلية تم استخدام المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لهذه الدراسة لما يتضمنه من " دراسة للحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة ظاهرة او موقف او مجموعة من الناس او مجموعة من الأحداث او مجموعة من الأوضاع " ^١ .

2-3 عينة البحث :-

يعد اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل المهمة في البحث حيث ان " العينة الجيدة لا بد لها من ان تمثل المجتمع الأصلي تمثيلا حقيقيا ينسجم وطبيعة المشكلة المطلوبة ويسمح بتعميم نتائجها " . شملت عينة البحث مجموعة من الحكام الدوليين للكرة الطائرة في العراق للموسم (2007 - 2008) . حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقد بلغ أفراد العينة (8) من أصل (14) حكما يمثلون نسبة قدرها 56 % من حكام العراق .

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة :-

" وهي الوسيلة او الطريقة التي يستطيع الباحث من خلالها حل المشكلة مهما كانت تلك الأدوات بيانات او عينات او أجهزة " ^٢ .

وقد استخدم الباحثن الأدوات التالية :

1- المراجع والمصادر العربية .

2- استمارة تفرغ البيانات .

3- الاختبارات والمقاييس .

4- ساعة توقيت عدد (2) .

3- حاسبة الكترونية يدوية .

3-4 التجربة الاستطلاعية :-

^١ غريب محمد سيد أحمد . تصميم وتنفيذ البحث الاجتماعي ، ط3 ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، 1983 ، ص 43 .

· أحمد بدر. أصول البحث العلمي مناهجة ، ط4 ، الكويت ، وكالة المطبوعات ، 1978 ، ص 3 .
· وجية محجوب وآخرون . طرق البحث العلمي ومناهجة في التربية الرياضية ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، 1988 ، ص 85 .

لقد قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 25 / 4 / 2007 حيث تم خلالها اختبار أساليب البحث وادواته حيث ان التجربة الاستطلاعية عبارة عن " دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختبار أساليب البحث وادواته " ¹ وذلك لغرض :

* معرفة الزمن المستغرق عند تنفيذ الاختبارات .

* مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث .

* التأكد من كفاءة وسلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة في التجربة الاستطلاعية .

3-5 الاختبارات المستخدمة بالبحث :-

3-5-1 اختبار توزيع الانتباة :-

اسم الاختبار : اختبار بوردن – انفيموف .

الغرض من الاختبار : ان هذا الاختبار هو عبارة عن ورقة تحتوي على (32) سطرا من الأرقام العربية موزعة على هيئة مجموعات ، تتكون كل مجموعة من (3-5) أرقام ويحتوي كل سطر على (10) مجموعات ، مجموع أرقامها (40) رقما أي ان الاختبار يحتوي على (1280) رقما ، وقد وضعت أرقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل مقنن كما روعي في وضعها ان تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية أيضا لتفادي احتمالات الحفظ .

يتم شرح الاختبار للحكام عن طريق ملاحظتهم لورقة المقياس وكما يأتي :

انظر الى الصفحة التي أمامك بانتباة هبحيث تلاحظ لما ترا هرقما وتركيبا وتبحث فيما ترا همن الأرقام المطلوب منك شطبها بوضع علامة مناسبة عليها وعليك ان تنفذ هذا بسرعة وبدقة .

طريقة التنفيذ :

- عند سماع كلمة (ابدأ) يقوم الحكم بقلب الورقة في لحظة تشغيل ساعة التوقيت ويبدأ بالبحث والشطب للرقم (79 ، 49) في ان واحد سطرا تلو الآخر ومن اليسار الى اليمين ولمدة دقيقتين .

- عند سماع كلمة (قف) يضع الحكم خطا مائلا عند آخر رقم وصل اليه .

- طريقة التصحيح واحتساب النتائج :

$U3 = A * E$ حيث (79) الرقم (79) شطب عند شطب الرقم (79) حيث

$U4 = A * E$ حيث (49) الرقم (49) شطب عند شطب الرقم (49) حيث

يتم حساب توزيع الانتباة عن طريق المعادلة التالية :

$$\frac{(U3 - U4)}{U3 + U4} \times 100 = \text{توزيع الانتباة}$$

$U3 + U4$

3-5-2 استمارة تقويم اداء الحكم :-

¹ مجمع اللغة العربية . معجم علم النفس والتربية ، القاهرة ، الهيئة العامة للشؤون المطابع الأميرية ، 1984 ، ص 79 .
احمد خاطر ، علي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، مصر ، دار المعارف ، 1978 ، ص 496 .

ان استمارة اداء الحكم هي الاستمارة الخاصة المعتمدة في الاتحاد الدولي لتقويم دقة اتخاذ القرار لحكام الكرة الطائرة وتتضمن مستوى اداء الحكم الأول والثاني وتتكون من الآتي :

- 1- الشخصية والمظهر : والتي تتضمن :
 - المظهر العام والزي (2 درجة) .
 - رد الفعل : سريع او متردد (2 درجة) .
 - حاسم او غير متأكد (3 درجة) .
 - ذو نفوذ او ضعيف التأثير (3 درجة) .
 - مجموع الدرجة للحكم الأول هي (10) ، والحكم الثاني هي (10) .
- 2- الإلمام ومدى تنفيذ قواعد اللعبة :
 - اللعب بجانب الشبكة (الصد ، التبديل ، خط الوسط ، مراكز اللاعبين ، اللاعب الخلفي) .
 - التطبيق والمعرفة (10 درجة) ، أي كل حكم تكون درجته من (10) وتضرب في أربع لكي تكون النتيجة لكل واحد من (40) .
- 3- التماثل والتقويم :
 - (لمس الكرة ، اللمسة المزدوجة ، أربع لمسات ، مستوى الحكم) .
 - التماثل (5 درجة) .
 - التقويم (5 درجة) .
 - مجموع الدرجة لكل واحد هي (10) وتضرب في (3) لكي تكون النتيجة من (30) كلك حكم
- 4- الاداء :
 - الانتباه للتفاصيل (2 درجة) .
 - التعاون (2 درجة) .
 - المركز (2 درجة) .
 - استخدام صافرة (2 درجة) .
 - إشارات اليد الرسمية (2 درجة) .
 - المجموع الكلي من (10) .
- 5- مدى التنظيم :
 - التحكم الإداري (4 درجة) .
 - المراسم (3 درجة) .
 - العقوبات (3 درجة) .
 - مجموع الدرجة من (10) لكل حكم .

6- الاستمرارية للمباراة (النقاط الإضافية) :

- نقطة واحدة إضافية .
 - نقطتان إضافيتان .
 - ثلاث نقاط إضافية .
 - ثلاث أشواط .
 - مجموع أكثر من 80 نقطة .
 - 4 أشواط من مجموع أكثر من 105 نقاط .
 - 5 أشواط من مجموع أكثر من 130 نقطة .
- 7- النتيجة النهائية - التقييم :-
- النقاط الإجمالية للحكم = (تقسم على 10) .
 - النقاط الإجمالية للحكم الثاني = (تقسم على 10) .

6-3 إجراءات البحث :-

بعد الإطلاع على الدراسات والبحوث السابقة تبين ان اختبار بوردن لتوزيع الانتباة واختبار دقة اتخاذ القرار للحكام ملائم للبيئة العراقية اذ سبق واستخدمت من قبل الباحث حسن هادي (2005) لذا فقد أصبح الاختباران ملائمان لعمل هذا البحث ولغرض القيام بإكمال هذا البحث قام الباحثان بالاتصال مباشرة بعينة البحث وتم شرح أهداف البحث وأهميته للحكام وكما تم توضيح الاستمارات وكيفية الإجابة وبعدها تم توزيع الاستمارات على عينة البحث أما بالنسبة لاستمارة تقويم دقة اتخاذ القرار للحكام فقد عرضت على الخبراء والمختصين في الكرة الطائرة .

6-3 الوسائل الإحصائية :-

* الوسط الحسابي : $\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}$

ن

$$* \text{ الانحراف المعياري : } \sigma = \sqrt{\frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n}}$$

ن

* معامل الارتباط البسيط

$$r = \frac{\sum (x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})}{\sqrt{\sum (x_i - \bar{x})^2 \sum (y_i - \bar{y})^2}}$$

ن

=

قيس ناجي ، شامل كامل : مبادئ الإحصاء في التربية البدنية ، جامعة بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988 ، ص 95

قيس ناجي ، بسطويسي احمد : الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1983 ، ص 274 .

$$\frac{2 - (\text{مج س})}{\text{ن}} \div \frac{2 - (\text{مج ص})}{\text{ن}}$$

* النسبة المئوية % = $\frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100$

$$\text{اختبار } t \text{ لمعنوية الارتباط } = \frac{\text{ن} - 2}{2\text{ر} - 1} \sqrt{\frac{\text{ن}}{\text{ن} - 2}}$$

4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج توزيع الانتبابة وعلاقتها بدقة اتخاذ القرار لدى حكام الكرة الطائرة :-

4-1-1 عرض وتحليل نتائج توزيع الانتبابة وعلاقتها بدقة اتخاذ القرار لدالحكام:-

جدول (1)

يبين القيم الخاصة بالوسط الحسابي والانحراف المعياري لتوزيع الانتبابة ودقة اتخاذ القرار لعينة البحث

المعالم الإحصائية	س	ع	قيمة معامل ارتباط	قيمة ت ر المحسوبة	قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 7	دلالة الارتباط
المتغيرات المبحوثة						
توزيع	10,04	3,81				

محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 ، ص 180 .

عبد الرحمن عدس . مبادئ الاحصاء في التربية وعلم النفس ، ج 2 ، مكتب الأقصى ، 1981 ، ص 102 .

وديع ياسين التكريتي ، محمد حسن عيد : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ، ص 240 .

الانتباة			0,67	2,55	2,45	معنوي
دقة اتخاذ قرار	12,47	80,81				

من خلال الجدول (1) الذي يبين لنا القيم الخاصة بالوسط الحسابي والانحراف المعياري لتوزيع الانتباة ودقة اتخاذ القرار حيث نجد ان قيمة الوسط الحسابي لتوزيع الانتباة قد بلغت (10,04) وانحراف المعياري قد بلغ (3,81) وكذلك بالنسبة للوسط الحسابي لدقة اتخاذ القرار فقد بلغت (80,81) وانحراف معياري بلغ (12,47) وعند تطبيق معادلة ارتباط (بيرسون) وجد الباحث ان من خلالها علاقة ارتباط طردية موجبة بلغ مقدارها (0,67) ولييان دلالة هذا الارتباط استخدم الباحثان الاختبار التائي حيث بلغت قيمة (ت ر) المحسوبة (2,55) وهي اكبر من الجدولية والبالغة (2,45) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (6) مما يدل على وجود علاقة ارتباط طردية ذات دلالة معنوية .

4-1-2 مناقشة العلاقة بين توزيع الانتباة ودقة اتخاذ القرار للحكام :-

يتبين لنا من الجدول (1) ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين مظهر توزيع الانتباة ودقة اتخاذ القرار للحكام ويعزو الباحث سبب ذلك الى ان حكام الكرة الطائرة يحتاجون الى توزيع انتباههم في الملعب بين الكرة واللعب والحكام الآخرين للسيطرة على مجريات المباراة وتطبيق بنود وفقرات القانون الدولي بشكل سليم ودقيق لان توزيع الانتباة يعني " العمليات العقلية والنشاط النفسي الموجه نحو عدة أشياء او أنشطة في وقت واحد " ^١ . كما ان المؤثرات الخارجية كالجمهور واللاعبين وغيرها كل تلك العوامل تؤثر في اداء الحكم وذلك لان عملية التوزيع تتبع " قدرة الحكم في توجيه انتباهه نحو أكثر من مثير في وقت واحد او توجيه انتباهه نحو استيعاب وفهم أكثر من معلومة من مصادر مختلفة في وقت واحد " .

كذلك ان من ضمن الأسباب التي تؤدي الى جعل صفة التوزيع عالية لدى الحكم هو الاتجاه والميل فهي من ضمن العوامل الداخلية حيث يميل الفرد الى الشيء الذي يستهويه أي يصبح عنده الانتباة تلقائيا أي بدون ان يبذل الفرد جهدا ، اضافة الى ان النتائج الخاصة بالوسط الحسابي والانحراف المعياري قد بينت مدى الارتفاع الحاصل في توزيع الانتباة لدى العينة .

إضافة الى الدوافع فهناك الهام الحكم الذي يساعد هعلى جذب انتباهه وتجعله في حالة استعداد مستمر ومن تلك الدوافع حب الذات ، وهو الظهور بالمستوى الجيد والملائم لمستوى شخصيت هولمستواهالبدني

^١ سعد جلال ، محمد حسن علاوي : مصدر سبق ذكره ، ص 368 .

٢ محمد لطفي محمد . مصدر سبق ذكره ، ص 32 .

العقلي في المباراة من خلال تطبيق القانون بالشكل المناسب والصحيح للحالات التي تحدث خلال المباراة وتواجه الحكم الكثير من الحالات التي تتطلب قرار فوري وسليم يتمتع بالدقة يتوصل اليه من خلال انتباهه على جميع مجريات المباريات والتي تشمل حركات وتصرفات اللاعبين إضافة الى مراقبة كل من حكام الخطوط والحكم المسجل وعلية فنجد ان هدف البحث وفرضه قد تحقق من خلال العلاقة الطردية بين توزيع الانتباة ومستوى داء الحكام .

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

1-5 الاستنتاجات :-

1- هناك علاقة ارتباط ايجابية بين تركيز الانتباة ومستوى اداء الحكامين الأول والثاني .

2- ظهور توزيع الانتباة ومستوى الاداء بنسبة مرتفعة لدى الحكم الأول والثاني .

2-5 التوصيات :-

1- الاهتمام بالحكام ورفع مستوى توزيع الانتباة لديهم وذلك من خلال إشراكهم في برامج تدريبية تتضمن

اعداد نفسي وبدني وبصورة علمية وسليمة

2- توفير الحماية والأمان للحكام خلال المباريات او بعدها عند تعرضهم لبعض الظروف الصعبة من

قبل الجمهور او اللاعبين مما يساعد في تحسين نفسياتهم وأدائهم خلال المباراة .

المصادر

- 1- أحمد بدر. أصول البحث العلمي و مناهجها، ط4 ، الكويت ، وكالة المطبوعات ، 1978.
- 2- احمد خاطر ، علي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، مصر ، دار المعارف ، 1978.
- 3- حسام الدين . الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994.
- 4- حنان عبد الحميد العناني . علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق) ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2005.
- 5 - سعد جلال ، محمد حسن علاوي : علم النفس التربوي ، ط4 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1975.
- 7- طارق الناصري . كل شيء عن كرة السلة ، بغداد ، 1974.
- 6- قيس ناجي ، شامل كامل : مبادئ الاحصاء في التربية البدنية ، جامعة بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988.
- 7- قيس ناجي ، بسطويسي احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1983 .
- 8- عبد الرحمن عدس . مبادئ الاحصاء في التربية وعلم النفس ، ج 2 ، مكتب الأقصى ، 1981.

- 9- عبد الحميد أحمد . الملاكمة ، ط2 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات المصرية ، 1978 .
- 10- عدنان يوسف العتوم . علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق) ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2005 .
- 11- غريب محمد سيد أحمد . تصميم وتنفيذ البحث الاجتماعي ، ط3 ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، 1983.
- 12- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 .
- 13- محمد العربي شمعون . التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط1 ، جامعة حلوان ، دار الفكر العربي ، 1968.
- 14- محمد لطفي محمد . خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بمستوى اداء اللاعب ومركزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة حلوان ، مصر ، 1975.
- 15- مجمع اللغة العربية . معجم علم النفس والتربية ، القاهرة ، الهيئة العامة للشؤون المطابع الأميرية ، 1984 .
- 16- وديع ياسين التكريتي ، محمد حسن عبد : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 .
- 17- وجية محجوب وآخرون . طرق البحث العلمي ومناهجة في التربية الرياضية ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، 1988.

واقع البطولات المدرسية للبنين في محافظة القادسية و سبل تطويرها

الباحثون

م.م.حازم علي غازي الخالدي

م.م. رأفت عبد الهادي الكروي

م.م. أسعد طارق أحمد حمدي

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد الرياضة المدرسية الرافد الرئيسي الذي ينمي المواهب الرياضية والذي يرفد الانديه

باللاعبين وبمختلف

الفعاليات وكذلك رعد المنتخبات الوطنيه لجميع الفئات العمريه.

لذا فأن الاهتمام بالرياضه المدرسيه يعد أمر مهم ولا بد منه وذلك لأكتشاف المواهب وخلق الفرص

للموهوبين وأقامة

البطولات على مستوى المدرسه وعلى مستوي مدارس المحافظه لأظهار مواهب الطلاب ولفعاليات مختلفه.

وأن أي تلكؤ في حركة الرياضه المدرسيه له تأثيره الواضح على الحركه الرياضييه بشكل عام وهذا

دفع الكثير من

الدول الى إعطاء الرياضه المدرسيه الاهتمام الكبير وتوفير مستلزمات أقامة درس التربيه الرياضييه من

قاعات مغلقه

ومكشوفه وأدوات وأجهزه في كل المدارس وذلك لخلق لاعبين جدد في فعاليات رياضييه مختلفه.

و من الجدير بالذكر الاشارة الى ان من المهم مزاولة النشاط الرياضي المناسب للفرد من الطفولة

لبلوغ المستويات العليا

ويتم اختيار النشاط الرياضي على اساس القياسات الجسميه التي يتمتع بها الطفل و كذلك على اساس

قدراته البدنيه والعقلية

وان عملية اختيار النشاط الرياضي للطفل بصورة صحيحة يسهل عملية التدريب وينتج عنه خلق فرد

رياضي يتمتع

بموهبة عاليه في ذلك النشاط .

وتكمن أهمية البحث في التعرف على واقع البطولات المدرسية للبنين في محافظة القادسية و

معرفة أهم المشاكل التي

تعاني منها وسبل تطويرها.

2-1 مشكلة البحث

من خلال متابعة الباحثون للانشطة الرياضية المدرسية في محافظة القادسية والأستفسار من مديرية النشاط الرياضي والكشفي في المحافظة وجد ان عدد المدارس المشاركة في البطولات المدرسية هو قليل وكذلك عدد الفعاليات والبطولات المدرسية يقام لها بطولات مدرسية هي قليلة وعدم اقامة بطولات لعدد كبير من الفعاليات الرياضية وعلى سبيل المثال ففي تقريرمديرية النشاط الرياضي والكشفي في المحافظة للعام 2006 \ 2007 وجد ان عدد الفعاليات المقامة لها بطولات مدرسية للمدارس المتوسطة هي (3) فعاليات وهي (كرة القدم و السلة و اليد) وعدم اقامة بطولات للفعاليات الأخرى . اما للدراسة الأعدادية فان عدد الفعاليات التي تقام لها بطولات هي (4) وهي (كرة القدم والسلة و الطائرة واليد). ومن خلال ذلك عمد الباحثون لدراسة هذه المشكلة لمعرفة أسباب عدم مشاركة المدارس في الفعاليات المدرسية وكذلك

عدم اقامة بطولات لفعاليات رياضية عديدة خدمة للحركة الرياضية المدرسية في المحافظة .

3-1 أهداف البحث : يهدف البحث الى

1. معرفة أسباب اهمال بعض الفعاليات الرياضية عن الرياضة المدرسية.

2. معرفة الأسباب التي تدفع العديد من المدارس الى عدم المشاركة في فعاليات معينة .

4-1 فروض البحث: يفترض الباحثون ان

1. اهمال بعض الفعاليات الرياضية عن الرياضة المدرسية في المحافظة يرجع الى عدم وجود الأجهزة

والأدوات و

الملاعب الخاصة لاقامة البطولات لهذه الفعاليات الرياضة .

2. عدم مشاركة العديد من المدارس في فعاليات معينة يرجع الى ضعف الإمكانيات المادية للمدارس و

قلة الأجهزة و الأدوات

5-1 مجالات البحث:

1- المجال البشري / مدرسي التربية الرياضية ضمن تربية القادسية و مديرية النشاط الرياضي

والكشفي في القادسية .

2- المجال الزمني / 11 . 12 / 2006 الى 3 / 5 / 2007

3- المجال المكاني / مدارس محافظة القادسية .

2 الدراسات النظرية :

1-2 علاقة التربية الرياضية بالتربية :

ان التربية الرياضية تستغل ميل الفرد للحركة و النشاط البدني فتقدمه على شكل فعاليات مختلفة يمارسها الفرد بمختلف الأعمار وهي تنظرالى الفرد كوحدة متكاملة وترمي الى نموها جميعا أي نمو الفرد بدنيا واجتماعيا وعقليا ونفسيا وصحيا و بالرغم من وضوح حقيقة كون الفرد وحدة متكاملة الا ان المدرسة كثيرا ما تهتم بنمو الفرد العقلي وتتجاهل نموه الحركي والبدني والاجتماعي او توجه اليها عناية قليلة لا تتناسب وما يجب ملاحظته اثناء عملية التوازن المطلوبة في عملية النمو فالتربية الحديثة تهتم بالنمو المتكامل للفرد والعناية به وتنمية امكاناته الى اقصى حد ممكن .

2-2 علاقة درس التربية الرياضية بمراحل النمو و التعلم :

مرحلة الدراسة المتوسطة /

وهي المرحلة التي تتوافق مع سن المراهقة وما يصاحبها من تغيرات جسمية و بيولوجية تبدأ من سن (13) ولغاية 15 سنة) وعلى المدرس ملاحظة الفروق الفردية بين البنين و البنات عند وضع البرامج الخاصة بالأنشطة الرياضية و ذلك عند تطبيق خطط لدروس التربية الرياضية بحيث تتناسب مع قدراتهم البدنية و المهارية و النفسية مع مراعاة ميولهم و رغباتهم و اتجاهاتهم نحو الأنشطة الرياضية المختلفة و توزيع عناصر الدرس .

مرحلة الدراسة الاعدادية/

وتبدأ من سن (16 - 18 سنة) وتسمى مرحلة البلوغ وهي امتداد للمرحلة السابقة الا المهارات الرياضية يزداد نتيجة ارتفاع مستوى التوافق العضلي ، وظهور الاختلاف الكبير بين الجنسين من الناحية الجسمية و السعة الحيوية .

محمود داود الربيعي : نظريات وطرائق التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، بغداد ، 2000 ، ص 11 .

محمود داود الربيعي المصدر السابق نفسه ، ، 2000 ، ص 101 .

3-2 أهداف درس التربية الرياضية :

3-2-1 أهداف درس التربية الرياضية للمدارس المتوسطة :-

عند وضع فعاليات درس التربية الرياضية لابد من تحقيق الأغراض العامة التالية :-

1- الأهتمام بالتمارين و الألعاب التي تزيد من تحسين التوافق العضلي العصبي و زيادة

الأهتمام بالتمارين التي تعمل على

تنمية الشجاعة و الإقدام .

2- الأهتمام بالألعاب الجماعية و تدريب الطلاب على تحمل المسؤولية و التعاون و

الإخلاص في العمل والولاء للجماعة و

العمل الجماعي .

3- التدريب على إتقان المهارات الحركية وإفساح المجال لإقامة منافسات و مباريات وتشجيع

الطلبة على التنافس الرياضي

المشروع .

4- الأهتمام بالجانب الاجتماعي و الصحي و النفسي .

2-3-2 أهداف درس التربية الرياضية للمدارس الإعدادية :- (1)

يمكن تلخيصها بما يلي :-

1- ممارسة الحياة الصحية والسليمة و تعريف الطلاب بحاجات النمو الجسمي في مرحلتين المراهقة

والبلوغ ودور التربية

الرياضية في تحقيق هذه الحاجات .

2. تنمية القوة الجسميه وصفات المرونه والرشاقه وسرعة التلبيه والشجاعه لرفع المستوى للكفاءه البدنيه

في كافة

الظروف والاحوال .

3. العناية بالقوام الصحيح وملاحظة الأوضاع البدنيه الخاطئه في حالة السكون والحركه والعمل على

ما قد يصب الجسم

من عيوب وتشويهات في مرحلتي المراهقه والبلوغ ومعالجة العاهات الجسميه واصلاحهما .

محمود داود الربيعي : المصدر السابق نفسه، 2000، ص102 .

· عدنان جوادخلف الجبوري : المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية الرياضية ، مطبعة التعليم العالي في البصرة ،
جامعة البصرة، 198، ص265

· عدنان جوادخلف الجبوري : المصدر السابق نفسه ، 1989، ص267 .

4. السعي لتعميق العلاقات الأنسانية بين الطلبة والعمل على احترام القوانين والتعليمات والالتزام بها وتدريب الطلبة على ضبط النفس والتحكم في أنفعالاتهم .
5. تنمية وتطوير المهارات الحركية في الالعب الرياضيـه .
6. الاهداف الأجتماعيه والنفسيه وتعويد الطلاب على الطاعه وحب النظام والتعاون مع الجماعة وتعميق حاله القياديـه لدى الطلاب .
7. خدمة المجتمع من خلال النشاط الرياضي واعداد الفرد اعدادا عقليا وبدنيا ووطنيا من اجل بناء الوطن والدفاع عنه .
8. الاهداف الترويحيه واستثمار الوقت بشكل جيد يخدم الفرد والمجتمع والتمتع بممارسة الفعاليات والأنشطة التي تبعث الفرح والسرور .

4-2 أهداف الدورات والبطولات الرياضية :

- تحدد أي هيئة منظمة أهدافاً واضحة من وراء تنظيم أو بطولة رياضية ومن هذه الأهداف كما جاءت عند (طلحة حسام الدين)
- 1-اثارة اهتمام الأفراد أو الفرق في جو تنافسي .
 - 2رفع المستوى الفني للأفراد و الفرق بالاحتكاك .
 - 3إبراز المستويات المهارية والرقمية للاعبين .
 - 4 توفير فرص المنافسة التي هي طبيعية في الانسان .
 - 5-غرس الأهداف التربوية و الصحية من خلال المنافسات الرياضية .
 - 6-الترويج عن المشاهدين و المشاركين .
 - 7- خلق دوافع لدى الناشئين لتطوير مستواهم والاقبل على الأنشطة الرياضية .
 - 8- تعزيز وتنمية التقارب بين شباب العالم .
 - 9- اظهار الصورة الحضارية للدول من خلال تنظيمها للدورات الدولية .
 - 10 - تنمية السياحة الدولية من خلال استضافة البطولات الرياضية العالمية .

فائق حسني ابو حليلة : الحديث في الادارة الرياضية ، ط1 ، دار وائل للنشر و التوزيع ،عمان ، الأردن ، 2004 ، ص75-76 .

2-5 مناقشة الدراسات النظرية :

من خلال ما تقدم اتضح ان للتربية الرياضية علاقة وثيقة بالتربية وذلك لانها تعمل على غرس الكثير من السجايا الحسنة في نفوس الطلاب مثل العمل الجماعي و الاخوة و حب الوطن و الشجاعة .
أما اهداف التربية الرياضية في مراحل الدراسة المتوسطة و الاعدادية يشتركان في كثير من اهدافهما حيث انهما يؤكدان على تحسين التوافق العضلي العصبي وعلى التمارين التي تساعد على تنمية الشجاعة وحب النظام و التعاون مع الجماعة و كذلك تؤكد على اعداد الفرد عقلياً و بدنياً و وطنياً من اجل بناء الوطن .
أما بالنسبة لأهداف البطولات المدرسية وكما جاء في الدراسات النظرية فهي تهدف الى رفع الحالة البدنية و العقلية للطلاب وخلق روح المنافسة بينهم و اظهار مواهبهم ورفد المنتخبات بالموهب الجيدة منهم

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته وطبيعته المشكلة المدروسة .

3-2 مجتمع وعينة البحث :

شمل مجتمع البحث مدرسي التربية الرياضية في محافظة القادسية والبالغ عددهم (325) مدرس

وتم اختيار عينة البحث

بالطريقة العشوائية من مركز واقضية ونواحي المحافظة حيث بلغ عدد العينة (150) مدرس

وكانت نسبة العينة إلى المجتمع

الأصل هي (46 %) .

3-3 ادوات البحث المستخدمة :

1- الاستبيان

3-4 الاختبارات المستخدمة :

قام الباحثون بتصميم استمارة (انظر الملحق رقم (1)) تضمنت ثلاث فقرات الأولى تتعلق

بمشاركة المدارس في

البطولات الرياضية و الثانية تتعلق باقامة البطولات الرياضية و الثالثة تتعلق بالمدارس والمدرسين وأولياء الأمور وقاموا بوضع مجموعة من الأسباب كل فقرة لكي يتسنى لأفراد العينة ترشيح الأسباب المهمة لكل فقرة من الفقرات الثلاث، وتم اخضاع الاستمارة الى الأسس العلمية للأختبار .

3-5 الأسس العلمية للأختبار

3 . 1 . 5 . صدق الأختبار

(ويقصد به قدرة الاختبار على قياس ما وضع من اجله او السمة المراد قياسها)^أ

قام الباحثون باستخدام (صدق المحتوى) وذلك بعرض استمارة الاستبيان على الخبراء * والمختصين ** والمتضمنة

الاختبارالمستخدم وقد وافقوا على ان الاختبار يقيس المشكلة المدروسة وبنسبة (80) % وهذا

يدل على ان الاختبار صادق

3 . 2 . 5 . ثبات الاختبار

(الاختبار الثابت هو الاختبارالذي يعطي نتائج متقاربة او نفس النتائج اذا اعيد تطبيقه اكثر من

مرقوفي نفس الظروف) (2)

قام الباحثون باجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 11 / 3 / 2007 على عينة من خارج عينة

التجربة الرئيسية بلغ عددهم

(25) مدرسا وعند جمع الاستمارات الخاصة بالتجربة قام الباحثون بأجراء عملية الثبات بطريقة

التجزئة النصفية من

منخلال تقسيم اسئلة الاستمارة الى مجموعتين تضم الاولى الاسئلة ذات التسلسل الفردي و

الثانية ذات التسلسل الزوجي

وظهر ان قيمة الارتباط البسيط بين المجموعتين بلغت (0,88) أي ان الارتباط عالي وهذا يدل

على ان الأختبار ثابت .

مصطفى باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الصدق والثبات والموضوعية والمعايير ، ط 1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999، ص32 .

خير الدين علي عويس : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 ، ص 55 .

* الخبراء هم:

1- أ.د. حسين مردان عمر / بايو ميكانيك ساحة وميدان / كلية التربية الرياضية - جامعة

القادسية

2- أ.د. عبد الجبار سعيد محسن / تدريب - طرائق تدريس / كلية التربية الرياضية - جامعة

القادسية

**المختصون:

1- أ.د. محمود داود / مناهج وطرائق التدريس / كلية التربية الرياضية - جامعة بابل .

2- أ.د. كاظم جبر / طرائق تدريس / قسم العلوم النفسية والتربوية - كلية التربية - جامعة

القادسية .

3- أ.م.د. جبار رشك شناوة / فلسفة التربية / قسم العلوم النفسية والتربوية - كلية التربية - جامعة

القادسية .

3-5-3 موضوعية الاختبار

(الاختبار الموضوعي هو الاختبار الذي يعطي نفس النتائج مهما اختلف المصححون أي ان النتائج

لا تتأثر بذاتية المصحح

او شخصيته)^أ

قام الباحثون بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 18 / 3 / 2007 على عينة من خارج عينة

التجربة الرئيسية بلغ عددهم

(25) مدرس وعند جمع الاستمارات الخاصة بالتجربة قام الباحثون بعرضها على مقوم وعند

استخراج النتائج قام الباحثون بعرضها على مقوم آخر وعند استخراج النتائج قام الباحثون

باستخراج معامل الارتباط البسيط لنتائج المقومين* * وظهر ان

هناك ارتباط عالي بلغ (100) % أي ان الأختبار موضوعي .

6-3 الاجراءات الميدانية :

ذوقان عبيدات و آخرون : البحث العلمي مفهومه أساليبه أدواته ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1988 ، ص154

* المقومين هم :

1- أ.د. عبد الجبار سعيد محسن / تدريب - طرائق تدريس / كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية .

2- م . م . علاء خلدون / طرائق تدريس / كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية

1-6-3 التجربة الاستطلاعية :-

قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث بلغ عددها (25) مدرس

وذلك في يوم 15 / 4 / 2007 وكان الغرض منها

1- التعرف على الوقت اللازم لتوزيع الاستمارات واستلامها .

2- التعرف على الكادر اللازم في عملية توزيع و استلام الاستمارات .

2-6-3 التجربة الرئيسية :-

قام الباحثون بأجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث في يوم (الخميس) المصادف / 26

2007/4 حيث قام الباحثون

بتوزيع استمارة الاختبار على عينة البحث البالغة (150) مدرس وتم استلام الاستمارة في يوم

(الأحد) المصادف

. 2007/4/29 .

2-6-3 الوسائل و الأدوات المستخدمة :

1- استمارة الاختبار عدد (175)

2- أقلام عدد (175)

3- حاسبة يدوية علمية نوع KenKo

4- استمارة تفريغ البيانات

5- فريق العمل المساعد *

* فريق العمل المساعد :

1- م.م. عماد عزيز نشمي / تعلم -سباحة / مديرية النشاط الرياضي والكشفي - مديرية تربية الديوانية .

2- م.م. ليث جبار / بايوميكانيك - ألعاب المضرب / كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية .

3- م.م. عامر موسى / فسلجة - مصارعة / كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية .

7-3 الوسائل الإحصائية :

الجزء

$$1- \text{النسبة المئوية} = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100 \dots\dots\dots (1)$$

2

2- اختبار كا

2

(التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة) 2

$$\text{كا} = \frac{\dots\dots\dots [\text{---}] \dots\dots\dots (2)}$$

التكرارات المتوقعة

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

1-4 عرض النتائج وتحليلها :-

بعد إجراء التجربة الرئيسية وجمع البيانات الناتجة عنها قام الباحثون بعرض النتائج على شكل

جداول لكي تسهل قراءتها

1-1-4 عرض النتائج المتعلقة بمشاركة المدارس في البطولات المدرسية .

جدول (1)

يبين نسبة الإجابات على الأسئلة وقيمة كا 2 المحسوبة والجدولي لعدم مشاركة المدارس بالبطولات

السؤال	الإجابة	موافق جدا	موافق الى درجة كبيرة	موافق الى حد ما	موافق	غير موافق	قيمة كا المحسوبة	الدلالة
ضعف الإمكانيات المادية للمدارس	62%	16%	10%	2%	10%	172,2	معنوي	
عدم وجود التجهيزات اللازمة والمساحات في المدارس لتدريب الفرق	40%	30%	16%	12%	2%	67,8	معنوي	

معنوي	40,2	%36	%20	%26	%10	%8	ضعف درس التربية الرياضية
معنوي	33	%20	%38	%16	%12	%14	عدم مشاركة بعض المدارس في البطولات المدرسية بسبب الوضع الأمني في البلد
معنوي	27,6	%10	%10	%22	%30	%28	عدد ساعات التربية الرياضية في المدارس غير كافي لإعداد الفرق الرياضية
معنوي	61,8	%4	%10	%18	%28	%40	ميول الطلبة تلعب الدور الكبير في تكوين فرق لفعاليات دون أخرى
معنوي	94,2	%4	%14	%12	%20	%50	عدم محاسبة المدارس غير المشتركة في البطولات المدرسية يؤدي إلى استمرار عدم المشاركة
معنوي	82,2	%6	%16	%10	%20	%48	الجوائز المقدمة للفائزين لا تثير روح المنافسة بين لاعبي الفرق للحصول عليها

* قيمة كا الجدولية (9,49) تحت نسبة خطأ (0,05) ودرجة حرية (4)

(1)(2) مروان عبد المجيد ابراهيم : الاحصاء الوصفي و الاستدلالي ، ط 1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع

، 2000 ، ص60 ، ص306 .

من خلال الجدول (1) تبين ان نسب الاجابات على السؤال الاول هي 62% من العينة يجيبون بموافق جدا واما

الاجابات التالية فهي 16% موافق الى درجة كبيرة و 10% موافق الى حد ما و 2% موافق و 10% هم غير موافق وان قيمة

كا المحسوبة هي (172,2) اما الجدولية فهي (9,49) وهذا يعني انه معنوي ولصالح الاجابة الاكثر نسبة وهي (موافق جدا).

اما نسب الاجابات على السؤال الثاني فكانت اجابات العينة هي 40% موافق جدا و 30% موافق الى درجة كبيرة و 16%

موافق الى حد ما و 12% موافق و 2% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة (67,8) والجدولية (9,49) وهذا يعني انها معنوية

ولصالح الاجابة (موافق جدا) . اما نسب الاجابات على السؤال الثالث فكانت اجابات العينة هي 8% موافق جدا و 10% موافق

الى درجة كبيرة 26% موافق الى حد ما 20% موافق و 36% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (40,2) و الجدولية بلغت (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاكبر وهي غير موافق .

اما نسب الاجابات على السؤال الرابع فكانت اجابات العينة هي 14% موافق جدا و 12% موافق الى درجة كبيرة 16% موافق الى حد ما 38%

موافق و 20% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (33) و الجدولية بلغت (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح

الاجابة ذات النسبة الاكبر وهي موافق . اما نسب الاجابات على السؤال الخامس فكانت اجابات العينة هي 28% موافق جدا

و 30% موافق الى درجة كبيرة 22% موافق الى حد ما 10% موافق و 10% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (27,6) و الجدولية بلغت (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاكبر وهي (موافق الى درجة

كبيرة) . اما نسب الاجابات على السؤال السادس فكانت اجابات العينة هي 40% موافق جدا و 28% موافق الى درجة

كبيرة 18% موافق الى حد ما 10% موافق و 4% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (61,8)
(و الجدولية بلغت
(9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاكبر وهي (موافق جدا) . اما
نسب الاجابات على
السؤال السابع فكانت 50% موافق جدا و 20% موافق الى درجة كبيرة و 12% موافق الى حد ما
و 14% موافق و 4%
غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (94,2) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا
يدل على انها معنوية
ولصالح الاجابة (موافق جدا) كونها اعلى نسبة بالأجابات . اما نسب الاجابات على السؤال الثامن
فكانت 48% موافق
جدا و 20% موافق الى درجة كبيرة و 10% موافق الى حد ما و 16% موافق و 6% غير موافق
اما قيمة كا المحسوبة
بلغت (82,2) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الاجابة
(موافق جدا) كونها
اعلى نسبة بالأجابات .

2-1-4 عرض النتائج المتعلقة البطولات للفعاليات الرياضية المدرسية.

جدول (2)

يبين نسبة الاجابات على الاسئلة وقيمة كا² المحسوبة والجدولية لعدم اقامة الفعاليات الرياضية

الإجابة	موافق جدا	موافق الى درجة كبيرة	موافق الى حد ما	موافق	غير موافق	قيمة كا المحسوبة	الدلالة
عدم وجود الملاعب و التجهيزات لبعض الفعاليات	%48	%32	%10	%6	%4	111	معنوي
عدم وجود فرق مدرسية لبعض الفعاليات	%28	%22	%22	%18	%10	13,2	معنوي
عدم امكانية مديرية النشاط الرياضي و الكشفي المالية والفنية لاقامة بطولات لبعض الفعاليات	%12	%16	%20	%4	%48	84	معنوي
ضعف امكانية مدرسي التربية الرياضية لبعض الفعاليات	%16	%14	%24	%20	%26	7,8	عشوائي
ان الوضع البلد الامني يسبب عدم اندراج هذه الفعاليات ضمن البطولات المدرسية	%10	%8	%28	%38	%16	48,6	معنوي
اقامة البطولات المدرسية لفعاليات كثيرة يؤدي الى استغلال وقت كبير وهذا يؤثر على الطلبة المشاركين	%22	%22	%26	%14	%16	7,2	عشوائي

* قيمة كا الجدولية (9,49) تحت نسبة خطأ (0,05) ودرجة حرية (4)

من خلال جدول (2) يتبين ان نسب الاجابات على السؤال الاول كانت %48 موافق جدا و %32 موافق الى درجة كبيرة

و %10 موافق الى حد ما و %6 موافق و %4 غير موافق اما قيمة كا المحسوبة فقد بلغت (111) وهي اكبر من الجدولية

البالغة (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الجابة ذات النسبة العالية وهي (موافق جدا) .
اما ان نسب الاجابات

على السؤال الثاني كانت 28% موافق جدا و 22% موافق الى درجة كبيرة و 22% موافق الى حد ما و 18% موافق و 10% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة فقد بلغت (13,2) وهي اكبر من الجدولية البالغة (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الجابة ذات النسبة العالية وهي (موافق جدا) . ان نسب الاجابات على السؤال الثالث كانت 12% موافق جدا و 16% موافق الى درجة كبيرة و 20% موافق الى حد ما و 4% موافق و 48% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة فقد بلغت (84) وهي اكبر من الجدولية البالغة (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الجابة ذات النسبة العالية وهي (غير موافق) . ان نسب الاجابات على السؤال الرابع كانت 16% موافق جدا و 14% موافق الى درجة كبيرة و 24% موافق الى حد ما و 20% موافق و 26% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة فقد بلغت (7,8) وهي اصغر من الجدولية البالغة (9,49) وهذا يدل على انها عشوائية ولا توجد فروق بين الاجابات . ان نسب الاجابات على السؤال الخامس كانت 10% موافق جدا و 8% موافق الى درجة كبيرة و 28% موافق الى حد ما و 38% موافق و 16% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة فقد بلغت (48,6) وهي اكبر من الجدولية البالغة (9,49) وهذا يدل على انها معنوية ولصالح الجابة ذات النسبة العالية وهي (موافق) . ان نسب الاجابات على السؤال السادس كانت 22% موافق جدا و 22% موافق الى درجة كبيرة و 26% موافق الى حد ما و 14% موافق و 16% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة فقد بلغت (7,2) وهي اصغر من الجدولية البالغة (9,49) وهذا يدل على انها عشوائية ولا توجد فروق بين الاجابا

4-1-2 عرض النتائج المتعلقة بالمدارس ومدرسي التربية الرياضية و اولياء الامور

جدول (3)

يبين نسبة الاجابات على الاسئلة وقيمة كا² المحسوبة والجدولية

الإجابة السؤال	موافق جداً	موافق الى درجة كبيرة	موافق الى حد ما	موافق	غير موافق	قيمة كا المحسوبة	الدلالة
تكاليف ادارات المدارس لمدرسي التربية الرياضية بمهام كثيرة خارج نطاق عملهم	20%	8%	20%	22%	30%	18,6	معنوي
ضعف الاهتمام بدرس التربية الرياضية من قبل ادارات المدارس	24%	18%	20%	28%	10%	13,8	معنوي
عدم وجود ساحات و تجهيزات في المدارس	34%	30%	20%	10%	6%	44,4	معنوي
ضعف امكانية مدرس التربية الرياضية باختصاصه	6%	20%	30%	10%	34%	44,4	معنوي
قلة النشاطات اللاصفية في المدارس	16%	34%	26%	14%	10%	28,8	معنوي
شغل درس التربية الرياضية من قبل مدرسي مواد دراسية اخرى	14%	20%	18%	22%	26%	6	عشوائي
معرضة اولياء الامور لمشاركة ابناءهم تحت اسباب مختلفة	36%	24%	22%	12%	6%	40,2	معنوي

* قيمة كا الجدولية (9,49) تحت نسبة خطأ (0,05) ودرجة حرية (4)

من خلال الجدول (3) تبين ان نسب الاجابات للسؤال الاول كانت 20% موافق جداً و 8% موافق

الى درجة كبيرة

و20% موافق الى حد ما و22% موافق و30% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (6, 18) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا يعني انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاعلى بين الاجابات وهي (غير موافق) . اما نسب الاجابات للسؤال الثاني كانت 24% موافق جداً و18% موافق الى درجة كبيرة و20% موافق الى حد ما و28% موافق و10% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (13,8) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا يعني انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاعلى بين الاجابات وهي (موافق) . اما نسب الاجابات للسؤال الثالث كانت 34% موافق جداً و30% موافق الى درجة كبيرة و20% موافق الى حد ما و10% موافق و6% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (44,4) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا يعني انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاعلى بين الاجابات وهي (موافق جداً) . اما نسب الاجابات للسؤال الرابع كانت 6% موافق جداً و20% موافق الى درجة كبيرة و30% موافق الى حد ما و10% موافق و34% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (44,4) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا يعني انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاعلى بين الاجابات وهي (غير موافق) . اما نسب الاجابات للسؤال الخامس كانت 16% موافق جداً و34% موافق الى درجة كبيرة و26% موافق الى حد ما و14% موافق و10% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (28,8) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا يعني انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاعلى بين الاجابات وهي (موافق الى درجة كبيرة) . اما نسب الاجابات للسؤال السادس كانت 14% موافق جداً و20% موافق الى درجة كبيرة و18% موافق الى حد ما و22% موافق و26%

غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (6) وهي اصغر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا يدل على انها عشوائية ولا توجد فروق بين الاجابات .

اما نسب الاجابات للسؤال السابع كانت 36% موافق جداً و 24% موافق الى درجة كبيرة و 22% موافق الى حد ما

و 12% موافق و 6% غير موافق اما قيمة كا المحسوبة بلغت (40,2) وهي اكبر من الجدولية و البالغة (9,49) وهذا

يعني انها معنوية ولصالح الاجابة ذات النسبة الاعلى بين الاجابات وهي (موافق جدا) .

4-2 مناقشة النتائج :

4-2-1 مناقشة النتائج المتعلقة بمشاركة المدارس في البطولات المدرسية .

من خلال عرض النتائج في جدول (1) يتضح ان المشاكل الرئيسية التي يعيق مشاركة

المدارس في البطولات

الرياضية هي (ضعف الامكانيات المادية للمدارس ، عدم وجود التجهيزات اللازمة والمساحات في

المدارس لتدريب الفرق

، ميول الطلبة تلعب الدور الكبير في تكوين الفرق لفعاليات دون أخرى ، عدم محاسبة المدارس غير

المشاركة في البطولات

المدرسية يؤدي الى استمرار عدم المشاركة ، الجوائز المقدمة للفائزين لاثثير روح المنافسة بين لاعبي

الفرق للحصول عليها)

ان ضعف التخصيصات المالية للأنشطة الرياضية للمدارس يؤدي الى عدم توفير المال الكافي

للأشتراك في البطولات

المدرسية لتأمين النقل والتجهيزات الرياضية من ملابس وادوات و مستلزمات أخرى .

اما بالنسبة للتجهيزات و المساحات في المدارس فهي من الأمور الأساسية و المهمة لتكوين الفرق

المدرسية ولمختلف

الفعاليات الرياضية حيث لا يمكن لأي فريق ان يقوم بعملية التدريب من دون الأدوات اللازمة للفعالية

التي يمارسها ولا يمكنه

التدريب من دون ملعب او ساحة مناسبة لتدريبه ولهذا فانها تعد من الامور الاساسية التي يجب ان

تتوفر في المدارس لكي

يتسنى لمدرسي التربية الرياضية اعداد فرق مدرسية للبطولات .

كما ان لميول الطالب لفعالية معينة أهمية كبيرة في تكوين الفرق المدرسية فكلما زادت ميول الطالب لفعالية معينة زادت رغبته في اداءها والتنافس مع اقرانه لأثبات انه الاجدر في تمثيل المدرسة في هذه الفعالية واطهار افضل ما عنده لأثبات ذلك وتكون بذلك النتيجة ان يكون هناك فريق قوي يمكنه حصد الجوائز اما اذا لم تكن هناك ميول للطالب نحو فعالية ما فإنه لا يرغب في اداءها وعند اجباره على اداءها فإنه لا يبذل في اداء هذه الفعالية أي ان(الرياضيين الذين يدركون كفاءتهم في المجال الرياضي يكونون اكثر اقبالا على المشاركة في الموافق التنافسية الرياضية ، بينما الرياضيين الذين يكون ادراكهم لكفاءتهم منخفضا فانهم سوف لا يستمرون او يقبلون على المشاركة في الموافق الرياضية التنافسية)(1)

(1) صدقي نور الدين محمد : علم نفس الرياضة المفاهيم النظرية التوجيه والإرشاد القياس ، ط 1 ، المكتب الجامعي الحديث ، 2004 ، ص 33 .

ان عملية مراقبة المدارس ومتابعتها ومعرفة نشاطاتها الرياضية وتكريم المدارس المتميزة بنشاطاتها ومشاركاتها ومحاسبة المدارس التي لا تشارك في النشاطات الرياضية هي من الامور المهمة حيث انها تشجع المدارس على المشاركة بالأنشطة الرياضية ويفرق عديدة وفي نفس الوقت فهي تهدد بمحاسبة المدارس التي لا تشارك في البطولات وذلك لتقصيرها.

كما ان للجوائز المقدمة للفرق الفائزة تلعب الدور الكبير في ترغيب الموهوبين من الطلاب للمشاركة في البطولات حيث ان الطريقة المعهودة في تكريم المدارس الفائزة بفعالية ما بكأس دون تكريم اللاعبين لا تثير الحماسة للطلاب للمشاركة بينما لو كان هناك جائزة قيمة لكل لاعب يمكن الاستفادة منها (قد تكون مادية او معنوية) فإن الطلاب تتنافس للمشاركة في هذه البطولات .

اما مشكلة (عدد ساعات درس التربية الرياضية في المدارس غير كافي لاعداد الفرق الرياضية) يعد من اسباب عدم المشاركة ولكنه بنسبة اقل من المشاكل السابقة وان التفسير العلمي لهذه المشكلة هو ان تقيد المدرس بوقت الدرس وهو 40 دقيقة وعدد طلاب الصف الواحد هو يتراوح (40.30) طالب وهذا يتيح للمدرس ان يستغرق دقيقة واحدة مع كل طالب وهذا لا يمكنه من اكتشاف مواهبهم واعدادهم كفرق ولفعاليات مختلفة .

اما مشكلة (عدم مشاركة بعض المدارس في البطولات المدرسية بسبب الوضع الامني في المحافظة) ظهر من المشاكل التي تعيق مشاركة المدارس في البطولات المدرسية ولكن بنسبة اقل من المشاكل السابقة حسب اجابات عينة البحث ويرجع

السبب في ذلك الى مخاوف اولياء الامور على ابناءهم نتيجة التوترات الامنية التي يشهدها البلد في الوقت الحالي مما يدفعها الى منع ابناءها من المشاركة في البطولات .
اما مشكلة (ضعف درس التربية الرياضية) فقد اظهرت النتائج في الجدول (1) انها معنوية لصالح الاجابة (غير موافق)
وهذا يدل على انها لا تعد من المشاكل التي تعيق مشاركة المدارس في البطولات المدرسية .

2-2-4 مناقشة النتائج المتعلقة بإقامة البطولات للفعاليات الرياضية .

أظهرت نتائج الجدول (2) أن المشاكل الأساسية التي تمنع أو تعيق إقامة بطولات مدرسية لفعاليات معينة هي (عدم وجود الملاعب و التجهيزات لبعض الفعاليات ،عدم وجود فرق مدرسية لبعض الفعاليات) حيث ان بعض الفعاليات تحتاج الى ملاعب خاصة و الى تجهيزات خاصة مثل الجمناستيك و المبارزة و العاب المضرب وان مثل هذه الملاعب غير متوفرة في المحافظة بالوقت الحاضر لذا فان مديرية النشاط الرياضي و الكشفي في المحافظة لا يمكنه ا إقامة البطولات المدرسية لمثل هذه الأنشطة حيث بدونها لا يمكن للفرق المدرسية أن تتنافس حيث(ان كل فعالية لا يمكن ان تقام إلا بوجود اربع عناصر اساسية وهي اللاعب او الفريق و الامكانيات اللازمة لتنفيذ التدريب من ملعب وادوات و جهازفني متكامل و الإدارة الرياضية المتكاملة)(1) عند غياب الملعب والادوات ضاع ركن مهم وبالتالي تعذر إقامة البطولات .
اما بالنسبة للفرق المدرسية فان عدم وجود ملاعب و تجهيزات خاصة في بعض الفعاليات لاتمكن المدارس من جعل الطلاب يمارسون هذه الالعاب و بالتالي لايمكنه اعداد فريق خاص بهذه الفعالية .
اما مشكلة (وضع البلد الامني يسبب عدم إدراج هذه الفعاليات ضمن البطولات المدرسية) فقد ظهرت انها من المشاكل التي تمنع اقامة بطولات لبعض الفعاليات و لكن بنسبة اقل من المشاكل السابقة حيث ان الوضع الامني الذي يعيشه البلد يمنع من

اقامة ملاعب لهذه الفعاليات وجلب تجهيزات خاصة به وهذا ما يؤدي الى عدم وجود فرق مدرسية لهذه الفعاليات و بالتالي لاتقام بطولات لها .

اما مشكلة (عدم امكانية مديرية النشاط الرياضي و الكشفي المالية و الفنية لإقامة بطولات لبعض الفعاليات) فقد اظهرت نتائج الجدول (2) انها معنوية ولصالح الاجابة (غير موافق) أي انها لا تعتبر من المشاكل التي تمنع اقامة البطولات لهذه الفعاليات حيث ان مديرية النشاط الرياضي و الكشفي في المحافظة تتمتع بكوادر رياضية فنية عالية المستوى ومن حملة الشهادات العليا ومشهود لهم بالخبرة الواسعة في هذا المجال اما على المستوى المادي فان المديرية تتمتع بإمكانية مالية جيدة حيث يتضح هذا من خلال وجود الادوات والتجهيزات الجديدة للاعبين وللألعاب الاخرى و الخدمات التي توفرها للفرق المدرسية في اثناء البطولات .

امامشكلتي (ضعف امكانية مدرسي التربية الرياضية لبعض الفعاليات ،اقامة البطولات المدرسية لفعاليات كثيرة يؤدي الى استغلال وقت كبير وهذا يؤثر على الطلبة المشاركين) فان الدلالة لهذه المشكلتين ظهرت عشوائية أي ان هذه المشاكل لا تعد من المشاكل التي تمنع اقامة البطولات لبعض الفعاليات الرياضية .

(1) مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة ، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001 ، ص 21 .

4-2-3 مناقشة النتائج المتعلقة بالمدارس ومدرسي التربية الرياضية و اولياء الأمور .

من خلال عرض النتائج في الجدول (3) ظهرت ان من المشاكل الساسية التي تعاني منها المدارس هي (عدم وجود ساحات و تجهيزات في المدارس ، معارضة اولياء الأمور لمشاركة ابناءهم تحت اسباب مختلفة) اما عن وجود الساحات و التجهيزات في المدارس فان عدم وجود هذه الساحات و التجهيزات يؤدي الى عدم اقامة درس التربية الرياضية في هذه المدارس حيث ان من الضروري عند بناء مدرسة وضع ساحة او ملعب للفعاليات الرياضية حتى يتسنى للطلاب إطلاق مواهبهم و اقامة درس التربية الرياضية .

اما بالنسبة لأولياء الامور فإن كثيراً منهم يعارضون اشتراك ابناءهم في البطولات المدرسية ولأسباب عديدة منها تخوفهم انشغال ابنهم بالبطولات واهماله لدراسته ومنهم يجهل قيمة التربية الرياضية وغيرها من الاسباب فلا بد من تبديد هذه المخاوف و تثقيف اولياء الامور بأهمية دور التربية الرياضية في غرس المثل العليا في نفوس الطلاب حيث (ان الاساس في تطوير الرياضة هو تشجيع الوالدين على مزاوله الانشطة الرياضية في المدرسة ومن الاندية الرياضية) (1)

امامشكلة (قلة الانشطة اللاصفية في المدارس) تبرز من المشاكل التي تواجه المدارس ولكن بنسبة اقل من المشاكل سابقة

الذكر حيث إن للأنشطة اللاصفية الدور الكبير في معرفة قدرات و مواهب الطلاب الرياضية بعيداً عن التقيد بدرس التربية الرياضية فمن خلال الأنشطة اللاصفية يعطى الطالب الوقت الكافي لأداء أنشطة بدون ان يقيد بزمن الدرس ومن خلالها يمكن معرفة واعداد فريق مدرسي جيد وفعاليات عديدة حيث(ان مدارسنا عامة تعاني من نقص كبير في عدد الساعات المخصصة لدروس التربية الرياضية ،وبذلك جاء اهمية النشاطات اللاصفية في البرنامج المدرسي الحديث والتي تعطي للتلاميذ الفرصة الكبيرة و الاكيدة للتقدم بمستواهم البدني من ناحية ، وتحقيق الاهداف التربوية في المجال المدرسي من جهة اخرى)(2)

اما مشكلة (ضعف الاهتمام بدرس التربية الرياضية من قبل ادارة المدرسة) فقد ظهرت وبنسبة اقل من سابقتها من المشاكل التي يعاني منها درس التربية الرياضية ومدرس التربية الرياضية حيث ان بعض ادارة المدارس لا تولي أي اهتمام بدرس التربية الرياضية فنجد حتى لا توجد غرفة لمدرس التربية الرياضية وعدم اقامة اي نشاط رياضي في المدرسة ومن هنا لابد حل هذه المشكلة من خلال تولي مدراء يدركون اهمية دور التربية الرياضية في المسيرة التعليمية والتربوية .

اما المشاكل (تكليف ادارة المدارس لمدرس التربية الرياضية بمهام كثيرة خارج نطاق عملهم، ضعف امكانية مدرس التربية الرياضية بأخصاصه) فقد اظهرت نتائج الجدول (3) انها معنوية ولصالح الاجابة (غير موافق) وهذا يعني انها ليست من المشاكل التي تعاني منها المدارس .

اما مشكلة (شغل درس التربية الرياضية من قبل مدرسي مواد دراسية اخرى) فقد اظهرت النتائج انها عشوائية حيث ان الاجابات متفاوتة حول هذا السؤال وهذا يدل على انها ليست من المشاكل التي تعاني منها المدارس .

- (1) وجيه محبوب : التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، 2002 ، ص304
(2)عباس احمد صالح : طرق التدريس في التربية الرياضية ، ط2 ، دار الكتب للطباعة و النشر ، 2000 ، ص207

الاستنتاجات والتوصيات 1-5 الاستنتاجات .

أستنتج الباحثون الأستنتاجات التالية :-

- ١- من الأسباب الأساسية التي تعيق مشاركة المدارس في البطولات الرياضية هي (ضعف
الأمكانية المادية للمدارس ، عدم وجود التجهيزات اللازمة والمساحات في المدارس لتدريب الفرق
، ميول الطلبة تلعب الدور الكبير في تكوين الفرق لفعاليات دون اخرى ، عدم محاسبة المدارس
غير المشتركة في البطولات المدرسية يؤدي الى استمرار عدم المشاركة ، الجوائز المقدمة
للفائزين لاثثير روح المنافسة بين لاعبي الفرق للحصول عليها).
ثم تليها وبنسبة اقل مشكلة (عدد ساعات درس التربية الرياضية في المدارس غيركافي لأعداد
الفرق الرياضية) .
ومن ثم يليها مشكلة (عدم مشاركة بعض المدارس في البطولات المدرسية بسبب الوضع الأمني
في المحافظة) .
أما مشكلة (ضعف درس التربية الرياضية) لاتعد من المشاكل المؤثرة على مشاركة المدارس
في البطولات المدرسية .
٢-+الأسباب الرئيسية التي تمنع أو تعيق اقامة بطولات لبعض الفعاليات الرياضية المدرسية هي (عدم
وجود الملاعب والتجهيزات لبعض الفعاليات ، عدم وجود فرق مدرسية لبعض الفعاليات)
ومن ثم تليها وبنسبة اقل (الوضع الأمني للبلد يسببعدم ادراج هذه الفعاليات ضمن البطولات
المدرسية) ثم تليها (عدم امكانية مديرية النشاط الرياضي والكشفي المالية والفنية لأقامة
بطولات لبعض الفعاليات) أما (ضعف امكانية مدرسي التربية الرياضية لبعض الفعاليات ،

اقامة البطولات المدرسية لفعاليات كثيرة يؤدي الى استغلال وقت كبير وهذا يؤثر على الطلبة المشاركين) فلا تعد من الأسباب التي تمنع اقامة بطولات لبعض الفعاليات الرياضية المدرسية .

٣- هم المشاكل التي تعاني المدارس هي (عدم وجود ساحات وتجهيزات في المدارس ، معارضة اولياء الأمور لمشاركة ابناءهم تحت اسباب مختلفة) ومن ثم تليها وبنسبة اقل (قلة الأنشطة اللاصفية في المدارس) ومن ثم تليها (ضعف الأهمام بدرس التربية الرياضية من قبل بعض ادارات المدارس) .

أما (تكليف ادارة المدارس لمدرسي التربية الرياضية بمهام كثيرة خارج نطاق عملهم ، ضعف امكانية مدرس التربية الرياضية باختصاصه ، شغل درس التربية الرياضية من قبل مدرسي مواد دراسية اخرى) فلا تعد المشاكل التي تعاني منها المدارس .

2-5 التوصيات

انتهى الباحثون الى جملة من التوصيات وهي :-

- ١ ضرورة زيادت الأماكن المادية المتعلقة بالأنشطة الرياضية للمدارس بما يتناسب مع الأنشطة الرياضية التي تنوي المشاركة بها .
- ٢ ضرورة توفير التجهيزات اللازمة للمدارس وانشاء الساحات الملاعب وتخطيطها في جميع المدارس لكي يتسنى للطلاب مواصلة انشطتهم الرياضية واطلاق مواهبهم .
- ٣ ضرورة الأشراف على عملية النشاط الرياضي المدرسي في المحافظة وتكريم المدارس المتميزة بمشاركتها ومحاسبة المدارس التي لا تشارك في البطولات المدرسية .
- ٤ ضرورة ان تكون الجوائز المقدمة للفرق الفائزة بمستوى تثير روح المنافسة بين اللاعبين وبالتالي تقديم افضل المستويات الرياضية .
- ٥ ضرورة زيادة عدد حصص التربية الرياضية في المدارس .
- ٦ ضرورة توفير الملاعب والتجهيزات لبعض الفعاليات التي لا تقام لها بطولات حتى يمكن إقامة البطولات لها .
- ٧ تثقيف أولياء الأمور حول ضرورة مواصلة ابناءهم للأنشطة الرياضية ودورها الإيجابي في عملية التعلم .

- 8 - ضرورة زيادة الأنشطة اللاصفية في المدارس .
9 - ضرورة اهتمام ادارة المدارس بدرس التربية الرياضية .

المصادر

- 1 - خير الدين علي عويس : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .
2 - نوقان عبيدات و آخرون : البحث العلمي مفهومه اساليبه ادواته ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1988 .
3 - صدقي نور الدين محمد : علم نفس الرياضة المفاهيم النظرية التوجيه والإرشاد القياس ، ط 1 ، المكتب الجامعي حديث ، 2004 .
4 - عباس احمد صالح : طرق التدريس في التربية الرياضية ، ط 2 ، دار الكتب للطباعة و النشر ، 2000
5 - عدنان جوادخلف الجبوري : المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية الرياضية ، مطبعة التعليم العالي في البصرة، جامعة البصرة ، 1989 .
6 - فائق حسني ابو حليلة : الحديث في الادارة الرياضية ، ط 1 ، دار وائل للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، 2004 .
7 - محمد داود الربيعي : نظريات وطرائق التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، بغداد ، 2000 .

- 8 - مروان عبد المجيد ابراهيم : الاحصاء الوصفي والاستدلالي ، ط 1 ، دالا الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000
- 9 - مصطفى باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الصدق والثبات والموضوعية والمعايير ، ط1، مركز الكتاب لنشر ، القاهرة ، 1999 .
- 10 - مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة ، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001 .
- 11- وجيه محبوب : التعلم وجدولة التدريب الرياضي ، 2002 .

ملحق رقم (1)

يوضح استمارة الاستبيان

بسم الله الرحمن الرحيم

م/ إستبيان

الأستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة....

ينوي الباحثون اجراء البحث الموسوم بـ (دراسة واقع البطولات المدرسية للبنين في محافظة القادسية و

سبل تطويرها)

على عينة من مدرسي التربية الرياضية في محافظة القادسية .

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة علمية نكون شاكرين لو أبدتكم المساعدة لذا نرجوا التفضل

بالأطلاع على الأختبار المرفق

طيا و ابداء ملاحظاتكم للنقاط التالية :-

* هل الاختبار مناسب وطبيعة المشكلة قيد الدراسة (موافق) ، (غير موافق) .
* هل الفقرات في الاختبار اعلاه كافية لتغطية كل جوانب المشكلة قيد الدراسة (موافق) ، (غير موافق)

ملاحظة :- يمكن اضافة ما تراه مناسباً للاختبار .

اسم الخبير :.....
اللقب.....
الاختصاص.....
التاريخ.....

بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزي مدرس التربية الرياضية

تحية طيبة.....

في النية اجراء البحث الموسوم (دراسة واقع البطولات المدرسية للبنين في محافظة القادسية و سبل تطويرها) .

و خدمة للحركة الرياضية المدرسية في المحافظة نرجو الاجابة على فقرات الاستمارة و ابداء رأيك بكل صراحة .

مع الشكر و التقدير

ملاحظة :-

1- نرجو الأجابة على فقرات الأستبيان بكل صراحة .

2- يرجى وضع علامة (√) أمام الأختيار المناسب .

ت	السؤال	موافق جدا	موافق الى درجة كبيرة	موافق الى حد ما	موافق	غير موافق
* ما يتعلق بمشاركة المدارس في الفعاليات الرياضية						
1	ضعف الأماكن المادية للمدارس					
2	عدم وجود التجهيزات اللازمة والمساحات في المدارس لتدريب الفرق					

					3	ضعف درس التربية الرياضية
					4	عدم مشاركة بعض المدارس في البطولات المدرسية بسبب الوضع الأمني في البلد
					5	عدد ساعات التربية الرياضية في المدارس غير كافي لاعداد الفرق الرياضية
					6	ميول الطلبة تلعب الدور الكبير في تكوين فرق لفعاليات دون أخرى
					7	عدم محاسبة المدارس غير المشتركة في البطولات المدرسية يؤدي الى استمرار عدم المشاركة
					8	الجوائز المقدمة للفائزين لا تثير روح المنافسة بين لاعبي الفرق للحصول عليها

ت	السؤال	موافق جدا	موافق الى درجة كبيرة	موافق الى حد ما	موافق	غير موافق
	* ما يتعلق بأقامة البطولات للفعاليات الرياضية					
1	عدم وجود الملاعب والتجهيزات لبعض الفعاليات					
2	عدم وجود فرق مدرسية لبعض الفعاليات					
3	عدم إمكانية مديرية النشاط الرياضي والكشفي المالية والفنية لإقامة بطولات لبعض الفعاليات					
4	ضعف إمكانية مدرسي التربية الرياضية لبعض الفعاليات					
5	ان وضع البلد الأمني يسبب عدم ادراج هذه الفعاليات ضمن البطولات المدرسية					
6	اقامة البطولات المدرسية لفعاليات كثيرة يؤدي الى استغلال وقت كبير وهذا يؤثر على الطلبة المشاركين					

ت	السؤال	موافق جدا	موافق الى درجة كبيرة	موافق الى حد ما	موافق	غير موافق
* ما يتعلق بالمدارس و مدرسي التربية الرياضية وأولياء الامور						
1	تكليف إدارات المدارس لمدرسي التربية الرياضية بمهام كثيرة خارج نطاق عملهم					
2	ضعف الاهتمام بدرس التربية الرياضية من قبل إدارات المدارس					
3	عدم وجود ساحات و تجهيزات في المدارس					
4	ضعف إمكانية مدرس التربية الرياضية باختصاصه					
5	قلة النشاطات اللاصفية في المدارس					
6	شغل درس التربية الرياضية من قبل مدرسي مواد دراسية اخرى					
7	معارضة اولياء الامور لمشاركة ابناءهم تحت اسباب مختلفة					