



جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

# مجلة علوم الرياضة

مجلة علمية محكمة

تصدر عن كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

الرقم الدولي

ISSN-e: 2710 - 5016

ISSN : 2074 - 6032



10.26400/sp/57

المجلد الخامس عشر – العدد 57

أيلول - 2023

## هيئة التحرير

ت	الأعضاء	التخصص	الصفة	مكان العمل
1	أ.د. ماهر عبد اللطيف عارف	علم الفسلجة	رئيس التحرير	جامعة ديالى -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د سنان عباس علي	طرائق تدريس	عضوا	جامعة ديالى -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.د سعد منعم الشبخلي	التدريب الرياضي	عضواً	جامعة بغداد -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.د اشرف الدسوقي احمد	فسيولوجيا التدريب	عضوا	جمهورية مصر العربية / جامعة المنصورة
5	أ.د امرالله احمد ابو العينين	علم التدريب الرياضي	عضواً	جمهورية مصر العربية / عميد كلية التربية الرياضية/ جامعة المنصورة
6	أ.د مجدي محمود وكوك	فسيولوجيا التدريب الرياضي	عضوا	جمهورية مصر العربية / جامعة طنطا
7	أ.د عبد الحافظ المبروك غوار	إدارة وتنظيم	عضوا	الجمهورية العربية الليبية/ جامعة الزيتونة
8	أ.د مريم خليفة عرب	الإعاقة الرياضية	عضوا	دولة الكويت/ جامعة الكويت/ كلية التربية الأساسية
9	أ.د عمار أبو العلم	البايوميكانيك	عضوا	المملكة الأردنية الهاشمية/ جامعة اليرموك
10	أ.د عمار رواب	تقنيات النشاط البدني	عضوا	تونس/ جامعة محمد خضير بسكرة
11	أ.د. مجاهد حميد رشيد	تعلم حركي	عضوا	جامعة ديالى -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
12	أ.د محمد وليد شهاب	قياس واختبار	عضوا	جامعة ديالى -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المقوم اللغوي: أ.د. ابراهيم رحمن حميد الاركي

جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الانسانية

تسلم البحوث وتثبيت الملاحظات الكترونياً وورقياً مع مدير التحرير

مدير التحرير أ.د. سنان عباس علي

الموقع الالكتروني للمجلة <https://pessj.uodiyala.edu.iq/index.php/1/index>

البريد الالكتروني [diyala.sportmag143@gmail.com](mailto:diyala.sportmag143@gmail.com)

بسم الله الرحمن الرحيم

كلمة العدد...

هكذا تمضي بنا سفينة البحث العلمي في بحر علوم الرياضة حاملة  
على ظهرها بضاعة العصر المطرز بحروف الباحثين الذهبية التي تنسج  
لأجيالنا الزاحفة خيوط ملامح العصر الاتي، ملامح رياضة العراق الساعية  
لحجز أحد مقاعد الاوائل المتربعين على عرش الصدارة لتعيد لهذا البلد مجد  
بابل وأشور وأشنونا.

فها نحن بمجلتنا وسيلة للتواصل بين الامس واليوم مروراً الى الغد  
المشرق لعراق المحبة والتآخي والسلام.

رئيس التحرير

أ.د. ماهر عبد اللطيف عارف

## تعليمات النشر في مجلة علوم الرياضة

الى السادة الباحثين الذين يرومون نشر بحوثهم في مجلة علوم الرياضة مراعاة التعليمات الاتية:  
ليتسنى لنا نشر بحوثهم بالسرعة الممكنة وضمان عدم تأخير نشر بحوثهم في مجلتنا:

- يرسل البحث على البريد الالكتروني للمجلة أو تسليم قرص (CD) واحد.
  - وصل بمبلغ (100) مئة الف دينار للباحثين من داخل العراق.
  - وصل بمبلغ (\$100) مئة دولار للباحثين من خارج العراق.
  - وصل بمبلغ (25000) خمسة وعشرون ألف دينار للباحثين من داخل العراق عن أجور الاستلال.
  - سوف يتم معالجة البحث عن طريق ادخاله ضمن برنامج الاستلال البحثي لمعرفة نسبة الاستلال فيه.
  - تعهد خطي من الباحث (الباحثين) بعدم نشر البحث في أي مجلة اخرى أو تم استلاله من رسالة ماجستير او اطروحة دكتوراه او الانترنت.
  - كتابة عنوان البحث في بداية الصفحة الاولى للبحث ثم اسم الباحث (الباحثين) ومكان العمل والاي ميل ورقم الصفحة، والكلمات المفتاحية للبحث ثم الملخص باللغة العربية.
  - كتابة ملخص البحث باللغة الانكليزية ويتضمن عنوان البحث واسم الباحث والكلمات المفتاحية.
  - يجب ان يتضمن الباب الاول الخاص بالبحث ما يأتي المقدمة مع دمج الاهمية والمشكلة والاهداف والفروض والمجالات بصيغة (سرد) للموضوع بدون ترقيم.
  - لا يوجد باب ثانٍ في متن البحث.
  - يتضمن الباب الثالث ترقيماً اعتيادياً حيث يبدأ برقم (2) .
  - تكون صيغة نهاية البحث تحت تسمية الخاتمة وتكون الاستنتاجات والتوصيات مدمجة خالية من النقاط وبصيغة (سرد) للموضوع.
  - لا يتجاوز عدد الصفحات (15) صفحة، واذا زاد عن ذلك يتم دفع مبلغ قدره (2500) الفان وخمسمئة دينار عن كل صفحة.
  - استخدام برنامج الطباعة (اوفس، 2007-2010) فقط.
  - حجم خط العناوين (16) (Simplified Arabic).
  - حجم الخط المستخدم (14) (Simplified Arabic).
  - تكون كتابة المصادر في متن البحث اي ترقيم نظام الساعة (اسم المؤلف، السنة، رقم الصفحة).
  - تكتب المصادر في نهاية البحث.
  - بعد تقويم البحث يتم جلب نسخة معدلة على قرص (CD) بصيغة (Word) (ان وجدت تعديلات من قبل المقوم العلمي) من البحث بأسرع وقت ممكن.
  - تأخذ البحوث المسجلة والمقومة تسلسلها بالنشر.
  - تعتذر المجلة عن استلام البحوث غير المطابقة للتعليمات في اعلاه.
- يتم ارسال البحث المراد نشره على حساب المجلة الالكتروني. [diyala.sportmag143@gmail.com](mailto:diyala.sportmag143@gmail.com)

مع الشكر والامتنان

ملاحظة: المجلة غير مسؤولة عن اجراء التصحيحات وغير مسؤولة عن تأخير التصحيحات

إدارة تحرير

مجلة علوم الرياضة

## الفهرست

ت	عنوان البحث	اسم الباحث	الصفحة
1	تأثير استراتيجيات التفكير والمزاوجة والمشاركة في تعليم بعض المسكات في لعبة المصارعة للطلاب	م. علي كاظم عبدالقادر	13 – 1
2	تأثير تدريبات الساكيو (S. A. Q) باستخدام المثقلات في بعض القابليات البايوحركية والوظيفية والتصويب من القفز لدى لاعبي كرة اليد	أ.م.د احمد بهاء الدين علي أ.م.د بيباك محمد علي خان م.م نه سره وت عبدالرحمن يادكار	32 – 14
3	واقع التعليم الالكتروني لدرس التربية الرياضية في ظل جائحة كورونا من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية في محافظة ديالى	م.م باسم محمد صالح	47 – 33
4	تقنين مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية للمشرفين الاختصاص في المديرية العامة للتربية في العراق	احمد راضي عبد أ.م.د حيدر سعود حسن	62 – 48
5	بناء مقياس تنمية إدراك الذات الاجتماعية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى	م.م ماجد علي خليل أ.د فراس عبدالمنعم عبدالرزاق	78 – 63
6	أثر الأسلوبين التدريبي والمبرمج في التحصيل المعرفي وتعلم الارسل في التنس للطلاب	حيدر جمعة حسين أ.د. عبدالرحمن ناصر راشد أ.د. ماجد خليل خميس	95 – 79
7	التردد النفسي وعلاقتها بالتحصيل المعرفي والمهاري لدى الطالبات في السباحة الحرة	م.د شنكة سليمان عمر	114 – 96
8	تأثير برنامج إرشادي نفسي في التيقظ الذهني للاعبين الشباب بسلاح الشيش في المباراة	م.د رجاء حسن إسماعيل	135 – 115
9	تحسين الأداء الإداري لدى اندية إقليم كوردستان- العراق بكرة السلة من وجهة نظر كوادرها الإدارية والفنية	محمود سردار سلام أ.م.د سرتيب عمر عولا أ.م.د تحسين علي اسماعيل	150 – 136
10	بناء اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق	أ.د بسمة نعيم محسن حسام فاضل عباس	191 – 151
11	تأثير تدريبات الرشاقة التفاعلية في تطوير الارتكاز الزوجي والفردى والانتقال داخل الدائرة وبعض المتغيرات البدنية والبايوميكانيكية وانجاز رمي الثقل للشباب	أ.م.د. محمد مجيد صلال	210 – 192
12	فاعلية وحدات تعليمية وفقاً للسيطرة الدماغية في التفكير الحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم لطلاب الرابع الاعدادي	م.د محمد جمال جواد	237 – 211
13	تأثير تمرينات خاصة لتطوير القوة الانفجارية وبعض	حسنين صالح غضبان كاظم	257 – 238

	ا.م.د عمر سعد احمد	المتغيرات الفسيولوجية والانجاز برفعة	
267 – 258	م.م مريم محمد احمد م.م علي حسين علي	القلق وعلاقته بتقدير الذات لطالبات المدارس الثانوية المشاركات في بطولات النشاط الرياضي والكشفي في كركوك	14
281 – 268	أ.م.د. نعيمة زيدان خلف	دراسة تحليلية لفاعلية مستوى الأداء المهاري للاعبات فرق اندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة للسيدات لعام 2022 – 2021	15

تأثير استراتيجية التفكير والمزاوجة والمشاركة في تعليم بعض المسكات في لعبة المصارعة للطلاب

*The effect of the strategy of thinking, pairing and participating in teaching some grips in the wrestling game for students.*

علي كاظم عبدالقادر

*Ali Kadhim Abdelkader*

[ma4494881@gmail.com](mailto:ma4494881@gmail.com)

جامعة البصرة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

*Basra University*

*College of Physical Education and Sports Sciences*

الكلمات المفتاحية : استراتيجية ، التفكير المزاوجة المشاركة، مصارعة ، حرة ، ورومانية

*Keywords: strategy of thinking, pairing and participation, Romanian freestyle wrestling,*

**المخلص:**

تكمن اهمية البحث في تجربة استراتيجية التفكير والمزاوجة والمشاركة في تعليم بعض المسكات في لعبه المصارعة للطلاب من خلال اتباع المراحل الثلاثة التي تتضمنها هذه الاستراتيجية (فكر زوج شارك) ، يهدف البحث لاعداد منهاج تعليمي على وفق استراتيجية التفكير والمزاوجة والمشاركة لتعليم بعض المسكات في لعبة المصارعة للطلاب اضافة للاهداف الاخرى في متن البحث . عينة البحث: تمثلت بطلاب المرحلة الثالثة في كليه التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعته البصرة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي كونه المنهج الذي يلائم طبيعة المشكلة التي تناولها الباحث، اهم الاستنتاجات كانت تبادل الافكار واختيار زميل خلال مراحل التعلم اعطى الفرصة المناسبة للطلاب لتحديد الاداء الصحيح وتصحيح الاخطاء من خلال المقارنة مع اداء باقي الازواج في التعلم واوصى الباحث باستخدام الاستراتيجية في فعاليات اخرى كونها تتميز بمراحل تعليميه جيده يمكن من خلالها الحصول على تعلم فعال للطلاب.

**Abstract:**

*The importance lies in the experience of the strategy of thinking, mating and sharing in teaching some grips in the wrestling game to students by following the three stages included in this strategy (think pairing share). The research sample: It was represented by the students of the third stage in the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Basra, and the researcher used the experimental approach as*

*it is the approach that fits the nature of the problem that the researcher addressed. During the comparison with the performance of the rest of the couples in learning, the use of the strategy in other activities as it is characterized by good educational stages through which effective learning can be obtained for students.*

## 1-المقدمة :

يشهد العالم تطوراً كبيراً وثوره معلوماتية هائلة تهدف لبناء المجتمعات ومواكبه الدول المتقدمة التي اصبح لها دور كبير وقدرات واضحة وهذا التطور نلاحظه في المجالات العلمية والمراكز البحثية والدراسات الأكاديمية بخاصه اذ اصبح الاهتمام بالتعليم والمؤسسات التي تتبنى الجزء المهم من المجتمع اهتماماً كبيراً ترصد له ميزان ويخطط له بصوره مستمرة فأعداد الجيل المتعلم الذي يمتلك المؤهلات العلمية والقدرات الجيدة يكون له الاثر في تنميه وتطوير المجتمع ومن هنا فلا بد من وضع اسس وقواعد للارتقاء بالمتعلمين وهذا الامر لا يكون الا من خلال الاهتمام الكبير بالطالب الذي يعد محور العملية التعليمية والمعلم الذي يعد المحرك الاساسي لعملية التعلم وكذلك الاهتمام بالمنهج الذي يتم تقديمه للطلاب وهنا يأتي دور المعلم في تحديد اساليب وطرائق واستراتيجيات تحقق ما تسعى اليه العملية التعليمية والتركيز على اصال المادة للمتعلم بأكبر قدر ممكن وعدم اهمال الطالب عند اي مرحلة من مراحل التعلم.

ان الطرائق التقليدية غير عاجزه عن اصال المادة المتعلم لكن هذا لا يعني البقاء في دائرة واحده وعدم البحث والاجتهاد لا يجاد بدائل ووسائل لاستحداث طرائق اخرى او تطوير الطرائق الموجودة وهنا نحقق عنصراً ايجابياً وهو عدم حصول الملل لدى الطالب فاستخدام اسلوب او استراتيجية واحده طوال العام امر يبعث لدى الطلبة الملل خاصه في الدروس العملية حيث يتميز هذا الدرس بالأداء الفني الصعب المركب احيانا وهنا وجب علينا استخدام طرائق واستراتيجيات تخدم هذا الجانب في درس التربية البدنية وعلوم الرياضة اما بالنسبة للمسكات المبحوثه في البحث فتميز بصعوبة الاداء والدقة.

وتنقسم المسكات بحسب درجة الصعوبة الى: المسكات الصعبة وهي التي تحتاج الى جهد عصبي عضلي كبير وكذلك سرعة في الاداء لاجراج المنافس من توازنه والنوع الثاني المسكات المتوسطة الصعوبة وتكون اقل تعقيدا في مسارها الحركي واقل صعوبة من النوع السابق اما النوع الثالث من المسكات فهي المسكات السهلة وهذا النوع يكون فيها المسار الحركي بسيطاً وخالياً من اي تعقيد حركي وسهل التعلم والأداء (حمدان، 2008، 88).



وهذا الامر يحتم علينا ان نبحث عن الاستراتيجيات او الطرائق الملائمة لهذه المسكات حتى نتمكن من تحقيق تعلم فعال بصوره ايجابيه وتجاوز الاخطاء الممكنة الحدوث او التقليل منها ومن اثارها في عمليه التعلم استراتيجيه التفكير والمزاوجة والمشاركة من خلال هذه المراحل يتم تعليم المسكات المقررة للطلاب في المرحلة الثالثة في كليه التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة حيث ان الاليه التي تعتمدها الاستراتيجيه على جعل الطلاب على شكل ازواج يناقشون افكارهم حول المسكات تثير لدى الطلبة الدافعيه والرغبة في التعلم وعند الانتقال لمرحلة المشاركة يشارك الازواج معلوماتهم مع بعض وهذا سيؤدي إلى زياده المعرفة لدى الطلاب بسبب تكرار عرض النماذج وهذا يعد عنصراً ايجابياً مفيداً خلال عمليه التعلم.

ومن هنا فان اهميه البحث تكمن في تجربته استراتيجيه التفكير والمزاوجة والمشاركة في تعليم بعض المسكات في لعبه المصارعة للطلاب من خلال اتباع المراحل الثلاثة التي تتضمنها هذه الاستراتيجيه (فكر زوج شارك) لتحقيق تعلم افضل وبالتالي اتقان الاداء الحركي الذي يخص المسكات الواجب تعلمها.

تكمن مشكلة البحث في ان عمليه التعلم عمليه سهله وبسيطة ومعقده احيانا هذا الامر يعتمد على عناصر سبق وذكرناها في مقدمه البحث فاذا ما تم اعداد طرائق واستراتيجيات تسهل عمليه التعلم وتعمل على تجزئه الاجزاء الصعبة والمعقدة من الاداء الفني للمسكة وعلى العكس من ذلك فان الاداء يبقى صعباً على المتعلم اذا لم تكن هناك وسائل او طرائق لتسهيل عمليه التعلم كل طرائق تجعل المتعلم المحور والهدف الاساسي في مضمونها تحقق تعلم جيد يتناسب والمحتوى الذي تتضمنه الوحدة التعليمية درس المصارعة وبحسب المنهج المقرر فانه يحتوي على العديد من المسكات الواجب على الطالب تعلمها خلال الفصل الدراسي وتختلف في درجه الصعوبة من مسكه الى اخرى وعمليه تعلم هذه المسكات تتم بالتدرج من الصعب الى السهل وعليه فان المدرس يسعى لاختيار طرائق تتناسب وهذه المسكات.

ومن هنا فان مشكلة البحث ان تعليم المسكات للطلاب من خلال تجزئه هذه المسكات على وفق مراحل تسهل تعلمها كون اداء المسكات صعباً ويحتاج للتركيز والقوة والانتباه وهذا الامر لا يبد من معالجته ان الاستراتيجيه المتبعة تهدف لتحقيق التعلم المطلوب وبالتالي استثمار الوقت والجهد والوصول لنتائج ايجابيه في عمليه التعلم حيث ان عمل الطلاب على وفق برنامج واضح يكون لدى الطالب فكرة عن الواجبات وبالتالي عدم ضياع الوقت وهذا الامر يعد عاملاً مشجعاً في عمليه التعلم لذا اعتمد الباحث هذه الاستراتيجيه.

ويهدف البحث الى اعداد منهاج تعليمي على وفق استراتيجيات التفكير والمزاوجة والمشاركة لتعليم بعض المسكات في لعبة المصارعة على عينة البحث(طلاب المرحلة الثالثة) وكانت مسكات من الوقوف واخرى من الجلوس حره ورومانية، تعرف تأثير المنهاج المعد من قبل الباحث والمتبع من قبل المدرس(الامري) في تعليم بعض المسكات في لعبه المصارعة للطلاب، تعرف اي المنهاجين افضل المعد من قبل الباحث ام المتبع من قبل المدرس(الامري) في تعليم بعض المسكات في لعبه المصارعة للطلاب، ويمكن ان يذكر الباحث الفروض التالية وجود فروق ذات دلالة احصائي في نتائج الاختبارات القبالية والبعدي لمجموعتي البحث للمسكات المبحوثة ولصالح الاختبارات البعدي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات البعدي لمجموعتي البحث في المسكات المبحوثة ولصالح المجموعة التجريبية.

## 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

### 2-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي كونه المنهج الذي يلائم طبيعة المشكلة التي تناولها الباحث حيث تعرف البحوث التجريبية بانها ذلك النوع من الدراسات التي يقوم بها الباحث بهدف تطبيق نتائج حل المشاكل الحالية وتكون اهدافها محددة بشكل ادق من البحوث الأساسية النظرية(محمد،2019،7)

### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

مجتمع البحث تمثلت بطلاب المرحلة الثالثة في كليه التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعه البصرة 2023/2022 والبالغ عددهم(192) طالب يتمثلون سبع شعب قام الباحث بطريقة عشوائية باختيار شعبة(د) كمجموعه تجريبية وشعبه (ب) كمجموعه ضابطه حيث بلغ عدد طلاب شعبة (د)(30) طالب وبلغ عدد طلاباً شعبه (ب) (30) طالباً وكان سبب اختيار الشعبتان هو تنظيم الجدول يتناسب والالتزامات الاخرى للباحث حتى يتفرغ لهم بشكل كلي وبذلك شكلت العين نسبة مئوية مقدارها(31.25) من مجتمع البحث وقام الباحث باستخدام اختبارات (ت) للعينات المترابطة المتساوية وقد تم اعتماد هذه النتائج كاختبارات قبلية من قبل الباحث.

### الجدول(1)

يبين التكافؤ والايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الاختلاف لعينة البحث

Sig	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحرافات	الايوساط	الانحرافات	الايوساط		
	المعيارية	الحسابية	المعيارية	الحسابية		

0.18	1.15	1.70	1.52	1.71	سم	الطول	معدلات النمو
0.08	0.89	60.66	0.30	62.56	كغم	الكتلة	
0.53	0.26	21.50	0.30	21.43	سنة	العمر	بعض المسكات
0.23	0.13	2.01	0.22	1.90	درجة	مسكة يد وراس	
0.10	0.08	2.00	0.09	1.96	درجة	مسكة الحصير	
0.08	0.12	2.01	0.13	1.92	درجة	الرول بحجز الذراع	
0.31	0.07	2.05	0.14	1.99	درجة	التكور للأمام	

### 2-3 وسائل جمع المعلومات

وسائل جمع البيانات المصادر العربية، شبكة الانترنت، استمارة التقييم، الملاحظة الادوات والأجهزة المستخدمة كاميرا، استاند كاميرا، اقراص سي دي، صافره، دمي المصارعة، بساط المصارعة، شاشه بلازما.

### 2-4 المسكات المستخدمة

#### 2-4-1 تقييم المسكات

اعتمد الباحث المنهج المقرر من قبل الهيأت القطاعية والخاص بالمرحلة الثالثة وحسب التسلسل الخاص بالمسكات في المنهج اما تقييم المسكات فكان من خلال ارسال اداء الطلاب على قرص الى ثلاثة مقومين ملحق (1) وتم تقسيم الدرجة كما يلي ثلاث درجات القسم التحضيري واربع درجات للقسم الرئيس وثلاث درجات للقسم الختامي وهذا التقييم اعتمده الباحث في دراساته بعد اجراء استبانة بهذا التوزيع.

### 2-5 التجربة الاستطلاعية

#### التجربة الاستطلاعية الاولى

قام الباحث بتاريخ 10/10/2022 بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينه من طلاب شعبه (ج) من خارج المجموعتين الضابطة والتجريبية وكان الهدف الاساسي من هذه التجربة الكشف عن الحقائق العلمية والسلبيات وكذلك الايجابيات التي تواجه عينه البحث من خلال تطبيق التجربة وكذلك حتى يتعرف الكادر المساعدة على آلية تطبيق التجربة ومعرفة مدى كفاءة هذا الكادر ومعرفة الوقت اللازم لذلك.

## 2-6 المنهاج التعليمي

قام البحث بأعداد المنهاج التعليمي الخاص باستراتيجية التفكير والمزوجة والمشاركة لتطبيقه على الطلاب حيث قام بعرض المنهاج المقترح على مجموعه من الخبراء في مجال طرائق التدريس والمصارعة ملحق (2) بهدف تصحيح الاخطاء الواردة وتقويم المنهج وتكون المنهج المعد من (ثمانى) وحدات تعليميه لمدة ثمانية اسابيع زمن كل وحدة 90 دقيقة وهو الوقت المتبع في الظروف الاعتيادية خلال المحاضرات حيث قام الباحث بتطبيق البرنامج يوم 2022 /10 /31 وتم الانتهاء منه 2022 /12 /19 واعد على وفق الفلسفة التي تقوم عليها الاستراتيجية وقت شملت الوحدة التعليمية بحسب اجزائها ما يأتي:

**القسم التحضيري:** خلال هذا القسم يكون اداء الاحماء العام والخاص واختيار التمارين التي تخدم المسكات التي سيتم تعليمها للطلاب  
**القسم الرئيس ويشمل النشاط التعليمي**

قام البحث باعتماد المراحل الثلاثة للاستراتيجية من خلال

**المرحلة الاولى:** مرحله التفكير يطرح المعلم سؤال يخص المسكة للبحث عن اجابه لهذا السؤال ثم يطلب من الطلاب تقديم افكارهم عن السؤال المطروحة ويعطيهم وقت للتفكير بصوره فرديه وقبل طرح السؤال يجب ان يكون الطلاب مجاميع ثنائيه او رباعيه بحسب توزيع المدرس وكل طالب يقابل زميله الاخر حتى يسهل الانتقال لمراحله المزوجة  
**المرحلة الثانية:** وتتضمن مرحله المزوجة ما يأتي بعد تقسيم الطلاب على شكل ازواج يطلب المدرس من الطلاب اخذ وقت خمس دقائق لمناقشه افكارهم مع الزميل الذي شكل معه الزوج ويوضح لزميله الفكرة ويحاول اقناعه بصحة افكاره للوصول الى اجابه مشتركة يتفقان عليها معا

**المرحلة الثالثة:** مرحله المشاركة يدعو المدرس الطلاب الذين تم تقسيمهم على ازواج لمشاركه افكارهم وادائهم مع باقي الطلاب ومناقشه الاداء السليم للمسكة حيث يعرض كل زوج من الطلاب افكارهم امام باقي الطلاب

## 2-7 الاختبارات القبليه

بتاريخ 2022 /10/17 والمصادف يوم الاثنين قام الباحث بأجراء الاختبارات القبليه في القاعة المغلقة لدرس المصارعة واعتمد الباحث هذه النتائج كاختبارات قبلية .

## 2-8 الاختبارات البعديه

اجرى الباحث الاختبارات البعديه بتاريخ 2022 /12/26 المصادف يوم الاربعاء في قاعة المصارعة المغلقة في كليه التربية البدنيه وعلوم الرياضة جامعه البصرة في كليه

التربية البدنية وعلوم والرياضة جامعة البصرة وكانت من اسبوع بين انتهاء البرنامج والاختبارات البعيدة كون الطلاب لديهم دروس طيلة الاسبوع وعدم القدرة على التواجد فقط في وقت المحاضرة

## 2-9 الوسائل الاحصائية

تم معالجه البيانات باستخدام البرنامج الاحصائي spss الاصدار 16 بعد ان اطلع الباحث على خطوات العمل الخاصة بهذا البرنامج (نافذ، 2013، 143)

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض النتائج الاختبارات القبليه والبعديه لمتغيرات البحث:

### الجدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة للاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الخطأ المعياري	ت المحسوبة	Sig	الدالة الاحصائية
		ع	س	ع	س				
مسكة يد وراس	درجة	0.22	1.90	0.52	6.26	0.38	22.4	0.000	معنوي
مسكة الحصير	درجة	0.09	1.96	0.13	6.09	0.17	46.8	0.000	معنوي
الرول بحجز الذراع	درجة	0.13	1.92	0.49	6.24	0.49	23.3	0.000	معنوي
التكور للأمام	درجة	0.14	1.99	0.25	6.35	0.21	40.7	0.000	معنوي

3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعيدة للمجموعة التجريبية

### الجدول (3)

يبين الاوساط والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الخطأ المعياري	ت المحسوبة	Sig	الدالة الاحصائية
		ع	س	ع	س				
مسكة يد وراس	درجة	0.13	2.01	0.12	7.05	0.12	78.7	0.000	معنوي
مسكة الحصير	درجة	0.08	2.00	0.18	7.28	0.21	49.1	0.000	معنوي

معنوي	0.000	56.4	0.17	0.16	7.06	0.12	2.01	درجة	الرول بحجز الذراع
معنوي	0.000	85.32	0.11	0.16	7.01	0.07	2.05	درجة	التكور للأمام

### 3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

#### الجدول (4)

#### يبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية				المجموعة الضابطة		ت المحسوبة	Sig	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع					
مسكة يد وراس	درجة	7.05	0.12	6.26	0.52	3.35	0.04	معنوي		
مسكة الحصير	درجة	7.28	0.18	6.09	0.13	8.03	0.004	معنوي		
الرول بحجز الذراع	درجة	7.06	0.16	6.24	0.49	3.51	0.03	معنوي		
التكور للأمام	درجة	7.01	0.16	6.35	0.25	9.62	0.002	معنوي		

#### 3-4 مناقشه النتائج

من خلال الجدولين (2) (3) نلاحظ التقدم الحاصل لدى المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك من خلال الاعتماد على نتائج الاختبارات البعدية التي تحققت لدينا ويرى الباحث ان سبب التقدم جاء بسبب اعتماد طرائق تدريس متعددة كان لها الدور في اكتساب الطلاب للمادة بصورة جيدة وهذا هو الهدف الاساسي الذي نسعى له في اكتساب المتعلم للمحتوى التعليمي بصورة جيدة وفهم ما هو مطلوب منه يعد نجاحاً للدرس وللعملية التعليمية

ان مراحل الاستراتيجية كان لها دور في تحقيق التعلم الواعي والجيد حيث اعطت المرحلة الاولى ومرحلة التفكير للمتعلم الحرية الكافية للبحث عن حلول وازاء ممكن ان تكون مفيدة ومعززه لعملية تعلم المسكات والاستفادة من تلك الافكار لدعم عملية التعلم حيث يعد التفكير عنصراً مهماً اساسياً وإيجابياً في اي عملية التعلم

يذكر وسام صلاح عبد الحسين ان التفكير يعد عملية معرفيه وعنصراً اساسياً في البناء العقلي المعرفي الذي يمتلكه الانسان يتميز التفكير من سائر العمليات الاخرى بانه اكثرها

رقيا واشدها تعقيدا على النفاذ الى عمق الاشياء والظواهر والإحاطة بها مما يمكنه من معالجه المعلومات ونتاج معارف جيده وموضوعيه(وسام،2014،64)

ويذكر برهان محمد حماده ان مهاره التفكير اداه فعاله لتحقيق الاهداف عن طريق توظيف المعارف والمهارات والخبرات التي يمتلكها الفرد توظيفا سليما وان التفكير السليم يمكن للإنسان من خلاله التكيف مع الظروف المحيطة به والتعامل مع الصعوبات التي تواجهه من خلال استدعاء وتوضيح ما يمتلكك من معلومات ومهارات(برهان،2014،64)

اما المزوجة بين الطلاب فيرى الباحث انها اعطت نوعا من التشجيع لطرح الافكار ومساعدته الزميل على الفهم الصحيح وكذلك التعاون للوصول للمفاهيم الصحيحة وادراك المحتوى الكامل للمسكة بالشكل الصحيح فطرح الافكار ومناقشتها مع الزميل والعمل المشترك يحقق نتائج ايجابية كثيرة

ويري ابراهيم عبد الحميد ان التعلم التعاوني بين الطلاب ينمي مهارات الاتصال والتفاعل والمشاركة وفيه نوع من التشويق والمتعة ويحقق مبدا شعور الطالب بالحاجة الى الزميل ويقدم له المعرفة على وفق مستواه(ابراهيم،2005،111)

ويذكر موسى بن راشد ان زرع روح التعاون بين الطلاب يساعد على تطوير مهاراتهم والارتقاء لمستوى افضل وبالتالي اتخاذ القرار السليم والقدرة على تحقيق الاهداف وبتيح للطلاب الفرصة لا يراز مواهبه وقدراته العقلية(موسى،2004،65)

ويرى الباحث ان المشاركة التي تتم بين الطلاب وبصوره ازواج والتي تأتي بعد مرحله التزاوج تعد مرحله تعزيز تساعد الطلاب على الاطلاع على الافكار الاخرى والتوسع اكثر في عمليه التعلم وهذا الاطلاع سيؤدي لتعزيز التعلم وتحقيق الهدف الذي يسعى المدرس لتحقيقه لوجود حافز يتولد لديهم جراء الخطوات المتبعة

وتذكر ناهده عبد زيد ان تشجيع التفاعل بين الطلاب يشكل عاملاً مهماً في اشتراك المتعلم وتحفيزه والتعلم يعزز بصوره اكبر عندما يكون جماعيا ومعرفة المتعلم بما لا يعرفه وما لا يعرفه يساعد على فهم طبيعة وتقييمها(ناهدة،2018،54)

#### 4-الخاتمة:

من خلال النتائج التي توصل اليها الباحث كانت اهم الاستنتاجات : اولاً:ان الاسلوب المتبع من قبل المدرس الامري والاستراتيجية المستخدمة من قبل الباحث كان لهما اثر ايجابي لتعليم بعض المسكات في لعبه المصارعة للطلاب وكانت الافضلية للاستراتيجية المتبعة ثانياً: ان مراحل الاستراتيجية اعطت الفرصة للطلاب لاظهار قدراتهم على التفكير ومشاركه الآراء مع الزميل وساعد تبادل الافكار واختيار زميل خلال

مراحل التعلم اعطى الفرصة المناسبة للطلاب لتحديد الاداء الصحيح وتصحيح الاخطاء من خلال المقارنة مع اداء باقي الازواج في التعلم اوصى الباحث:اولا:اعتماد استراتيجيات واساليب وطرائق متعددة من قبل المدرس لزياده الرغبة والدافعية لدى الطلاب خلال التعلم كما هو الحال في استراتيجية التفكير والمزاوجة والمشاركة ثانيا-البحث عن الاستراتيجيات وطرائق التي يمكن من خلالها اشتراك اكبر عدد من المتعلمين في الموقف التعليمي لتنميته روح المرح والدافعية والرغبة لدى المتعلمين ثالثا- استخدام الاستراتيجية في فعاليات اخرى كونها تتميز بمراحل تعليميه جيده يمكن من خلالها الحصول على تعلم فعال للطلاب

#### المصادر

- ابراهيم عبدالله الحميدان: التدريس والتفكير، ط1،السعودية، 2005
- برهان محمد حمادنة: التفكير الابداعي، جامعة نجران، الاردن، ط1، 2014
- حمدان رحيم الكبيسي: التعلم والتدريب الرياضي في المصارعة، بغداد، 2008
- موسى بن راشد البهدل: التعلم التعاوني طرائق ميسرة للتعلم التعاوني، ط1،الرياض، 2004
- محمد سرحان علي: مناهج البحث العلمي، ط3،اليمن، 2019
- ناهدة عبد زيد الدليمي: استراتيجيات في التعلم الحركي، العراق، 2018
- نافذ محمد بركات: التحليل الاحصائي باستخدام البرنامج الاحصائي spss، فلسطين، 2013
- وسام صلاح وسامر يوسف: التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضة، العراق، ط1

#### الملاحق

#### ملحق(1)

#### السادة المحكمين

ت	اللقب العلمي	اسم المحكم	مكان العمل
1	ا.م.د	جلال عبدالزهرة	جامعة البصرة -مديرية النشاطات الطلابية
2	م.م	فرزوق عبدالقادر	جامعة ميسان-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



3	م.م	اياد محمد قدوري	جامعة البصرة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
---	-----	-----------------	--

## ملحق (2)

### السادة الخبراء في مجال طرائق التدريس والمصارعة

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	مكان العمل
1	ا.د	حسين علي محسن	جامعة البصرة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	ا.د	لمياء جسن الديوان	جامعة البصرة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	ا.د	محمد علي فالح	جامعة البصرة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	ا.م.د	سعد لايد عبدالكريم	جامعة البصرة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	ا.م.د	معد سلمان	جامعة بغداد -كلية التربية الاساسية
6	ا.م.د	جلال عبدالزهرة	جامعة البصرة -مديرية النشاطات الطلابية
7	ا.م.د	علي فؤاد	جامعة بغداد -كلية التربية الاساسية
8	م.م	اياد محمد قدوري	جامعة البصرة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الوحدة التعليمية :الاهداف التعليمية :مسكة الـرول التاريخ :

الاهداف التربوية : تنمية روح التعاون الادوات المستخدمة:دمى،بساط،شاشة،لابتوب زمن الوحدة:90د

الملاحظات	الجانب التنظيمي	الفعاليات والمهارات الاساسية	الزمن	اقسام الوحدة
			15د	اولا:القسم التحضيري
التأكيد على الالتزام بالهدوء	***** T	الوقوف تسجيل الحضور وتوجيهات لبداية الدرس	3-2 د	المقدمة
التطبيق الصحيح للتمارين من قبل الطلاب	***** T *****	تمارين عامة تخدم المسكة والهدف من الوحدة التعليمية	6-5 د	الاحماء العام
الاداء الصحيح للتمارين		تمارين خاصة لتهيئة الجسم تخص المسكات التي سيتم تعليمها للطلاب	6- 12د	الاحماء الخاص
			65 د	القسم الرئيسي

<p>الانتباه للمراحل والتأكيد على العمل الصحيح في كل مرحلة من مراحل الوحدة التعليمية</p>		<p>يتحدث المدرس مع التلاميذ عن خبراتهم ومعارفهم السابقة عن مسكه الرول وتعريفها والكيفية التي يتم من خلالها اداء المسكة يقسم الطلاب مجموعات كل مجموعه تتكون من اربعة الى ستة طلاب يعرض المدرس صوراً ونماذج لا داء المسكة ويبين النواحي الفنية بالتفصيل يتبع المدرس بعد ذلك خطوات الاستراتيجية التفكير المزوجة المشاركة وبحسب المراحل الثلاث في النشاط التطبيقي</p>	<p>40 15</p>	<p>النشاط التعليمي</p>
		<p><b>الخطوة الاولى</b> التفكير يعرض المدرس مسكه الرول من خلال عرض صور وفيديو للمسكة يوضح المدرس خلالها كيفية الجلوس الصحيح وحجز الذراع القريبة والدوران وي طرح المدرس سؤالاً عن كيفية الدوران وكيف يتم حجز الذراع <b>الخطوة الثانية</b> المزوجة تكوين المجاميع بحيث يكون الطلاب على شكل مجاميع ثنائية من خلالها يتم تبادل المعلومات عن المسكة ويؤدي الطالب النشاط التطبيقي المحدد مسكه الرول مثال على ذلك الجلوس خلف الزميل او من الجانب حجز الذراع القريبة او بعيده الدوران على يد المربوطة او على الجهة الاخري دور المدرس متابعه المجاميع الثنائية عند تنفيذ الطلاب للمسكة ويتابع نقاش الطلاب ويقدم التغذية الراجعة لهم ويصحح الاخطاء التي تحصل وبحسب الفروق الفردية للطلاب <b>الخطوة الثالثة</b> مشاركة كل زوجين من المجموعة يكونان بشكل رباعي ويتم تبادل المعلومات حول المسكة للتواصل للأداء الامثل من خلال المجموعات التي تم تشكيلها وتوصل الى</p>	<p>20 5 20</p>	<p>النشاط التطبيقي</p>

		<p>نموذج محدد بعدها ينادي المدرس على المجموعات ويشاهد نموذج للمسكة وتصحيح الاخطاء للنموذج المعروض يعرض المدرس الاداء الامثل لمسكة الرول بحجز الذراع لمقارنه اداء الطلاب بأداء المدرس ويسمح للطلاب بأداء المسكة بشكل النهائي</p> <p>التقويم يطلب المدرس من كل تلميذ اداء نموذج لمسكة الرول ويوضح مستوى كل طالب عنده الاداء</p>		
التأكيد على عنصر السلامة		<p>يختار المدرس لعبة للتهديئة والاسترخاء دون بذل أي جهد بدني</p>	10	القسم الختامي

تأثير تدريبات الساكيو (S. A. Q) باستخدام المثقلات في بعض القابليات البايوحركية  
والوظيفية والتصويب من القفز لدى لاعبي كرة اليد

*Effect of (S. A. Q.) exercises by using weights in some Biomotor abilities,  
functional, and shooting from jumping by handball players*

بيباك محمد علي خان

جامعة سليمانية

*bebak.alikhan@univsul.edu.iq*

*Bebak mohammed alikhan*

*University of Sulaimani*

احمد بهاء الدين علي

جامعة سليمانية

*Ahmed Bhadin Ali*

*University of Sulaimani*

نه سره وت عبدالرحمن يادگار

جامعة سليمانية

*Nasrawt Abdrahman*

*University of Sulaimani*

*nasrawt.yadigar@univsul.edu.iq*

الكلمات المفتاحية: ساكيو (S. A. Q) ، المتغيرات الوظيفية، المثقلات، القابليات البايوحركية،  
والتصويب من القفز.

ملخص البحث:

تكمن اهمية البحث في اعداد تدريبات ساكيو (S. A. Q) باستخدام المثقلات ومعرفة  
تأثيرها في تطوير بعض القابليات البايوحركية والوظيفية والتصويب من القفز لدى لاعبي كرة اليد،  
من اجل النهوض بهذه اللعبة نحو مستويات متقدمة، هدف البحث الى إعداد تدريبات (S. A. Q)  
باستخدام المثقلات لدى لاعبي كرة اليد، التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية في  
المتغيرات المبحوثة لدى المجموعة الضابطة والتجريبية، تعرف الفروق بين الاختبارات البعدية في  
المتغيرات المبحوثة لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة، استخدم الباحثون المنهج التجريبي  
وذلك لملاءمته لطبيعة البحث ومشكلته، تم تحديد مجتمع البحث بصورة عمدية من لاعبي منتخب  
المعهد الرياضي- جمال للعام الدراسي (2022- 2023) بكرة اليد، البالغ عددهم 14 لاعبا،  
وتم اختيار (12) لاعبا كعينة للبحث، وبذلك بلغت نسبة العينة (85.71%) من المجتمع الكلي،  
وتم تقسيم العينة بصورة عشوائية بطريق القرعة الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالتساوي كل  
مجموعة (6) لاعبين، عدد الوحدات التدريبية الاسبوعية (3) وحدات ولمدة (6) اسابيع بواقع  
( 18 ) وحدة تدريبية، تكون المنهاج التدريبي من دورتين متوسطتين ، كل دورة متوسطة تحتوي  
على ( 3 ) دورات تدريبية صغرى (اسبوعية)، وقد توصل الباحثون الى الاستنتاجات الاتية: ان

التدريبات بأسلوب (S. A. Q) باستخدام المنقلات احدث تقدم واضح في مستوى القابليات البايوحركية والوظيفية والتصويب من القفز لدى المجموعة التجريبية، لم تظهر تقدم معنوي لبعض المتغيرات المبحوثة (اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي، سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة) في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.

### **Abstract:**

*The importance of the research lies in preparing (S. A. Q) exercises by using weights and knowing its impact on development in some Biomotor abilities, functional and shooting from jumping by handball players to upgrade this game to the advanced level. The aim of the research is preparing (S.A.Q.) exercises by using weights by handball players identifying the differences between (pre and post) tests in investigated variables by experimental and controlled groups of research identifying the differences between (post) tests the researchers used experimental curriculum, because of its suitability to the nature and the problem of the research the community of the research has been selected by intentional way from players of Sports Institute team - chamchamal for the year 2022 - 2023 (handball team) which they are 14 players, and 12 of them has been chosen as the sample of the research so the rate of the sample is %85.71 of all community, the sample divided randomly into two groups experimental and controlled by lottery way (6) players, number of weekly training units are (3) units per week as for total training units became (18) training units, the curriculum contains 2 medium courses, each course contains 3 small weekly training courses, the researchers reached to these conclusions exercises in S.A.Q. way by using weights makes clear progress in biomotor abilities, functional and shooting level by experimental group no significant progression was shown for some of the variables studied ( sprint 30 m, Sargent jump) in posttests between controlled and experimental group.*

### **1- المقدمة**

يعد التدريب الرياضي من العلوم الرياضية الاكاديمية المهمة في رفع مستوى الفرد الرياضي والوصول به الى المستويات العليا وله دور فعال في التقدم العلمي الحاصل في الساحة الرياضية وتحقيق افضل الانجازات الرياضية في مختلف المستويات، وذلك من خلال التخطيط العلمي الصحيح وتحديث معلومات علمية دقيقة عن كيفية تطور مستوى القابليات البايوحركية باتباع بعض الوسائل والاساليب التدريبية المتنوعة والحديثة، فضلاً عن تداخل العلوم الرياضية المختلفة سواء كانت تدريبية أم فسلجية أم حركية وغيرها من العلوم الرياضية، ويهتم علم التدريب الرياضي "بدراسة كيفية التأثير على أجهزة الجسم الداخلية مما يؤثر ايجابياً في تطوير الصفات البدنية (القوة ، السرعة ، المرونة ، ... الخ)" (حكمت عادل: 2007: 2)، وتعد دراسة المتغيرات

الوظيفية من الخطوات المهمة في البحوث الاكاديمية وذلك من اجل الوقوف على التحسن الفعلي في المستوى البدني للفرد الرياضي والتعرف على التكييفات التي تطرأ على أجهزة الجسم الداخلية نتيجة أداء التدريبات اللاهوائية والهوائية، وتعد اسلوب تدريب ساكيو (S. A. Q) من الاساليب التدريبية الحديثة والفعالة في تحسن مستوى الاداء الحركي والقدرات البدنية حيث يدمج بين الرشاقة والسرعة الحركية وسرعة الانطلاق وهي من الصفات الاساسية التي تساهم كثيرا في رفع المستوى البدني والمهاري لدى لاعبي كرة اليد في اثناء المنافسات الرياضية، ولاقت اهتماما كبيرا في الاونة الاخيرة، وهي تدريبات تخصصية ذات شدة عالية ويعرف بانه " احد اساليب التدريب المركبة يهدف الى تحسين عدة صفات دفعة واحدة وتتمثل هذه الصفات في صفة السرعة والرشاقة وسرعة الانطلاق" (ناصر صلاحي الدين وآخرون: 2021: 7)، ولعبة كرة اليد من الالعاب الرياضية الجماعية التي تتطلب مستوى عالي من القدرات البدنية الخاصة لكي تمكن اللاعب من أداء جميع الواجبات الحركية الخاصة بهذه اللعبة على اكمل وجه، وتتميز بالاداء السريع وذلك من خلال الانتقال السريع بين الهجوم والدفاع وبصورة متتالية في اثناء المنافسات، وبعد التصويب من القفز عالياً أحد أهم المهارات الهجومية التي تعمل على تحقيق الفوز في اثناء المنافسات ويذكر (اسماعيل عبد الجبار، 2004) بان "الأداء الحركي لهذا النوع من التصويب يتلخص بأن يقوم اللاعب المهاجم بعد استلام الكرة بأخذ الخطوات التقريبية التي تساعده على قوة النهوض والارتقاء إلى الأعلى بالساق المعاكسة للذراع مع سحب الكرة بالذراع الرامية إلى الخلف ثم إلى الأعلى ويصوب اللاعب عند وصوله إلى أعلى نقطة مستغلاً محصلة القوة الناتجة عن دفع الأرض ولف الجذع في الهواء فضلاً عن مرجحة الذراع الرامية مما يساعد على قوة وسرعة التصويب" (إسماعيل عبد الجبار صالح: 2004: 26)، ومن هنا تكمن أهمية البحث في اعداد تدريبات (S. A. Q) باستخدام المثقلات ومعرفة تأثيرها في تطوير بعض القابليات البايوحركية والوظيفية والتصويب من القفز لدى لاعبي كرة اليد، من اجل النهوض بهذه اللعبة نحو مستويات متقدمة والوصول بها إلى تحقيق أفضل الانجازات الرياضية.

ومن خلال الخبرة المتواضعة للباحثين في مجال التدريب الرياضي ومتابعتهم الميدانية للعديد من المباريات في اثناء البطولات على مستوى المعاهد والتريبات لاقليم كوردستان العراق لاحظوا وجود ضعف واضح في مستوى أداء بعض المهارات الهجومية لدى اللاعبين من خلال كثرة المحاولات الهجومية الفاشلة وبطء حركات اللاعبين الدفاعية والهجومية في اخذ المكان المناسب في اثناء اللعب والانتقال السريع من الدفاع إلى الهجوم خاصة إن لعبة كرة اليد يغلب عليها صفة السرعة والتي اثرت سلبا على نتيجة المباراة، وايضا وجد قلة تركيز المدربين على التدريبات المستخدمة التي تحتاج الى مستوى عالي من السرعة الانتقالية والسرعة الحركية والرشاقة بصورة مركبة وخلال التمرين الواحد وصعوبة ربطه بالاداء الحركي المهاري، مما دفع الباحثين الى

دراسة هذه المشكلة لاجل رفع القابليات البدنية والمهارية لدى اللاعبين وصولاً للاداء الامثل في اثناء المنافسات وتحقيق الانجازات الرياضية العالية وتعزيز اهمية اسلوب (S. A. Q) في الجانب التطبيقي.

وتهدف البحث الى: إعداد تدريبات ساكيو (S. A. Q) باستخدام المثقلات لدى لاعبي كرة اليد، التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة في المتغيرات المبحوثة لدى المجموعة الضابطة، التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة في المتغيرات المبحوثة لدى المجموعة التجريبية، التعرف على الفروق بين الاختبارات البعديّة في المتغيرات المبحوثة لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة، وافترض الباحثون: وجود فروق ذات دلالة احصائية في المتغيرات المبحوثة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة، وجود فروق ذات دلالة معنوية في المتغيرات المبحوثة بين الاختبارات القبلية و البعديّة للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعديّة، وجود فروق ذات دلالة احصائية في المتغيرات المبحوثة بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين (التجريبية والضابطة)، اما مجالات البحث المجال البشري : عينة من لاعبي منتخب المعهد الرياضي- جمجمال (2022- 2023) بكرة اليد، والمجال الزماني : للمدة من (2022/4/15) ولغاية (2023/3/15)، المجال المكاني : ساحات وقاعات المعهد الرياضي- جمجمال.

## 2- منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

### 2- 1 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث ومشكلته.

### 2- 2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بصورة عمدية من لاعبي منتخب المعهد الرياضي- جمجمال للعام الدراسي (2022- 2023) بكرة اليد، البالغ عددهم 14 لاعبا، وتم اختيار (12) لاعبا كعينة للبحث، وبذلك بلغت نسبة العينة (85.71 %) من المجتمع الكلي، وتم تقسيم العينة بصورة عشوائية بطريق القرعة الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالتساوي كل مجموعة (6) لاعبين، تم اعطاء تدريبات (S. A. Q) الى افراد المجموعة التجريبية، أما المجموعة الضابطة تتدرب على المنهج المعد من قبل المدرب

### 2- 3 التجانس والتكافؤ

تم اجراء عمليتي التجانس و التكافؤ لعينة البحث على وفق المتغيرات التي تم اعتمادها في البحث، والتي شملت مواصفات العينة في ( الكتلة ، الطول ، العمر الزمني) فضلا عن المتغيرات التابعة كما مبين في الجدولين (1) و (2).

### جدول (1) يبين تجانس عينة البحث

معامل	الانحراف	الوسط	وحدة	أنماط الإحصائية	ت
الألتواء	المعياري	الحسابي	القياس	المتغيرات	
0.41	0.07	1.79	متر	الطول	1
0.89	4.08	75.00	كغم	الكتلة	2
0.58	1.13	20.25	سنة	العمر الزمني	3

وقد دلت النتائج من الجدول (1) قيم الألتواء اقل من  $1 \pm$  لجميع المتغيرات، مما دل ذلك على تجانس افراد عينة البحث في متغيرات الطول و الكتلة و العمر الزمني

### جدول (2) يبين المعامل الاحصائية للتكافؤ للمتغيرات المبحوثة لمجموعتي البحث

الفروق	مستوى الدلالة	ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات والقياسات	ت
			±ع	±س	±ع	±س			
غير معنوي	0.59	0.54	0.54	6.50	0.51	6.33	عدد	اختبار السرعة الحركية	1
غير معنوي	0.23	1.27	0.53	10.30	0.45	10.67	ثانية	اختبار T للرشاقة	2
غير معنوي	0.29	1.10	0.22	4.51	0.18	4.64	ثانية	اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي	3
غير معنوي	0.36	0.94	35.42	654.83	51.41	678.83	واط	سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة (الفوسفاجيني)	4
غير معنوي	0.36	0.95	4.22	173.16	4.21	170.83	ضربة/ دقيقة	قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد	5
غير معنوي	0.84	0.20	1.47	3.16	1.36	3.33	درجة	دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد	6

وقد اظهر الجدول (2) ان الفرق كان غير معنويا بين افراد مجموعتي البحث في المتغيرات المبحوثة وهذا يدل على تكافؤ مجموعتي البحث عند مستوى دلالة (0.05)

### 2 - 4 الوسائل والأجهزة و الأدوات المستخدمة في البحث

المقابلات الشخصية، الاختبارات و المقاييس، الاستبانة، جهاز الكتروني لقياس وزن الجسم صيني صنع العدد (1)، ساعة التوقيت صيني الصنع نوع (Xj) عدد (3)، جهاز حاسوب نوع



(dell) ماليزي الصنع العدد (1)، كرة اليد عدد (10)، شواخص بارتفاعات مختلفة عدد (25) ،  
مقلات العدد (26)، شريط قياس بطول (50) متر العدد (1).

### 3- 5 تحديد المتغيرات المبحوثة

تعد من الخطوات العلمية المهمة في البحوث الاكاديمية، اذ قام الباحثون بالاعتماد على  
اسلوب تحليل محتوى المصادر والمراجع والبحوث العلمية المختلفة ذات العلاقة بالبحث في تحديد  
المتغيرات المبحوثة وهي كالآتي: (السرعة الحركية، الرشاقة، السرعة الانتقالية، القدرة اللاهوائية  
القصيرة، معدل ضربات القلب بعد الجهد، دقة التصويب على المرمى).

### 2- 6 الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث

#### 1- اختبار السرعة الحركية (احمد شهاب: 2021: 70)

هدف الاختبار : قياس سرعة اللاعب في حركة الرجلين الجانبية

الادوات المستعملة في الاختبار: شريط قياس وساعة توقيت.

الاجراءات: منطقة فضاء مناسبة وتخطيط فيها خمسة خطوط متوازية المسافة بينهما 90 سم.

مواصفات الاداء : يقف المختبر فتحا على خط المنتصف بحيث يكون الخط بين القدمين، وعند  
سماع الصافرة يقوم باخذ خطوات جانبية ناحية اليمين حتى يلمس باليد اليمنى الشاخص اليمين،  
ثم يعود باخذ خطوات جانبية ناحية اليسار حتى يلمس بيده اليسرى خط الجانب الاخر بشرط عدم  
تقاطع القدمين في في اثناء التحرك.

التسجيل: - تتوزع درجات الاختبار بين خط المنتصف والشواخص الاثنتين الجانبية التي تقع على  
بعد مسافة متساوية من هذا الخط وهي 90 سم.

- تحتسب درجة واحدة للمختبر في كل مرة يقطع او يلمس احد الشواخص عند حركة لجهة اليمين  
وعودة لجهة اليسار لمدة 10 ثانية.

#### 2- اختبار T للرشاقة (احمد شهاب: 2021: 71)

الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة

الادوات المطلوبة: شريط قياس، اقماص عدد 4، ساعة توقيت

مواصفات الاختبار: تعين اربعة من الاقماص، يقف المختبر عند القمع A وعند سماع الصافرة  
يركض بسرعة الى القمع B ويمسه بيده اليمنى ثم يركض بشكل جانبي يتجه الى القمع C ويمسه  
بيده اليسرى ثم يعود بالركض الجانبي الى القمع B ويمسه بيده اليمنى ثم يركض بشكل جانبي  
يتجه الى القمع D ويمسه بيده اليمنى ثم يعود بالركض الجانبي الى القمع B ويمسه باليد اليسرى  
ثم يعود الى القمع A ، ملاحظة تكون المسافة بين القمع A و B هي (9.14)م و C و B هي  
(4.57)م ، و D و B هي (4.57)م.

**التسجيل:** - لن تحتسب المحاولة اذا الركض غير صحيح او يعبر قدم واحد امام الاخرى او في حالة فشل لمس الاقدام، - يحتسب افضل وقت في ثلاث محاولات ناجحة لا قرب (0.1) ثواني.  
3- اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي (لؤي غانم الصميدي وآخرون: 2010: 432).

**الغرض من الاختبار:** قياس السرعة الانتقالية.

**الادوات المستخدمة:** ملعب، ساعة توقيت، يحدد خط للبداية و اخر للنهاية.

**طريقة الاداء:** يجري اللاعب باقصى سرعة من البدء العالي ويحسب الزمن.

4- اختبار سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة (الفوسفاجينية) (سهاد ابراهيم: 2008: 57)

قامت الباحثون باجراء هذا الاختبار على عينة البحث لتحديد القابلية اللاوكسجينية الفوسفاجينية وهو اختبار سارجنت (**Sargent Test**) ويتم الاختبار بوقوف العينة قرب الحائط ويؤشر اعلى ارتفاع يصله يد المختبر على الحائط، ثم تتاهب المختبر للوثب باقصى قوة ممكنة وتؤشر باطراف الاصابع على الحائط لتسجيل اعلى ارتفاع يصله يده بعد الوثب ومن ثم قامت الباحثة بتسجيل الفرق بين الارتفاعين وتم استخراج القابلية اللاوكسجينية الفوسفاجينية باستخدام المعادلة:

$$\text{Power (W)} = 21.67 \times \text{Mass (Kg)} \times \text{Vertical displacement (m)}$$

إذ ان: **Power (w)** = القابلية الفوسفاجينية، **21.67** = رقم ثابت، **Mass** = وزن الجسم بالكغم، **Vertical displaument** = الفرق بين الارتفاعين بالمتر.

5- قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد:

تم قياس نبض القلب بعد جهد قصوي بالطريقة غير المباشرة من الشريان السباتي بالعنق، الضغط برفق على المنطقة ما بين الجانب الأيسر للقصبة الهوائية (موازيًا الحنجرة)، و ما بين أمام عضلة القصية الترقوية الحلمية، وذلك بالأصابع الثلاث - البنصر، والوسطى، والسبابة - ثم تحريك الأصابع حتى يتم الإحساس بنبض الشريان السباتي العنقي (محمد مرعي: 2004، 37)، وتم "حساب عدد نبضات القلب خلال (10 ثوان) ثم ضرب الناتج × 6" (كسرى احمد: 2003: 52).

6- اختبار دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد (لؤي غانم الصميدي وآخرون: 2010: 425)

**الهدف من الاختبار:** قياس دقة التصويب على المرمى

**الادوات المستخدمة:** نصف ملعب كرة يد قانوني، اربعة مربعات حديدية مقاسة (60×60) سم تثبت في الزوايا الاربع للمرمى (مربعان في الزاويتين العلويتين ومربعين في الزاويتين السفليتين)، (8) كرات يد قانونية.

**وصف الاداء:** يقف اللاعب مواجهها للمرمى على حدود خط منطقة الرمية الحرة (9)م وبجانبه (8) كرات قانونية، يقوم اللاعب بالتقاط الكرات واحدة تلو الاخرى والتحرك بالكرة ثلاث خطوات ليقوم بالتصويب من خارج الستة امتار بالوثب محاولا التصويب داخل احد المربعات الحديدية .  
**التوجيه:** ان يراعي التصويب بالوثب، ان يراعي ان يكون تصويب الكرات الثمانية بحيث كل تصويبة في احد المربعات، ويتم التصويب عكس عقارب الساعة، اذا لمست الكرة القائم او المربعات الحديدية لاتعتبر محاولة صحيحة.

## 7-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثون بمساعدة فريق العمل المساعد باجراء التجربة الاستطلاعية الاولى للاختبارات البدنية على عينة البحث والمؤلفة من (4) افراد، والتجربة الاستطلاعية الثانية للمنهاج التدريبي لنموذج من الوحدة التدريبية على (4) افراد اخرى من عينة البحث بتاريخ (4 - 5 / 1 / 2023) والغرض من التجارب الاستطلاعية ما يلي :

1. تعرف الوقت المستغرق لكل اختبار .
2. التأكد من تحديد الشدد التدريبية وزمن التمرينات المستخدمة.
3. مدى تجاوب المختبرين وتفهمهم للاختبارات.
4. التأكد من صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة في تطبيق التدريبات.
5. تعرف المعوقات والسلبيات التي تظهر في اثناء تنفيذ التجربة .
6. مدى مناسبة تطبيق تدريبات (S. A. Q) لقدرة اللاعبين.

## 8-2 اجراءات البحث الميدانية

### 1-8-2 الاختبارات القبليّة :

اجرى الباحثون مع فريق العمل المساعد الإختبارات القبليّة للاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث في يوم (الخميس) بتاريخ ( 12 / 1 / 2023) وقد راعى الباحثون الظروف المتعلقة بالاختبارات من اجل العمل على توفيرها في الاختبارات البعدية.

### 2-8-2 تطبيق التدريبات

بتأريخ (2023/1/14) ولغاية (2023/2/22) تم تنفيذ تدريبات (S. A. Q) على عينة البحث التجريبية من خلال اطلاع الباحثون على مبادئ علم التدريب الرياضي ونظريات فلسفة التدريب الرياضي وما توفر من بحوث أكاديمية ذات العلاقة بالبحث لغرض التأكد من

- صلاحية التدريبات (الملحق 1) ، والاستفادة من ملاحظات السادة (الخبراء والمختصين في مجال علم التدريب الرياضي وفلسجة التدريب الرياضي) (الملحق 2).
- وفيما يأتي بعض الايضاحات عن تدريبات (S. A. Q) المستخدمة.
- أتبع الباحثون اسلوب (S. A. Q) بطريقة التدريب التكراري في تطوير المتغيرات المبحوثة.
  - طبقت التدريبات في فترة الاعداد الخاص.
  - يتضمن جميع تدريبات ساكيو (S . A . Q) على تمرينات (السرعة الانتقالية، الرشاقة، السرعة الحركية) داخل التمرين الواحد.
  - تراوحت مستويات الشدة في تدريبات (S. A. Q) ما بين (90% - 100%) لتطوير المتغيرات المبحوثة.
  - تم الاعتماد على اخذ القيم القصوى للتمرين المستخدمة باستخدام المتقلات والتي يتم على اساسها العمل بالشدد المستخدمة.
  - عدد الوحدات التدريبية الاسبوعية (3) وحدات(السبت، الاثنين، الاربعاء) ولمدة (6) اسابيع بواقع ( 18 ) وحدة تدريبية.
  - تكون المنهاج التدريبي من دورتين متوسطتين، كل دورة متوسطة تحتوي على(3) دورات صغرى (اسبوعية).
  - تموج الحمل التدريبي كانت (2-1) بالنسبة للاسبوع اي ان التغير كانت بالشدة مع ثبات الحجم والراحة.
  - عدد التمرينات في البرنامج التدريبي تكونت من (25) تمرين، وكل وحدة تدريبية تضمنت (5) تمارين.
  - والراحة بين التمرينات (60) ثانية وبين التمرينات (2 - 2.5) دقيقة.
  - تم استخدام تمرينات جديدة في كل اسبوع مع الحفاظ على هدف التمرين والمجموعة العضلية المشاركة.
  - تم استخدام وسيلة تثقل بحسب نظام فيشر حيث توصل الباحثون الى مناسبة (5%) من متوسط وزن الطرف لعينة المجموعة التجريبية.

## 2-8-3 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق التدريبات تم اجراء الاختبارات البعدية بتاريخ (24 /2/ 2023) ، حيث قام الباحثون جهد الامكان بالالتزام بتوفير الظروف نفسها، والتي اجري فيها الاختبارات القبلية.

## 2-9 الوسائل الإحصائية:

للولصول الى نتائج البحث استخدم الباحثون برنامج الحقيبة الإحصائية (Spss) في

ايجاد الوسائل الاحصائية الآتية: معامل الالتواء، الوسيط، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت) للعينات المرتبطة، اختبار (ت) للعينات غير المرتبطة.

3- عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها

3-1 عرض نتائج المتغيرات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها .

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة و البعديّة للمجموعة الضابطة

الجدول (3) المعالم الإحصائية الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمتغيرات المبحوثة لدى المجموعة الضابطة

ت	القياسات والاختبارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	مستوى الدلالة	الفروق
			±ع	±س	±ع	±س			
1	اختبار السرعة الحركية	عدد	0.51	6.33	0.40	6.83	2.23	0.07	غير معنوي
2	اختبار T للرشاقة	ثانية	0.45	10.67	0.39	10.26	2.63	0.04	معنوي
3	اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي	ثانية	0.18	4.64	0.26	4.29	4.70	0.00	معنوي
4	سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة (الفوسفاجيني)	واط	51.4	678.83	43.8	695.16	2.70	0.04	معنوي
5	قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد	ضربة/ دقيقة	4.21	170.83	3.25	173.83	2.23	0.07	غير معنوي
6	دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد	درجة	1.36	3.33	1.37	4.33	2.23	0.07	غير معنوي

معنوية عند مستوى دلالة اقل من (0.05)

3-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة و البعديّة للمجموعة التجريبية

الجدول (4) المعالم الإحصائية الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمتغيرات المبحوثة لدى المجموعة التجريبية

ت	القياسات والاختبارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	مستوى الدلالة	الفروق
			±ع	±س	±ع	±س			
1	اختبار السرعة الحركية	عدد	0.54	6.50	0.75	7.83	6.32	0.00	معنوي
2	اختبار T للرشاقة	ثانية	0.53	10.30	0.34	9.62	4.19	0.00	معنوي

3	اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي	ثانية	4.51	0.22	4.05	0.12	8.07	0.00	معنوي
4	سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة (الفوسفاجيني)	واط	654.83	35.4	684.33	37.4	6.15	0.00	معنوي
5	قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد	ضربة/دقيقة	173.16	4.22	179.66	4.63	10.49	0.00	معنوي
6	دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد	درجة	3.16	1.47	6.16	0.40	4.74	0.00	معنوي

معنوية عند مستوى دلالة اقل من (0.05)

3-1-3 عرض النتائج الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة و التجريبية  
الجدول (5) المعالم الإحصائية الخاصة بالاختبار البعدي للمتغيرات المبحوثة لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	القياسات والاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		ت المحسوبة	مستوى الدلالة	الفروق
			±ع	±س	±ع	±س			
1	اختبار السرعة الحركية	عدد	0.40	6.83	0.75	7.83	2.86	0.01	معنوي
2	اختبار T للرشاقة	ثانية	0.39	10.26	0.34	9.62	3.00	0.01	معنوي
3	اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي	ثانية	4.29	4.29	0.12	4.05	1.93	0.08	غير معنوي
4	سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة (الفوسفاجيني)	واط	695.16	43.8	684.33	37.4	0.46	0.65	غير معنوي
5	قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد	ضربة/دقيقة	173.83	3.25	179.66	4.63	2.52	0.03	معنوي
6	دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد	درجة	4.33	1.37	6.16	0.40	3.14	0.01	معنوي

معنوية عند مستوى دلالة اقل من (0.05)

### 3-1-4 مناقشة نتائج المتغيرات المبحوثة

يتضح من الجدول (3) بان هناك فروقاً معنوية بين الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبارات البعدية في بعض المتغيرات المبحوثة (اختبار T للرشاقة، اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي، سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة). ومن الجدول (4) يتضح ان هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في المتغيرات المبحوثة، ويعزو الباحثون معنوية الفروق الى تأثير تدريبات (S. A. Q) باستخدام المثقلات حيث كانت لها تأثير فعال في تحسن نتائج الاختبارات البعدية، وبخصوص المتغيرات البدنية المبحوثة (اختبار السرعة الحركية، اختبار T للرشاقة، اختبار عدو سريع لمسافة (30) م من البدء العالي) والتي تقيس القابليات البايوحركية يعزو الباحثون سبب معنوية الفروق الى ان التمرينات المستخدمة كانت ذات صلة مباشرة مع المجاميع العضلية العاملة او المشاركة في الاداء الرياضي ومناسبة للخصائص التدريبية لهذه الصفات من حيث الشدد التدريبية العالية وسرعة الانقباضات العضلية والتكرارات وفترة استعادة الشفاء، مما ادى الى زيادة سرعة الاداء وسرعة الانقباضات العضلية، وان عمل العضلات المشاركة في الاداء الحركي كانت بأقصى سرعة وبالقوة المناسبة وبزمن أداء قصير من خلال استثارة اكبر عدد ممكن من الالياف العضلية المشاركة، اذ يؤكد (ناصر صلاحي الدين واخرون، 2021) عن (عماد الدين) انه "يجب عند تصميم برامج التدريب أن تحتوي على التدريبات التخصصية التي تشابه متطلبات الاداء الحركي و الخاصة باللعبة، وباستخدام نفس المجموعات العضلية و في الاتجاه العام لاداء اللعبة ذاتها سواء البدني أو المهاري أو الخططي، كذلك فانه يجب أن توجه عملية التدريب و ترتكز على متطلبات الاداء لنوع النشاط الرياضي" (ناصر صلاحي الدين واخرون: 2021: 13)، وايضا ان الاستمرار والانتظام على هذا النوع من التدريبات ذات الشدة العالية والسريعة زاد من تكيف وسرعة وقوة العضلات، اذ يذكر (امراة و احمد عبدالمولى، 2019) الى "ان عملية التكيف في التدريب والارتقاء بالمستوى لا يمكن ان تتم او تتطور الا عن طريق التدريب المستمر والمتواصل" (امراة و احمد عبدالمولى: 2018: 15) ويؤكد (محمد، 2008) ان تكيف التدريب هو مجموع التغيرات الحاصلة عن طريق اعادة تكرار التمرين بصورة منظمة فالتغيرات الحاصلة في اعضاء واجهزة جسم الرياضيين تكون ناتجة من المتطلبات الخاصة التي تضعها الجهود البدنية على اجسامهم عن طريق التمارين التي يؤدونها استنادا لحجم التدريب وشدة التدريب وتوالي التدريب" (محمد رضا: 2008: 28).

وفيما يخص (قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد) ظهرت فروق معنوية يعزو الباحثون هذا التحسن الى فاعلية تدريبات (S. A. Q) الذي نفذته المجموعة التجريبية، لان التدريبات بهذا الاسلوب ادى الى استجابة عمل القلب وتسبب في تحسن الكفاءة الوظيفية للقلب والشعيرات الدموية

وبالتالي ارتفاع معدل النبض بعد الجهد البدني مباشرة بسبب مقدار الدم المدفوعة من القلب الى اعضاء الجسم لتغذية خلايا الجسم بالاكسجين المطلوب وسد حاجة العضلات من الطاقة اللازمة، وهذا يتفق مع ما اشارت اليها (دشنى طالب، 2021) عن (محمد مرعي) بان " التدريب يعمل على تكيف القلب والدورة الدموية ويصبح اللاعب ذا مقدرة على ارتفاع معدل ضربات القلب كلما تحسن مستواه الرياضي" (دشنى طالب حامد: 2021: 103)، ويذكر (هة ظال خورشيد، 2004 ) بان "الالتزام بالتدريب والانتظام عليه سوف يؤدي إلى حدوث تغيرات فسيولوجية في جميع وظائف أجهزة الجسم وخاصة القلب والدورة الدموية، فالرياضيون يمكنهم التكيف على تغيرات فسيولوجية التي تحدث في أجهزة الجسم من خلال الجهد العضلي والاستمرار في أداء هذا الجهد ومن هذه التغيرات عدد ضربات القلب" (هة ظال خورشيد: 2004: 71).

وفي ضوء النتائج التي حصل عليها الباحثون ظهرت فروق معنوية في اختبار (دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد) والتي تقيس مهارة التصويب من القفز ويعزو الباحثون هذه النتيجة الى التدريبات المستخدمة بأسلوب (S. A. Q) والتي ادت الى تطور المستوى المهاري لدى عينة البحث التجريبية، لان التطبيق الجيد للمهارة المطلوبة من حيث الاداء والتكرارات والشدة المطلوبة عمل على اتقان اللاعبين لمهارة التصويب من القفز بصورة افضل، وساهم كثيرا في زيادة قدرة اللاعب على الدقة والانسيابية وسرعة الاداء الحركي مع تحقيق الاقتصاد في الجهد في اثناء أداء هذه المهارة، اذ تعد التصويب على " انها قابلية اللاعب على اصابة الهدف عن طريق توجيه الحركات الارادية للعضلات العاملة والعضلات المقابلة (محمد ابراهيم: 2009: 85)، وفي هذا الخصوص يشير(نعمان كريم، 2009) عن (كمال عارف وسعد محسن) بان" كرة اليد الحديثة تتميز بالسرعة والحركة وتغير المراكز المستمر بين اللاعبين، يجب على اللاعبين جميعا التدريب على أداء التصويب القوي بتكرار كبير مع التركيز على النقاط الأساسية لكل نوع(نعمان كريم: 2009: 62)، وايضا يعزو الباحثون سبب معنوية الفروق في مستوى مهارة التصويب من القفز لدى العينة الى فاعلية تدريبات (S. A. Q) المستخدمة من خلال الجمع بين القدرات (البدنية والحركية والمهارية) وبالتالي زيادة قدرتهم على أداء مهاري حركي افضل، لان القدرات البدنية الخاصة تعد من المتطلبات الأساسية التي يجب أن يمتلكها لاعب كرة اليد لتنفيذ كل ما مطلوب منهم من أداء المهارات الحركية بكفاءة عالية في اثناء المنافسات، وفي هذا الصدد يشير (شريف قادر، 2010) عن (عبد الخالق) بان " الاداء المهاري يرتبط بالقدرات البدنية الحركية الخاصة ارتباطا وثيقا اذ يعتمد اتقان الاداء المهاري على مدى تطوير متطلبات هذا الاداء من قدرات البدنية وحركية خاصة(شريف قادر: 2010: 107)، ويتفق الباحثون مع ما أشار إليه (احمد خميس، 2009) عن(علاوي) " أن الأداء الجيد للمهارة الحركية فضلا عن أن



حسن التفكير الخططي لا يكتب له النجاح في التنفيذ مالم يعتمد بدرجة كبيرة على القدرات البدنية المطلوبة (احمد خميس: 2009: 104).

وبالنسبة (لاختبار سارجنت) التي يقيس القدرة اللاهوائية القصيرة (الفوسفاجينية) لاحظ الباحثون وجود فروق معنوية، ويعد هذا مؤشراً جيداً لتحسن المستوى التدريبي للعينة التجريبية من خلال الانطلاق والركض والانتقال السريع باتجاهات مختلفة فضلاً عن الحركات الانفجارية التي تتطلب مستوى عالٍ من السرعة والرشاقة والسرعة الحركية، ويعزو الباحثون التطور الحاصل في مستوى القدرة اللاهوائية الفوسفاجينية الى تدريبات (S. A. Q) التي استهدفت النظام الفوسفاجيني بما تتضمنه من تدريبات سريعة وذات شدة عالية لفترات زمنية (10-12) ثانية والتي ساهم بشكل فعال في تطور مستوى القابليات البايوحركية والقدرة اللاهوائية الفوسفاجينية ولهذه المتغيرات اهمية واضحة في الارتقاء بمستوى لعبة كرة اليد بدنيا ومهاريا، وكلما زادت قدرات اللاعب اللاهوائية القصيرة زادت امكانية اللاعب في تطبيق الواجبات الحركية والمهارية على اكمل وجه، ويرى (رائد مهوس، 2002) عن (هزاع) بان "القدرة الفوسفاجينية تعبر عن قابلية العضلات أو قدرتها على تصنيع وتخليق (ATP-CP) خلال (10-15 ثانية) عند العمل بالجهد القصوي لذا فإن هذه القدرة تعرف بأنها قدرة الفرد على إنجاز جهد بدني يتميز بالقوة القصوية وبأقل زمن ممكن بحيث يكون ناتج هذا الجهد يمثل كفاءة العضلات في توفير الطاقة اللاهوائية اللازمة لهذا العمل" (رائد مهوس: 2002: 24).

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من الجدول (5) نرى أن هناك فروقا معنوية بين الاختبارات البعدية ولمصلحة المجموعة التجريبية في المتغيرات كافة التي تناولها البحث فيما عدا (اختبار عدو سريع لمسافة 30) م من البدء العالي، سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة) ظهرت فروق غير معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وذلك لحدوث تطور في هذه المتغيرات لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات القبلية والبعدية.

وبالنسبة للمتغيرات المبحوثة (اختبار السرعة الحركية، اختبار T للرشاقة، قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد، دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد) ظهرت فروق معنوية ولمصلحة المجموعة التجريبية ويعزو الباحثون هذا التطور الى التأثير الايجابي لتدريبات (S. A. Q)، والتي استغرقت (6) أسابيع وضمن نظام الطاقة الفوسفاجيني (ATP-PC) العالية الشدة، حيث يتم التركيز في هذا الاسلوب على دمج كل من الصفات (السرعة الانتقالية والحركية والرشاقة) في تمرين واحد وأداء هذا التمرين باسرع مايمكن ولجميع اجزاء الجسم ويذكر (احمد شهاب، 2021) بان "تدريبات (S. A. Q) تعد احد الاشكال التدريبية التي تسهم في تحسين

بعض القدرات البدنية الخاصة والتي من اهمها السرعة بانواعها، وتوجد متطلبات سرعة خاصة بكل مهارة او نشاط و تدريبات (S. A. Q) تركز على السرعة الانتقالية ومع السرعة الانتقالية توجد سرعة الاستجابة ورشاقة وجميعها تخدم السرعة الحركية(احمد شهاب: 2021: 89)، وتتفق نتائج هذا البحث مع دراسة (محمود السيد، 2019) بان تدريبات الساكيو (S. A. Q) لها مردود كبير للقدرات البدنية كسرعة الاستجابة والسرعة الخطية والرشاقة مقارنة بالتدريبات التقليدية الاخرى(محمود السيد ابراهيم: 2019 : 35)، ويعزو الباحثون نسبة التحسن لدى عينة المجموعة التجريبية في مستوي المتغيرات المبحوثة عن المجموعة الضابطة إلى استخدام تدريبات ( S. A. Q) في وجود المتقلات وبالاتماد على الأسس العلمية الصحيحة وينسب مدروسة لما لها من تأثير ايجابي في تطور القابليات البايوحركية وتأثيرها على اتجاه العمل العضلي لمهارة التصويب من القفز، ويذكر (احمد ولهان، 2018) بان "من الأساليب التدريبية المهمة والفاعلة في التدريب الرياضي أسلوب التدريب باستخدام المقاومات المتنوعة، إذ إن هذا الأسلوب التدريبي بني على استخدام مقاومات خارجية تستهدف عضلات اللاعبين لزيادة القدرة العضلية لها بوجود مقاومات تعمل على تحقيق هذه الزيادة، مع وجوب اعتماد الأسس العلمية للتدريب كأن تتدرج المقاومات وتختلف في أنواعها فمرة تكون أوزان خارجية (الصدرية المثقلة، ثقالات يدين، ثقالات رجلين، حبال مطاطية و كرات طيبة ذات أوزان مختلفة ) ومرة تكون مقاومة الجسم نفسه للجاذبية إضافة إلى استخدام الحديد والموانع كلها تعد من المقاومات التي تؤثر في عمل العضلات إذ أن القوة وسرعة الانقباض ودرجته"(احمد ولهان: 2018: 24).

#### 4- الخاتمة:

في ضوء النتائج تم استنتاج ما يأتي ان التدريبات باسلوب (S. A. Q) باستخدام المتقلات احدث تقدماً واضحاً في مستوى القابليات البايوحركية والوظيفية والتصويب من القفز لدى المجموعة التجريبية. ان تدريبات المجموعة الضابطة احدث تقدماً معنوياً لصالح الاختبار البعدي في بعض المتغيرات المبحوثة (اختبار T للرشاقة، اختبار عدو سريع لمسافة(30) م من البدء العالي، سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة). لم تظهر تقدم معنوي لبعض المتغيرات المبحوثة (اختبار عدو سريع لمسافة(30) م من البدء العالي، سارجنت لقياس القدرة اللاهوائية القصيرة) في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية. حققت المجموعة التجريبية تفوقاً على المجموعة الضابطة في مستوى نتائج الاوساط الحسابية للاختبارات البعدية في المتغيرات المبحوثة(اختبار السرعة الحركية، اختبار T للرشاقة، قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد، دقة التصويب بالوثب اماما على المرمى بكرة اليد) وفقاً لاستنتاجات هذه البحث يوصي الباحثون إعطاء اهمية خاصة لتدريبات (S. A. Q) كونها اسلوب تدريبي ذات تأثير فعال في جميع حالات اللعب في لعبة كرة اليد. ضرورة اقامة دورات تدريبية علمية عالية المستوى ومشاركة الطاقم

التدريبي في هذه الدورات ويشكل دوري من اجل الحصول على احدث المعلومات التدريبية حول الاساليب التدريبية المختلفة والحديثة. ضرورة الاهتمام بتطوير القدرات البدنية الخاصة بالفرد الرياضي على اكمل وجه عند تنفيذ مفردات البرامج التدريبية من اجل تحقيق افضل الانجازات الرياضية. إجراء دراسات وبحوث مشابهة اخرى لفئات عمرية مختلفة تأخذ جانباً تدريبياً آخر بما يتلاءم مع مستوى لاعبي كرة اليد وارتباطه مع المؤشرات الوظيفية.

#### المصادر

- احمد خميس راضي: تأثير تمرينات خاصة في تطوير بعض القدرات البدنية وأداء التحركات الفردية والجماعية ضمن حدود التشكيلات الدفاعية المفتوحة لدى اللاعبين بأعمار (17-19) سنة بكرة اليد، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2009.
- احمد شهاب عبد الحسين صغير: اثر تدريبات (SAQ و MetCon) في تطوير بعض القابليات البايوحركية واداء المهارات الدفاعية المرتبطة بحركات القدمين للاعبين كرة السلة دون (18) سنة، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2021.
- إسماعيل عبد الجبار صالح داؤد حسن الزبيدي: أثر استخدام ارتفاعات مختلفة للقفز العميق في بعض أوجه القوة العضلية ومهارة التهديد بالقفز عالياً بكرة اليد، رسالة ماجستير، جامعة موصل، كلية التربية الرياضية، 2004.
- امر الله احمد البساطي واحمد عبدالمولى السيد ابراهيم: تأثير دمج التدريبات المهارية بالمقاومة على بعض القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري المركب لناشئ كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، جامعة الاسكندرية، المجلد 9، العدد 9، 2018.
- حكمت عادل عزيز: تأثير تدريبات السرعة القصوى وفوسفات الكرياتين في تطوير بعض المتغيرات البايوكيميائية والهجوم السريع الفردي بكرة اليد، رسالة ماجستير، جامعة قادسية، كلية التربية الرياضية، 2007.
- سهاد ابراهيم حمدان: دراسة مقارنة لمركبات التركيب الجسماني وبعض المؤشرات الفسلجية لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات والمختلطة، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية للبنات، 2008.

- دشنى طالب حامد: تأثير التمرينات اللاهوائية وفق اسلوب (crossfit) في بعض اوجه القوة العضلية والمؤشرات الوظيفية والبيوكيميائية وانجاز 100 متر السباحة الحرة للمتقدمين، رسالة ماجستير، جامعة سليمانية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2021.
- رائد مهوس زغير الشمري: بعض مؤشرات القدرة اللاهوائية والهوائية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الأساسية المشتركة في ألعاب المضرب، رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2002.
- شريف قادر حسين: كرة السلة، ط1، دار دجلة، الاردن، 2010،
- كسرى احمد فتحي: أثر برنامجين غذائي وغذائي - رياضي في عدد من المكونات الوظيفية والكيميائية والمكونات الجسمية واللياقة البدنية، اطروحة دكتوراه، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2003.
- لؤي غانم الصميدي وآخرون: الاحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1، اربيل، مطبعة أربيل، 2010.
- ليلي سيد فرحات: القياس و الاختبار في التربية الرياضية، القاهرة، مركز الكتاب للنشر ، 2001.
- محمود السيد ابراهيم: تأثير استخدام تدريبات الساكيو (S. A. Q) على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية الخاصة لدى لاعبي كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بنها، المجلد 24، العدد 9، 2019.
- محمد ابراهيم كنعان: أثر برنامج تدريبي فترتي بالأسلوب الدائري على تطوير التحمل الخاص وبعض المهارات الهجومية بكرة اليد، رسالة ماجستير، جامعة سليمانية، كلية التربية الرياضية، 2009.
- محمد رضا ابراهيم المدامغة: التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي، ط2، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2008.
- محمد مرعي علي: اثر التدريب الفترتي باستخدام ازمنة مختلفة من منطقة الجهد الاولى في بعض المتغيرات البدنية والمهارية ومعدل سرعة النبض لدى لاعبي كرة السلة، رسالة ماجستير، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2004.

- ناصري صلاح الدين وآخرون: أثر تدريبات S. A. Q (سرعة، رشاقة وسرعة الانطلاق) على مستوى انجاز سباق الحواجز، مجلة النشاط البدني الرياضي المجتمع التربوية والصحة، جامعة حسبية بن بو علي الشلف، مجلد 4، عدد1، 2021.
- نعمان كريم عبد الحسين: أثر تمرينات سرعة وتحمل الأداء على تطوير المهارات الدفاعية الفردية لدى لاعبي كرة اليد للشباب، رسالة ماجستير، جامعة قادسية، كلية التربية الرياضية، 2009.
- هة ظال خورشيد رفيق : أثر تمارين بدنية مهارية مبنية على أسس التدريب الفترى على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية للاعبي الشباب بكرة القدم، اطروحة دكتوراه، جامعة موصل، كلية التربية الرياضية، 2004.

### الملحق (1)

#### نموذج لوحدة تدريبية

اجزاء الوحدة	هدف التمرين المستخدم في التدريبات	الشدة	زمن التمرين	تكرار	راحة بين التكرار	راحة بين التمارين
الجزء الرئيسي تدريبات ( S. A. ) (Q)	السرعة الانتقالية - الرشاقة - السرعة الحركية	90%	10 - 12 ثا	4	60 ثا	2 - 2.5 د
	الرشاقة - السرعة الانتقالية - السرعة الحركية	90%	10 - 12 ثا	4	60 ثا	2 - 2.5 د
	السرعة الانتقالية - السرعة الحركية - الرشاقة	90%	10 - 12 ثا	4	60 ثا	2 - 2.5 د
	السرعة الحركية - السرعة الانتقالية - الرشاقة	90%	10 - 12 ثا	4	60 ثا	2 - 2.5 د
	السرعة الانتقالية - السرعة الحركية - الرشاقة	90%	10 - 12 ثا	4	60 ثا	

الملحق (2) أسماء السادة الخبراء الذين تم عرض الاستمارة عليهم حول صلاحية البرنامج التدريبي

ت	الاسم	اللقب	الاختصاص	مكان العمل
1	د امانج علي حسين	استاذ مساعد	فلسجة التدريب الرياضي- الساحة والميدان	جامعة سليمانية-كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية
2	تقنيا حسن حسين	استاذ مساعد	فلسجة التدريب الرياضي- اللياقة البدنية	جامعة سليمانية-كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية
3	رقوقند محمد علي	استاذ مساعد	علم التدريب الرياضي- الساحة والميدان	جامعة سليمانية-كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية

واقع التعليم الالكتروني لدرس التربية الرياضية في ظل جائحة كورونا من وجهة نظر مدرسي  
التربية الرياضية في محافظة ديالى

*The reality of e-learning for the lesson of physical education in light of  
the Corona pandemic from the point of view of teachers of physical  
education in Diyala Governorate.*

باسم محمد صالح

*Bassem Mohammed Saleh*

المديرية العامة لتربية ديالى

*Diyala Education Directorate*

*Basmm8032@gmail.com*

الكلمات المفتاحية: التعليم الالكتروني

ملخص البحث

تطرق الباحث الى اهمية التعليم الالكتروني وما له من اهمية بالغة على اداء مدرس التربية الرياضية وظيفيا اذ تكمن في بيان اهمية التعليم الالكتروني بالجانب الاداري ومالها علاقة وطيدة في اداء وعمل مدرس التربية الرياضية بالإضافة الى أهمية وفاعلية المدرس في تحقيق الاهداف التعليمية والتربوية وذلك للوصول إلى النتائج التي يمكن أن يكون لها الأثر الفعال في رفع مستوى اداء المدرس في مجاله الميداني ويمنحه فرصة لتعرف كيفية التعامل في هذا المجال لكونها ظاهرة علمية جديدة في عالم الادارة. اما مشكلة البحث من خلال خبرة الباحث الميدانية وكونه مدرس في احدى المدارس ومطلع على واقع التعليم الالكتروني لاحظ ان هناك ضعفاً في استعمال التكنولوجيا الحديثة من خلال استعمال الوسائل والاجهزة الحديثة في ادارة الدرس من خلال اختزال عامل الوقت والجهد والسرعة في التعليم. لذي ارتأى الباحث بناء اداة لقياس التعليم الالكتروني في ادارة الدرس وانعكاس هذه على الاداء لمدرس التربية الرياضية، وتضمن هدف البحث: بناء مقياس للتعليم الإلكتروني لدرس التربية الرياضية من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية. واستخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمة طبيعة البحث وتكون مجتمع البحث من مدرسي التربية الرياضية في المدارس المتوسطة والبالغ (281) مدرسا ومدرسة تم اختيار عينة البناء البالغة (110) مدرس ومدرسة واجراء خطوات المقياس وتطبيقه على العينة وتوصل الباحث الى بناء مقياس التعليم الالكتروني لدرس التربية الرياضية واوصى الباحث بأعتماد هذا المقياس واجرائه على عينات مختلفة.

### **Abstract**

*Resumen La importancia de la investigación radica en identificar la realidad del e-learning para la lección de educación física con el fin de identificar el desempeño del profesor de educación física al aplicar la lección a la luz de la pandemia de Corona. En cuanto al problema de la*

*investigación, la investigación radica en la siguiente pregunta: ¿Cuál es la realidad del e-learning para la lección de educación física desde el punto de vista de los profesores de educación física en la provincia de Diyala? En cuanto a los objetivos de la investigación: Construir una medida de e-learning para la lección de educación física desde el punto de vista de los profesores de educación física. El investigador utilizó el enfoque descriptivo para adaptarse a la naturaleza de la investigación y a la comunidad investigadora de profesores de educación física en escuelas medias, que ascendió a (281) maestros e instructores, la muestra de construcción de adultos fue seleccionada (110) maestros y escuelas y realizó los pasos de la escala y se aplicó a la muestra y el investigador alcanzó la construcción de la escala de aprendizaje electrónico para la lección de educación física y recomendó al investigador adoptar esta escala y realizarla en diferentes muestras*

### 1-المقدمة:

يمتاز عصرنا الذي نعيشه اليوم بميزة الانفجار العلمي والتكنولوجي والتغير المستمر، نتيجة للاكتشافات العلمية والاختراعات في مجالات الحياة المختلفة كافة، وبلدنا الحبيب باعتباره نسقاً فرعياً من النسق العالمي، لم يكن في منأى عن التغيرات المصاحبة لقيام النظام العالمي، وهو ما يمثل تحدياً جديداً أمام الإدارة العمومية التي وجدت نفسها أمام حتمية التكيف مع المعطيات الجديدة، وذلك بإعادة النظر في الأساليب الإدارية وحتمية تبني الأساليب الحديثة أي استخدام التكنولوجيا الحديثة بهدف تفعيل العمل الإداري وتحقيق الدور المناط بالإدارة باعتبارها القائد والموجه لمسيرة التنمية الشاملة في المجتمع، وذلك بإجماع كل المدارس على أنها هي التي تتولى قيادة أي نشاط إنساني تخطيطاً، تنظيمياً، تنفيذياً وتنسيقاً.

ونتيجة للظروف التي يعاني منها العالم بأكمله في الوقت الحالي، المتمثلة بانتشار فيروس كورونا، والذي كان له الأثر البالغ على العملية التعليمية نتيجة هذه الجائحة؛ فقد وجدت المؤسسات التربوية نفسها فجأة مجبرة على التحول للتعليم عن بعد لضمان استمرارية عملية التعليم والتعلم، واستخدام شبكة الانترنت والهواتف الذكية والحواسيب في التواصل عن بعد مع الطلبة. لذا اعتمدت مختلف الدول ومنها العراق؛ التعليم عن بعد كوسيلة لاستمرارية تلقي الطلبة تعليمهم ضماناً لمستقبلهم العلمي، حيث تم وضع الخطط للحفاظ على ديمومة العملية التعليمية والحد من آثار أزمة كورونا باعتماد نظام التعليم عن بعد، وذلك ليتسنى لجميع الطلبة إكمال دراستهم من غير أن يتأثروا بتوابع وباء كورونا، واعتماد الية تضمن حقوق الطالب والأوضاع الاقتصادية الصعبة التي تمر بها المدارس.

وقد يكون فيروس كورونا المستجد البداية الجديدة لإمكانيات التعليم عن بعد لقطاع التعليم في العراق، فلم يعد من الممكن رفض الحاجة إلى خيارات التعليم عبر الإنترنت. بل ربما سيصبح



التعليم عن بعد بديلاً معترفاً به للتعليم الوجاهي، فهو أقل كثافة في رأس المال ويتلاءم مع الحاجة إلى تحسين الكفاءة الرقمية للطلبة. وقد يحدث التعليم عن بعد ثورة في التعليم لأن طلبة اليوم عموماً لديهم قدرة أعلى على التكيف مع التكنولوجيا والبوابات الإلكترونية، وبالتالي سيتم الانتقال إلى التعليم عبر الإنترنت، وقد يصبح هذا هو القاعدة من الآن فصاعداً. ولربما تصبح المؤسسات التعليمية التي لا تتكيف مع التدريس الرقمي غير قادرة على المنافسة وغير مستدامة من الناحية التشغيلية، وبعد درس التربية الرياضية من الدروس التي تأثرت بجائحة كورونا من خلال توقف نشاطات الدرس ولا بد لنا الاعتراف ان الظروف غير طبيعية التي نتجت عن جائحة كورونا قد دفعت التربية الرياضية المدرسية الى اللجوء الى تحويل عمليات التعليم الالكتروني ورغم هذا التحول كان فجائياً الا انه قدم لكل من الطلبة ومدرسي التربية الرياضية فرصة ليكونوا مبدعين ومبتكرين في نواح كثيرة تتعلق بسير العملية التربوية.

وتكمن اهمية البحث في استعمال مقياس التعليم الالكتروني لدرس التربية الرياضية من اجل تقويم اداء مدرس التربية الرياضية عند تطبيقه الدرس في ظل جائحة كورونا مرتكزا على اسس علمية ومجالات متنوعة وتشخيص مناطق الضعف والقوة لواقع التعليم الالكتروني لتلك المديریات . اما مشكلة البحث من خلال انتقال التعليم من الصفوف التقليدية الى الصفوف الافتراضية فلن تكون عملية سهلة لما تتطلبه من تحضير تربوي وجسدي وعقلي ونفسي ومن خلال خبرة الباحث كونه مدرس تربية رياضية لاحظ ان هناك ضعفاً في منظومة الانترنت وعدم معرفة الطلبة الى الصفوف الالكترونية مما ادى الى عدم تفاعل مع الصفوف الالكترونية وضياح الوقت.ومن خلال ماتقدم تكمن مشكلة البحث بالتساؤل الاتي:

ما واقع التعليم الالكتروني لدرس التربية الرياضية من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية في محافظة ديالى؟

واما هدف البحث فهو بناء مقياس للتعليم الإلكتروني لدرس التربية الرياضية من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية في ظل جائحة كورونا. وتكمن مجالات البحث: المجال البشري: مدرسي التربية الرياضية في محافظة ديالى ، والمجال الزمني: 2022/11/17 الى 2023/4/1 والمجال المكاني: المدارس المتوسطة في محافظة ديالى.

## 2-1 منهج البحث

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملامته طبيعة المشكلة.

## 2-2 مجتمع وعينته البحث:

العينة هي جزء من المجتمع الأصل الذي تجري عليه الدراسة يتم اختيارها عشوائيا او عمديا طبقا لأسلوب الدراسة وظروف إجرائها، إن مجتمع البحث الحالي يتكون من مدرسي التربية الرياضية

للمدارس المتوسطة في محافظة ديالى للعام الدراسي (2022م-2023م) اذ بلغ مجتمع البحث (281) مدرس ومدرسة، كما في الجدول (2)

### الجدول (1)

يبين توزيع مجتمع البحث حسب المناطق التابعة لمحافظة ديالى

ت	المحافظة	التربيات التابعة للمحافظة	عدد مدرسي التربية لرياضية
1	ديالى	بعقوبة	122
2		الخالص	61
3		المقدادية	53
4		بلدروز	13
5		خانقين	29
6		كفري	3
	المجموع		281

### جدول (2)

يبين عينات البحث والنسبة المئوية لتوزيع مجتمع البحث

ت	تفاصيل مجتمع البحث	عينة الدراسة	النسبة المئوية
1	مجتمع البحث	281	100%
2	التجربة الاستطلاعية	17	6.04%
3	عينة البناء	100	35.58%

3-2-3- ادوات وأجهزة ووسائل جمع المعلومات:

3-2-1 مصادر جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
  - فريق العمل المساعد. ملحق (3)
  - مقياس التعليم الالكتروني ملحق (2)
- 3-2-2 الادوات والاجهزة المستخدمة:

- حاسبة الكترونية يدوية.
- اقلام جاف.
- ساعة توقيت

## 2-4 اجراءات بناء المقياس

تتضمن اجراءات بناء المقياس الخطوات التي اتبعت في البناء والتي تنطلق من اسس ومبادئ اللازمة وتخضع لخطة عمل محكمة تتحدد بها مسبقا جملة من المراحل والخطوات اللازمة والاجراءات التنفيذية اللازمة ومن اسس ومبادئ بناء المقياس (مخائيل، 2016: 56)

1. الغرض بناء المقياس

2. تحديد الظاهرة المطلوب قياسها

3. تحديد ابعاد المقياس

4. اعداد صياغة الاولية لفقرات المقياس

من اجل اعداد الصيغة الاولى لفقرات المقياس قام الباحث بما يأتي

### 2-4-4-1 صلاحية الفقرات:

بعد ان اكتمل المقياس بصورته الاولى والذي يشمل على (34) فقرة موزعة على (3) ابعاد ولغرض التأكد من صحة صياغة الفقرات لغويا وبعد اجراء التعديلات اللغوية عليها عرضت الفقرات على مجموعة من الخبراء لغرض الحكم على صلاحيتها من حيث ملائمتها لقياس ابعاد التعليم الالكتروني، وقد اقترح السادة الخبراء جملة من الملاحظات كحذف بعض الفقرات وتعديل اخرى ونقل قسم منها الى ابعاد اخرى اكثر قبولا من البعد الذي وضعت فيه. وكذلك التحقق من ميزان التقدير الخماسي الذي اعطيت بدائل الاجابة الخمسة (اتفق بشدة، اتفق، محايد، لا اتفق، لا اتفق بشدة) الدرجات (1.2.3.4.5) وتحليل آراء السادة الخبراء احصائيا استخدم الباحث مربع كاي. وكما في الجدول الاتي:

### الجدول (3)

نتائج مربع كا<sup>2</sup> لآراء الخبراء حول صلاحية العبارات لمقياس التعليم الالكتروني

ت	المجال	رقم العبارة	الموافقون	غير الموافقون	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولية	الملاحظات
1	امتلاك	8-7-4-1	15	0	15	3.84	دالة
	مهارات التعليم	9-5-2	14	1	11.26		دالة
	عن بعد	6-3	13	2	8.06		دالة
2	الاتجاهات نحو التعليم عن بعد	11-7-4-1	15	0	15		دالة
		10-8-6	14	1	11.26		دالة
		5-3-2	13	2	8.06		دالة
		9	11	4	3.26		غير دالة

الملاحظات	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولية	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	غير الموافقون	الموافقون	رقم العبارة	المجال	ت
دالة		15	0	15	9-7-4 -1	معوقات التعلم عن بعد	3
غير دالة		3.26	4	11	11-14-3		
دالة		8.06	2	13	-14 -10-5		
دالة					12-8-6-2		

2-4-4-3 اعداد تعليمات المقياس:

أكد الباحث على ضرورة الاجابة على جميع الفقرات وان اي فقرة تترك سوف تهمل الاستمارة ورفقا  
مثالا عن كيفية الاجابة عن فقرات المقياس بفقراته البالغة (30) فقرة كتبت بدون ذكر الابعاد  
تمهيدا لأجراء التجربة الاستطلاعية.

## 2-5 التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (17) من مدرسي التربية الرياضية موزعين على  
المدارس التابعة لمديرية تربية ديالى وفروعها، وتم اختيارهم بصورة عشوائية يوم الاحد المصادف  
(2023\2\8) وكان الهدف من هذه التجربة تعرف الزمن الكلي لتطبيق المقياس اذ كان وقت  
الإجابة يتراوح من (10 دقيقة لغاية 15 دقيقة) وتعرف الصعوبات والمعوقات وكذلك وضوح وفهم  
فقرات المقياس وطريقة الإجابة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لزمن الاجابات هو (15) دقيقة  
للإجابة على عبارات المقياس الكلية.

## 2-6 التجربة الرئيسية (تطبيق المقياس):

بعد التأكد من اتمام جميع الخطوات اللازمة لبناء المقياس، والتأكد من سلامة الاختبار في التجربة  
الاستطلاعية، تم تطبيق المقياس على عينة البناء والبالغة (100) مدرس ومدرسة، يمثلون اقصية  
ونواحي محافظة ديالى، وخلال المدة الممتدة من (2023\2\11) ولغاية (2023\3\14) مع فريق  
العمل المساعد ملحق (3)، ولغرض التحليل الإحصائي للعبارات وذلك لاختيار العبارات الصالحة  
واستبعاد العبارات غير الصالحة استنادا إلى قوتها التمييزية والاتساق الداخلي، ولاستخراج مؤشرات  
الصدق والثبات، تم تطبيق المقياس على عينة البناء البالغة (100) مدرس ومدرسة ويمثلون نسبة  
(35.58%) من عينة البحث الكلي، ليصبح عدد الاستمارات الواردة لدى الباحث (100) استمارة.

### 3- الاسس العلمية لبناء المقاييس:

#### 3-1 صدق المقياس:

يعد واحدا من أهم معايير جودة الاختبار، ويعد من الخصائص الأساسية في بناء الاختبارات والمقياس، إذ أشار مصطفى حسين (1999م) الى " أن صدق الاختبار هو قدرة الاختبار على قياس ما وضع من اجله او السمة المراد قياسها"، وقد اعتمد الباحث انواع من الصدق للتأكد من صدق مقياسه وكما يأتي:

#### 3-1-1 صدق المحتوى:

تم تحقيق هذا الصدق بعد أن تم تحديد مفهوم التعليم الالكتروني، إذ قام الباحث بإعداد المقياس وتحديد مجالاته وعباراته بالاستعانة بمجموعة من الأساتذة والخبراء في مجال الإدارة الرياضية وعلم النفس الرياضي والقياس والتقييم لإقرار صلاحية العبارات وتقدير مدى قياس كل عبارة لأبعاد المقياس وأخذ الباحث نسبة الدلالة حسب قيمة (كا2) للمجالات والعبارات، إذ تم قبول المجالات والعبارات التي كانت قيمة (كا2) المحسوبة أكبر من الجدولية واستبعاد المجالات والعبارات التي كانت قيمة (كا2) المحسوبة أقل من الجدولية وعند مستوى دلالة (0,05) وتم التعديل في ضوء ملاحظاتهم عليها وبذلك تم قبول العبارات التي حصلت على موافقة الخبراء وحذف العبارات غير الصادقة، وبذلك أستقر العمل على (30) عبارة ملحق رقم (2) للتعليم الالكتروني

#### 3-1-2 صدق البناء:

يعد من أكثر أنواع الصدق ملائمة لبناء المقاييس ويسمى بصدق المفهوم أو صدق التكوين الفرضي لأنه يعتمد على التحقق التجريبي من مدى تطابق درجات العبارات مع الخاصية أو المفهوم المراد قياسه ، وتعد أساليب تحليل العبارات مؤشرات على هذا النوع من الصدق (مصطفى باهي، 1999: 23). إذ اعتمد الباحث على اثنتين من الطرق لتحليل العبارات للتحقق من صدق البناء وهي القوة التمييزية ومعامل الاتساق الداخلي وكما يأتي:

#### 3-1-2-1 الصدق التمييزي (المجموعات المتطرفة):

لغرض إيجاد القوة التمييزية للعبارات والتي من خلالها تم تعرف التمييز بين الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة والحاصلين على درجات منخفضة في السمة التي قياسها، ويشير بسام العمري وفؤاد مصطفى (1996م) نقلا عن (EbLe) إلى "أن الهدف من تحليل العبارات هو للإبقاء على العبارات ذات التمييز العالي وهي العبارات الجيدة في الاختبار" (بسام العمري، وفؤاد مصطفى السلطان، 1996: 155) . ولأجل الكشف عن القوة التمييزية لعبارات المقياس قام الباحث بتفريغ إجابات عينة البناء البالغة (100) مدرس ومدرسة وتم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات المختبرين ورتبت الاستمارات تنازلياً من أعلى درجة إلى أوطأ درجة ثم اختيرت نسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا (27%) من الاستمارات الحاصلة على

الدرجات الدنيا، إذ بلغ عدد الاعضاء في المجموعة العليا (27) مدرس ومدرسة ، و(27) مدرس ومدرسة للمجموعة الدنيا ، واستبعاد نسبة (46%) أي (46) استمارة هي المجموعة الوسطى، ولغرض حساب معامل تمييز كل عبارة من عبارات المقياسين البالغة (70) عبارة استخدم الاختبار (t-test) لعينتين مستقلتين بوساطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وعدت القيمة التائية الدالة إحصائياً مؤشراً لتمييز العبارات، والجدول (4) يبين لنا القيم التائية المحسوبة عند مستوى دلالة (0.05).

#### الجدول (4)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة والقدرة التمييزية للمجموعتين العليا والدنيا ودلالاتها المعنوية لعبارات المقياسين

العبارت	المجموعتين	N	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	نسبة الخطأ
1ع	المجموعة العليا	27	4.667	0.480	14.422	0.000
	المجموعة الدنيا	27	2.000	0.832		
2ع	المجموعة العليا	27	4.481	0.509	21.028	0.000
	المجموعة الدنيا	27	1.741	0.447		
3ع	المجموعة العليا	27	4.519	0.509	21.199	0.000
	المجموعة الدنيا	27	1.630	0.492		
4ع	المجموعة العليا	27	4.370	0.492	20.927	0.000
	المجموعة الدنيا	27	1.519	0.509		
5ع	المجموعة العليا	27	4.370	0.492	27.407	0.000
	المجموعة الدنيا	27	1.148	0.362		
6ع	المجموعة العليا	27	5.000	0.000	13.082	0.000
	المجموعة الدنيا	27	3.852	0.456		
7ع	المجموعة العليا	27	5.000	0.000	13.628	0.000
	المجموعة الدنيا	27	3.889	0.424		
8ع	المجموعة العليا	27	5.000	0.000	16.480	0.000
	المجموعة الدنيا	27	3.852	0.362		
9ع	المجموعة العليا	27	4.963	0.192	18.441	0.000
	المجموعة الدنيا	27	2.407	0.694		
10ع	المجموعة العليا	27	5.000	0.000	9.976	0.000
	المجموعة الدنيا	27	3.741	0.656		

0.000	25.495	0.480	4.667	27	المجموعة العليا	11ع
		0.480	1.333	27	المجموعة الدنيا	
0.000	23.995	0.565	4.370	27	المجموعة العليا	12ع
		0.396	1.185	27	المجموعة الدنيا	
0.000	22.947	0.492	4.370	27	المجموعة العليا	13ع
		0.480	1.333	27	المجموعة الدنيا	
0.000	22.411	0.320	4.889	27	المجموعة العليا	14ع
		0.656	1.741	27	المجموعة الدنيا	
0.000	10.198	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	15ع
		0.679	3.667	27	المجموعة الدنيا	
0.000	17.380	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	16ع
		0.753	2.481	27	المجموعة الدنيا	
0.000	24.983	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	17ع
		0.501	2.593	27	المجموعة الدنيا	
0.000	22.331	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	18ع
		0.526	2.741	27	المجموعة الدنيا	
0.000	20.061	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	19ع
		0.643	2.519	27	المجموعة الدنيا	
0.000	22.244	0.506	4.556	27	المجموعة العليا	20ع
		0.509	1.481	27	المجموعة الدنيا	
0.000	8.770	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	21ع
		1.141	3.074	27	المجموعة الدنيا	
0.000	25.821	0.656	4.259	27	المجموعة العليا	22ع
		0.000	1.000	27	المجموعة الدنيا	
0.000	15.200	0.962	3.815	27	المجموعة العليا	23ع
		0.000	1.000	27	المجموعة الدنيا	
0.000	18.028	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	24ع
		0.641	2.778	27	المجموعة الدنيا	
0.000	16.592	0.396	4.815	27	المجموعة العليا	25ع
		0.572	2.593	27	المجموعة الدنيا	
0.000	13.589	0.396	4.815	27	المجموعة العليا	26ع

		0.587	2.963	27	المجموعة الدنيا	
0.000	21.314	0.267	4.926	27	المجموعة العليا	27ع
		0.492	2.630	27	المجموعة الدنيا	
0.000	18.572	0.362	4.852	27	المجموعة العليا	28ع
		0.641	2.222	27	المجموعة الدنيا	
0.000	9.175	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	29ع
		0.797	3.593	27	المجموعة الدنيا	
0.000	9.014	0.000	5.000	27	المجموعة العليا	30ع
		0.641	3.889	27	المجموعة الدنيا	

### 3-1-2-2 الصدق المرتبط بمحك داخلي (الاتساق الداخلي):

لغرض تجانس العبارات فإن معامل الاتساق الداخلي يقدم لنا الدليل لتجانس العبارات وأشار علي مهدي كاظم (1994م) إلى " إن معامل الاتساق الداخلي هو معامل الارتباط بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس " (علي مهدي، 1994: 113) ، أستخدم معامل الاتساق الداخلي في تحليل عبارات المقياس أي حساب صدق عبارات المقياس باستخدام المحك الداخلي (الدرجة الكلية للمقياس)، من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس . واستخدم الباحث قانون معامل الارتباط البسيط (ليبرسون) لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد العينة البالغة (100) مدرس ومدرسة على كل عبارة وبين الدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS). ويؤكد (Allen، 1979) "أنه كلما زاد معامل ارتباط العبارة بالمجموع الكلي كان تضمينها في المقياس يزيد من احتمال الحصول على مقياس أكثر تجانسا. الجدول (5) يبين نتائج معاملات ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس.

#### الجدول (5)

يبين نتائج معامل الارتباط (بيرسون) بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس باستخدام طريقة

#### الاتساق الداخلي

العبارات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	دلالة العبارة
1ع	.837**	0	مميزة
2ع	.943**	0	مميزة
3ع	.958**	0	مميزة
4ع	.947**	0	مميزة
5ع	.920**	0	مميزة



مميزة	0	.859**	6ع
مميزة	0	.850**	7ع
مميزة	0	.899**	8ع
مميزة	0	.948**	9ع
مميزة	0	.837**	10ع
مميزة	0	.968**	11ع
مميزة	0	.926**	12ع
مميزة	0	.950**	13ع
مميزة	0	.957**	14ع
مميزة	0	.867**	15ع
مميزة	0	.945**	16ع
مميزة	0	.949**	17ع
مميزة	0	.924**	18ع
مميزة	0	.945**	19ع
مميزة	0	.958**	20ع
مميزة	0	.890**	21ع
مميزة	0	.901**	22ع
مميزة	0	.875**	23ع
مميزة	0	.934**	24ع
مميزة	0	.957**	25ع
مميزة	0	.936**	26ع
مميزة	0	.953**	27ع
مميزة	0	.963**	28ع
مميزة	0	.856**	29ع
مميزة	0	.786**	30ع

3-3 ثبات المقياس:

1-1-3 معامل ألفاكر ونباخ:

تعد طريقة الفاكرونباخ من أكثر مقاييس الثبات استخداما بوصفها تعتمد على قياس معامل ارتباط العبارات بعضها مع بعض ومع درجة المقياس الكلية ويسمى التجانس الداخلي الذي يشير

إلى قوة الارتباطات بين العبارات في الاختبار (كامل عبود، 2008: 150) وتعتمد هذه الطريقة على مدى ثبات أداء التعليم الإلكتروني لجميع عبارات المقياس، ولحساب الثبات بهذه الطريقة لمقياس التعليم الإلكتروني اعتمد الباحث على عينة بناء المقياس الصالحة للعمل الإحصائي والبالغة (100) مدرس تربية رياضية، وعند حساب قيمة معامل الثبات اتضح أنها تبلغ (0.997) وهي قيمة ممتازة في بحوث التربية الرياضية ومعامل ثبات ممتاز وموثوق به ويمكن اعتماده

### 3-4 الوسائل الإحصائية :

عولجت البيانات الإحصائية باستخدام برنامج (spss):

### 4- الخاتمة:

في ضوء نتائج البحث توصل الباحث الى بناء مقياس التعليم الإلكتروني لدرس التربية الرياضية بمحاورة الثلاث على وفق الاسس العلمية واوصى الباحث امكانية تكييف مقياس التعليم الإلكتروني وتطبيقه في مؤسسات رياضية اخرى وكذلك تقنين المقياس الذي بناه الباحث واستخدام المقياس على عينات مختلفة بعد اجراء التعديلات المناسبة عليا بما يتناسب مع نوع العينة التي يجري التطبيق عليها.

### المصادر:

- مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق - الثبات - الصدق - الموضوعية - المعايير. القاهرة: مركز الكتاب، 1999،
- عبد الجليل الزوبعي وآخرون؛ الاختبارات والمقاييس النفسية. العراق: مطبعة جامعة الموصل، 1981،
- بسام العمري وفؤاد مصطفى السلطان؛ درجة تحقيق حاجات الإحساس بالزمن لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية (مجلة دراسات عليا، العلوم التربوية، عمان الأردن، العدد الأول، 1996م)،
- علي مهدي كاظم ؛ بناء مقياس مقنن لسمات شخصية طلبة الإعدادية في العراق. (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية ابن رشد، 1994م)، ص 113.
- Mixean.; Introduction to measurement theory: (California،Allen) Book. Cole, 1979) p .
- كامل عبود حسين ؛ بناء وتقنين مقياس الاغتراب للرياضيين. (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2008)،

## الملحق (1) اسماء الخبراء

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص	صلاحية العبارات	مكان العمل
1	مجيد اسد	أستاذ دكتور	اختبار وقياس	✓	جامعة السليمانية-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	نصير قاسم خلف	أستاذ دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	خالد اسود لايع	أستاذ دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة المثنى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	سندس موسى جواد	أستاذ دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة بغداد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	سلام حنتوش رشيد	أستاذ دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
6	محمد فاضل مصلىح	أستاذ دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	عثمان محمود شحادة	أستاذ دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	شهاب احمد عكاب	أستاذ مساعد دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة ديالى- كلية التربية الاساسية
9	أنور محمود رحيم	استاذ مساعد دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة السليمانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	ديار كمال اسعد	أستاذ مساعد دكتور	علم النفس الرياضي	✓	جامعة السليمانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	ثامر حماد رجه	أستاذ مساعد دكتور	ادارة وتنظيم	✓	جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجادرية
12	محمود فرحان حسن	أستاذ مساعد دكتور	أدارة وتنظيم	✓	تربية ديالى / مديرية النشاط الرياضي والمدرسي
13	شاهين رمزي رفيق	أستاذ مساعد دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة كركوك-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
14	عبد الرزاق وهيب ياسين	أستاذ مساعد دكتور	علم النفس الرياضي	✓	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
15	مناف عبد العزيز محمد	مدرس دكتور	أدارة وتنظيم	✓	جامعة الكوفة-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## الملحق (2)

### مقياس التعليم الالكتروني لدرس التربية الرياضية بصورته النهائية

#### السادة مدرسو التربية الرياضية

#### تحية طيبة ...

يروم الباحث أنجاز دراسة بعنوان (واقع التعليم الالكتروني لدرس التربية الرياضية في ظل جائحة كورونا من وجهة نظر مدرسي) ولكونك من اعضاء الهيئة التدريسية ... فاني أضع بين يديك الكريمة هذا المقياس الذي له علاقة مباشرة في مجال عملك وارجوه من حضرتكم قراءة عبارات المقياس بتمعن والإجابة عنها بأمانة وموضوعية بحسب ماترونه مناسباً . ولما لرائك من أهمية في إنجاح هذه الدراسة علما أن المعلومات التي يحصل عليها الباحث لن تستخدم إلا لإغراض البحث العلمي ، وبهذه الإجابة تسدون خدمة جلية للباحث تستوجب الشكر الجزيل والموقفية الدائمة لكم .....

التعليم الالكتروني: هي بيئة تعليم وتعلم تفاعلية تسمح بالتفاعل الحي بين المدرس والطالب عبر الانترنت وتعمل بصورة متزامنه وغير متزامنه شبيهة بالفصول التقليدية يقوم بها المدرس والطالب ويفصل بينهما حواجز مكانية ويعملون في الوقت نفسه بغض النظر عن مكان تواجدهم.

#### ولكم جزيل الشكر والاحترام

ت	المجال الاول: امتلاك مهارات التعليم عن بعد	اتفق بشدة	اتفق	محايد	لا اتفق	لا اتفق بشدة
1.	الوقت الممنوح لانجاز المهام غير كافي					
2.	يمكن تقديم دوروس نموذجية لبعض مهارات درس التربية الرياضية					
3.	تدريس درس التربية الرياضية بهذه الطريقة ممتع ومشوق					
4.	يقدم اساليب متنوعة من التواصل مع الطلبة					
5.	المهام الالكترونية المكلف بها لدرس التربية الرياضية لاتعود بالنفع عالطالب					
6.	طريقة التدريس المستخدمة في التعلم الالكتروني لاتلبي رغباتي					
7.	مهارتي في استخدام التكنولوجيا ضعيفة					
8.	ارفاق المواد التعليمية للطلبة بسهولة ويسر					
9.	التزم بنظام التعليم عن بعد بناءً على خطة وزارة التربية					
<b>المجال الثاني: الاتجاهات نحو التعليم عن بعد:</b>						
1.	يتيح تقديم اسئلة ومهام تستثير تفكير الطلبة					
2.	يقدم تصميمات مختلفة من الاختبارات الالكترونية					

					يساعد على التأكد من صحة الاجابات السريعة	3.
					يقدم وسائل متنوعة من التواصل مع الطلبة	4.
					يمكن التفاعل مع الطلبة بصورة ايجابية في اثناء الدرس	5.
					يحقق التعليم الالكتروني فروقات فردية بين الطلبة	6.
					يمكن ثارة دافعية الطلبة للتفاعل مع التعلم الالكتروني	7.
					تشجيع المدرسين على مزاولة التعليم الالكتروني	8.
					اتاحة الفرصة للطلبة للتفاعل الفوري فيما بينهم	9.
					يساعد التعليم الالكتروني على توفير الوقت والجهد	10.
					التعليم عن بعد يجعل التعلم اكثر متعة	11.
<b>المجال الثالث: معوقات التعلم عن بعد:</b>						
					ضعف وعي الطلبة باهمية التعليم الالكتروني	1.
					المعاناة من الانقطاع الانترنت بشكل مستمر	2.
					عدم توفر الخصوصية والسرية عند استخدام التعليم الالكتروني	3.
					ضعف البنى التحتية للتعليم الالكتروني	4.
					اعداد المدرسين المختصين بالدعم الفني غير كافي	5.
					عدم توفر خدمة انترنت لدى بعض الطلبة في البيت	6.
					تكرار الخلل المفاجئ في الشبكة او الاجهزة	7.
					سهولة الوصول الى مدرس التربية الرياضية بسهولة	8.
					كسر حاجز الخوف والقلق لدى الطلبة من التعبير عن افكارهم	9.
					المعاناة في متابعة الاعداد الكبير للطلبة عبر ادوات التعليم الالكتروني	10.
					عدم التزام الطلبة بمواعيد التعليم الالكتروني	11.
					عدم القدرة على وضع التقييم المناسب للطلبة	12.
					قلة الانشطة الداعمة لتوظيف التعليم الالكتروني	13.
					عدم توفر الحاسوب او الهاتف عند بعض الطلبة	14.

### الملحق (3)

يبين أسماء فريق العمل المساعد

ت	الاسم	العنوان الوظيفي
1	فراس منير خميس	طالب ماجستير/ كلية التربية بدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى
3	امجد محمد احمد	مدرس تربية رياضية

تقنين مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية للمشرفين الاختصاص في المديرية العامة للتربية في العراق

*Codification of the measure of leadership practices according to the cognitive models of specialized supervisors in the general directorates of education in Iraq.*

حيدر سعود حسن

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

*Prof. Dr. Haider Saud Hassa*

*haider.saud@uodiyala.ede.iq*

احمد راضي عبد

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

*Ahmed Radi Abed*

*zye286@yahoo.com*

الكلمات المفتاحية : الممارسات القيادية، النماذج الإدراكية

ملخص البحث:

أهمية البحث تتجسد في كونه يتناول موضوعاً حيوياً لم يحظ بالاهتمام في الدراسات والبحوث ، وتأتي أهميته كذلك في مواكبة التوجهات الحديثة وتطبيق التقنيات الحديثة واستعمال الأساليب الإدارية الحديثة في المديرية العامة في العراق ، لما تسهم في تحقيق ميزة تنافسية لدى هذه المديرية فضلاً عن خفض التكاليف وتوفير الجهد والوقت ، وتحسين الاداء بصورة مستمرة ، يهدف البحث إلى تقنين مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية للمشرفين الاختصاص في المديرية العامة للتربية في العراق ، والمجال الزمني من (11/9/2022) إلى (3/4/2023) ، المجال المكاني تمثل مديريات العامة للتربية في العراق ، استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته طبيعة المشكلة اشتمل مجتمع البحث على مشرفين الاختصاص والبالغ عددهم (120) ، تم اختيارهم بالطريقة العمدية ، اما عينة البحث فتكونت من (110) مشرف اختصاص ، وبعدها تم تطبيق مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية المكون من (40) فقرة على العينة المكونة من (110) مشرف اختصاص بتاريخ ( 2023/2/10 إلى 2023/3/15 ) وتم استخدام الحقيبة الاحصائية لاستخراج الاسس العلمية ووضع مستويات معيارية للمقياس وتوصل الباحث إلى عدد من الاستنتاجات منها : توصل إلى تقنين مقياس الممارسات القيادية للمشرفين الاختصاص واوصى الباحث استخدام مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية، وضرورة زيادة اهتمام المشرفين الاختصاص بالممارسات القيادية.

### **Research Abstract**

*The importance of the research is embodied in the fact that it deals with a vital topic that has not received attention in studies and research. And time, and continuous improvement of performance, the research aims to codify the measure of leadership practices according to the cognitive models of supervisors specializing in the general directorates of education*

in Iraq And the temporal field from (11/9/2022) to (3/4/2023), the spatial field represents the general directorates of education in Iraq, the researcher used the descriptive approach to suit the nature of the problem. The intentional method, while the research sample consisted of (110) supervisors of specialization, and then the measure of leadership practices was applied according to the cognitive models consisting of (40) items on the sample consisting of (110) supervisors of specialization on (10/2/2023 to 15/3/ 2023) The statistical bag was used to extract the scientific foundations and set standard levels for the scale, and the researcher reached a number of conclusions, including He reached and rationed the measure of leadership practices with its dimensions (setting the fields) for the supervisors of specialization, and the researcher recommended the researcher to use the measure of leadership practices according to the cognitive models.

#### 1- المقدمة :

تعد التربية أداة ناجحة لتطوير الامم وراقيها، ورافدا هاما للتنمية بمفهومها الشامل ، وكثيرا ما تعقد عليها الآمال والطموحات في الاسهام في نهضة الشعوب وتقدمها، وفي تمكينها من حل معضلاتها الحالية والمستقبلية، وقد تنبتهت الامم لدور التربية وأهميتها فباتت تراجع أنظمتها التربوية باستمرار بوصفها البوابة الرئيسة والعريضة إلى عالم الرقي والتقدم، فلا غرابة أن تلجأ الامم الحية إلى التربية عندما تلم بها المعضلات والتحديات، من هنا تعالت الصيحات التي تنادي بان التربية هي المشكلة، وبانها الحل في الوقت ذاته، بمعنى ان التربية بصورتها الحالية مشكلة من مشكلات التطوير والنهضة والرقي، نظرا لجمود بنيتها ومناهجها وادائها في حين يعد الارتقاء بها واصلاحها وتطويرها سبيلا من سبل التقدم ، وترتبط جودة التربية غالبا بجودة قيادتها، فمسير التربية بشكل عام يتطلب قائدا تربويا على مستوى المسؤولية التي تليق بالدور الذي يضطلع به لتحقيق تربية نوعية ارتقائية تضمن تحقيق الافراد لذواتهم في اجواء تكتنفها التشاركية والديمقراطية، وتسهم في توطيد الابداع وترسيخه .

وتعد القيادة مرتكز مهما لمختلف النشاطات في المنظمات، لذا شغلت رواد الفكر الاداري، وذهب الكثير منهم إلى اعتبارها جوهر العملية الادارية وقلبها النابض، فمستقبل اي منظمة يتوقف نموه وتطوره على القرارات التي يمكن ان يتخذها القادة لتحقيق الاحلام وطموحات ،ومدى كفاءة هؤلاء القادة في اداء الاعمال والمسؤوليات المنوطة اليهم ، لذا كان لزاما ضرورة الاهتمام بتطوير الممارسات القيادية للمشرفين الاختصاص، ورفع كفاءاته المختلفة، واكتساب الخبرات، والمهارات والقدرات اللازمة، وتوفير فرص التعليم والتدريب الملائم، واطلاعه باستمرار على جميع المتغيرات والمستجدات المحيطة، مما يسهم في تطوير أدائهم نحو الافضل، ويجعله قادرا على قيادة المواقف

التعليمية المختلفة وتنظيمها، كما يجعله قادرا على أداء ادوارهم القيادية بكفاءة وفعالية مما يزيد من فاعليتهم ويساعدهم على الوصول إلى معايير عالية من الجودة والانجاز . لهذا تتأثر عملية صنع القرار بشكل مباشر بالنموذج الادراكي لمتخذ القرار، أي بالطريقة التي يعالج من خلالها متخذ القرار المعلومات المتوفرة لديه، وكذلك المعتقدات والقناعات التي يؤمن بها المحتوى الادراكي، ان النماذج الإدراكية للمشرفين الاختصاص تشكل محددًا للطريقة التي يفسرون وفقها المواقف التي يتعاملون معها، وكذلك طبيعة استجاباتهم لتلك المواقف مؤكدين على اهمية ومحورية عملية معالجة المعلومات في انتاج بدائل مختلفة للقرار بهدف تحقيق المرونة، وبذلك يؤثر النموذج الادراكي على تحديد نطاق التفكير لدى صانعي القرار وحجب بعض الحلول الابداعية .

ويعد الاشراف الاختصاص عملية قيادية ديمقراطية تعاونية، انسانية شاملة تعتمد على استخدام الاسلوب العلمي في تشخيص الواقع الفعلي للمنظومة التعليمية، من حيث مدخلاتها وعملياتها ومخرجاتها، ومعايشة هذا الواقع وتحليله وتقييمه وتوظيف امكاناته المتاحة ، ووضع الحلول المناسبة لمشكلاته، والمتابعة المستمرة لنواتج التعلم، مما يسهم في تحسين عمليتي التعليم والتعلم، وتطويرها وتحسين مخرجاتها النوعية ، وانطلاقا من أهمية الاشراف الاختصاص ، ودوره في تجويد المنظومة التربوية بكامل عناصرها، واحداث التكامل بينها ،وتطويرها والارتقاء بها لمواجهة المتغيرات المحيطة، بما يؤدي إلى تحسين المخرجات النوعية لبيئات التعلم المختلفة، وانعكاسا لأهمية دور المشرف الاختصاص باعتباره قائدا تربويا وممثلا عن الادارة التعليمية العليا ،حيث يعكس سياساتها واستراتيجياتها وخططها وينقل توجيهاتها وقراراتها، ويتابع تحقيق اهدافها ونتائجها، من خلال ادواره المتعددة، وممارساته القيادية، ومن ثم فان نجاح العملية التعليمية يتوقف إلى حد كبير على الجهود المخلصة التي يبذلها المشرف الاختصاص في اداء عمله ، لذا كان لزاما ضرورة الاهتمام بالممارسات القيادية للمشرفين الاختصاص باستمرار، ورفع كفاءتهم المختلفة واكتساب الخبرات والمهارات والقدرات اللازمة، وتوفير فرص التعليم والتدريب الملائمة واطلاعهم باستمرار على جميع المتغيرات، والمستجدات المحيطة، مما يسهم في تطوير ادائهم نحو الافضل ويجعلهم قادرين على قيادة المواقف التعليمية المختلفة وتنظيمها ، يجعلهم قادرين على اداء ادوارهم القيادية بكفاءة عالية وفعالية، مما يزيد من فاعليتهم ويساعدهم على الوصول إلى معايير عالية من الجودة والانجاز، برغم أهمية الدور القيادي للمشرف الاختصاص الا ان الواقع يشير إلى وجود عديد من التحديات التي تواجه المشرف الاختصاص ، وتحد من فاعلية ممارساته القيادية ،يؤدي هذا إلى ضعف قيام المشرفين الاختصاص بتكوين مجتمعات مهنية تخصصية ومحدودية مشاركتهم في نشر المعرفة، وقلة تشجيعهم على التجريب والتفكير، وضعف تقديمهم الدعم اللازم في مجال التنمية المهنية، وضعف مشاركتهم في تنفيذ دورات تدريبية للمدرسين التربية الرياضية،



وضعف تركيزها على استخدام اساليب العمل الجماعي، وقلة الحوافز المادية والتشجيعية، وارجعت ذلك إلى ضعف البرامج التدريبية المقدمة إلى المشرفين الاختصاص، واقتصارها على دورات تدريبية يتم تنفيذها بشكل روتيني وتعتمد على الجوانب النظرية أكثر من الجوانب الميدانية فضلاً عن ضعف الاهتمام بالدرجات العلمية والمهارات الفنية عند اختيار من يعملون في مجال الاشراف الاختصاص مما يؤثر على فاعلية ممارستهم القيادية، وفي ضوء ما اوصت به بعض الدراسات، والبحوث من ضرورة تطوير ممارسات القيادة للمشرفين الاختصاص وفق ابعادها المختلفة، ويأمل الباحث أن تكون دراسته ذات أثر ايجابي على المشرف الاختصاص، وإضافة إلى الحقل التربوي يستفيد بها كل الباحثين في هذا المجال. لذا ارتأى الباحث الخوض بهذه المشكلة التي ظهرت من الواقع التربوي.

**هدف البحث:** تقنين مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية للمشرفين الاختصاص في المديرية العامة للتربية في العراق.

**الممارسات القيادية:** " انها ممارسة السلطة والتأثير على الآخرين لتحقيق خطة العمل ونجاح سير العلاقات في المؤسسة، وطريقة صنع واتخاذ القرارات مع توفير التوجيه والإرشاد والوقت للتغيير والتطوير، بالإضافة إلى التحفيز والتأثير الاجتماعي على العاملين بالمدرسة لتحقيق الأهداف المدرسية" (Henry, G. T, & Bastian, 2015, 7).

**النماذج الإدراكية:** " أداة تحليلية تيسر عملية الرؤية الكلية للظواهر والأفكار والربط بين العديد من التفاصيل والموضوعات التي تبدو وكأنها لا علاقة للواحد منها بالآخر والربط بين مستويات الواقع المختلفة: العام والخاص، والمجرد والمتعين والموضوعي والذاتي " ( عبد الوهاب المسيري ، 2001 ، 280-357).

## 2- منهجية البحث وإجراءات الميدانية:

**1-2 منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة البحث وأهدافه، " اذا يهدف أسلوب المنهج الوصفي إلى تحديد الممارسات القيادية المتعددة، الطريقة التي توصل الإنسان من نقطة إلى أخرى أو السمة الغالبة على مجموعة الظواهر الفلكية والسلوكية .

**2-2 مجتمع البحث وعينته** ضم مجتمع البحث المشرفين الاختصاص في المديرية العامة في العراق والبالغ عددهم (120) تم اختيارهم بطريقة العمدية، وجدول رقم (1) يوضح ذلك .

### الجدول (1)

#### يبين توزيع عينات البحث والنسبة المئوية

ت	تفاصيل مجتمع البحث	عينة الدراسة	النسبة المئوية
1	التجربة الاستطلاعية	10	%8.33
2	عينة التقنين	110	%91.66

## 2-3 وسائل جمع المعلومات والأدوات والأجهزة المستخدمة

### 2-3-1 وسائل جمع المعلومات

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- استبانة الخبراء لمقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية.
- كتب تسهيل المهمة ملحق.
- الزيارات الميدانية لجمع المعلومات.

### 2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة

- جهاز كومبيوتر (DELL) .
- أقلام جاف.
- حاسبة يدوية نوع (keno)

## 2-4 إجراءات تقنين مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية :

### 2-4-1 أداة البحث :

استخدم الباحث استبانة تقنين الممارسات القيادية ، إذ تكونت الاستبانة من (40) فقرة موزعة على (4) أبعاد وهي (النماذج العقلانية ، والنماذج التطويرية ، والنماذج القدرية ، والنماذج الاحتمالية ) وتمت الإجابة عن الفقرات الاستبانة على وفق خمسة بدائل هي (اتفق بشدة ، اتفق ، اتفق إلى حد ما ، لا اتفق ، اتفق بشدة ) ، وتم إجراء بعض التعديلات الطفيفة عليه بما يناسب عينة الدراسة الحالية ، ومن ثم التحقق من صدقه الظاهري وثباته وكالاتي :

### 2-4-1-1 الصدق الظاهري :

بعد أعداد فقرات الاستبانة البالغ عددها (40) فقرة وصياغتها بصورتها الأولية ، وعرضت على عدد من الخبراء والمختصين في مجال التربية الرياضية والإدارة والتنظيم كما في ملحق (1) لغرض تقويم الاستبانة والحكم على مدى صلاحية الفقرات والأبعاد ومدى ملائمة الفقرات للأبعاد وأجراء التعديلات اللازمة والمناسبة من خلال ( حذف أو إعادة صياغة الفقرات ) وبما يتلاءم وموضوع البحث ، فضلاً عن ذكر صلاحية بدائل الإجابة المقترحة (5، 4، 3، 2، 1) ، وكذلك بالنسبة للأوزان والدرجات وأبداء الآراء والمقترحات حول الاستبانة بشكل عام ، ويقصد بصدق الاختبار ان يقيس الاختبار ما وضع لاجله (أبو مغلي وسلامة ، 2010، 41)، ويعد هذا الأجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق الاستبانة

### 2-4-1-2 ثبات الاستبانة :

"كلما تذبذبت النتائج انخفض ثبات المقياس ولم يعد ميزانا حساسا وقادرا على الكشف عن الفروق الحقيقية بين الأفراد في السمة أو الخاصية التي توضع القياس بدرجة كافية" (ميخائيل ، 2001، 268) ، ولغرض الحصول على الثبات استخدم طريقتان ، الأولى هي طريقة التجزئة النصفية

وتسمى بمعامل الثبات الداخلي (زكريا وآخرون، 144، 2002) وتم تصحيح (110) استمارة (40) عبارة لاستنباط الممارسات القيادية ، قسمت على نصفين :النصف الأول ،يمثل العبارات ذات التسلسلات الفردية ، والنصف الثاني يمثل العبارات ذات التسلسلات الزوجية بحيث اصبح لكل فرد درجتان فردية وزوجية ، وتم إيجاد معامل الثبات من خلال معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات نصف الاختبار ، إذ بلغت قيمة الارتباط بين نصفي الاختبار للاستبيان (0.946).

### 2-4-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (10) مشرفين اختص اختصاص اختيارهم بصورة عشوائية ، وتعد التجربة الاستطلاعية طريقة لاستكشاف مدى ملائمة أداة البحث المصممة وهو اختبارها قبل تنفيذها أي إجراء تجربة استكشافية (استطلاعية) للكشف عن المشاكل التي قد تصاحب العمل .

### 3-4-2 تطبيق المقياس

تم تطبيق مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية على عينة التقنيين والبالغه (110) للمشرفين الاختصاص في مديريات العامة في العراق من قبل الباحث والفريق المساعد ، بعد تزويدهم بالتعليمات حول كيفية الإجابة عن عبارات المقياس بدقة والإجابة عن جميع عباراتها بصدق وأمانة ، وقد امتدت فترة التطبيق 2023/2/10 إلى 2023 /3/15 .

### 2-4-4 الوسائل الإحصائية :

من اجل الوصول إلى تحقيق أهداف الدراسة الحالية استعان الباحثان بالحقيبة الإحصائية ( spss ) وهي متمثلة بالنسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ومعادلة كرو نباخ الفا ومعادلة جتمان.

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

### 3-1 اشتقاق معايير مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية

قام الباحث باشتقاق معايير الرتبة المئينية للدرجات الخام لمقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية ، لأنها من أكثر الطرق الإحصائية التي تستخدم لعرض المعايير في مجال القياس والتقويم في علم النفس الفرد، وكذلك لإعطائها صورة واضحة عن مركز الفرد النسبي في المجموعة التي ينتمي إليها، إنها سهلة الحساب ميسورة الفهم ويمكن استخدامها لكل أنواع الاختبارات، ومعيار الرتبة المئينية لقيمة معينة هو النسبة المئوية لمجموع التكرارات للقيم التي أقل من تلك القيمة بالنسبة إلى مجموع التكرارات الكلي، والرتبة المئينية عبارة عن درجة مشتقة يعبر عنها في ضوء نسب مئوية للمختبرين لتحديد مكان الفرد بالنسبة لتوزيع مجموعته من الدرجات الخام، وتم حساب الرتب المئينية للدرجات الخام والبالغ عددها (110) درجة باستخدام معادلة حساب الرتبة المئينية والجدول (2) يبين معايير الرتب المئينية.

## الجدول (2)

يبين الدرجات المعيارية والرتب المئينية لمقياس الممارسات القيادية وفقا للنماذج الإدراكية

ت	درجات خام	التكرارات	التكرار المتجمع الصاعد	الرتبة المئينية	الرتبة المئينية بعد التقريب
1	94	2	-2.32	26.75	2.5
2	100	1	-1.86	31.41	5
3	103	2	-1.63	33.74	7.5
4	105	1	-1.47	35.29	10
5	109	2	-1.16	38.39	12.5
6	110	2	-1.08	39.17	15
7	111	1	-1.01	39.95	17.5
8	112	3	-0.93	40.72	20
9	113	1	-0.85	41.50	22.5
10	114	1	-0.77	42.28	25
11	115	4	-0.69	43.05	27.5
12	116	3	-0.62	43.83	30
13	117	2	-0.54	44.60	32.5
14	118	5	-0.46	45.38	35
15	119	5	-0.38	46.16	37.5
16	120	6	-0.31	46.93	40
17	121	9	-0.23	47.71	42.5
18	122	3	-0.15	48.49	45
19	123	1	-0.07	49.26	47.5
20	124	1	0.00	50.04	50
21	125	4	0.08	50.82	52.5
22	126	3	0.16	51.59	55
23	127	4	0.24	52.37	57.5
24	128	5	0.31	53.14	60
25	129	4	0.39	53.92	62.5

65	54.70	0.47	1	130	26
67.5	55.47	0.55	3	131	27
70	56.25	0.62	7	132	28
72.5	57.03	0.70	2	133	29
75	57.80	0.78	5	134	30
77.5	58.58	0.86	4	135	31
80	59.35	0.94	1	136	32
82.5	60.13	1.01	2	137	33
85	60.91	1.09	2	138	34
87.5	61.68	1.17	1	139	35
90	62.46	1.25	2	140	36
92.5	63.24	1.32	2	141	37
95	64.01	1.40	1	142	38
97.5	64.79	1.48	1	143	39
100	67.12	1.71	1	146	40

### 2-3 وضع مستويات معيارية لمقياس الممارسات القيادية وفقا للنماذج الإدراكية

"ان المعايير معلومات تدلنا على كيفية الاداء الفعلي للأفراد في حين ان المستويات معلومات تدلنا على ما يجب ان يؤديه الافراد" (مصطفى خلف عبد الجواد، 2009، 77)، وان المستوى المعياري هو المستوى الذي يجب ان يصله الافراد المختبرين لكي تعد اجاباتهم مقبولة (رجاء ابو علاء، 2006، 123)، وتحقيقا لما يراد من البحث قام الباحث بتحديد مستويات المقياس لأفراد عينة التقنين والبالغ عددهم (110) مشرف اختصاص ، وبهذا فقد تم تحديد المستويات معتمدا على المدى الحقيقي للمقياس ويتم ذلك عن طريق طرح القيمة العليا من القيمة الدنيا مقسوما على عدد المستويات لاستخراج طول الفئة، وبهذا تم تحديد (عدد المستويات لاستخراج طول الفئة، وبهذا تم تحديد (6) مستويات كما موضح في الجدول (3)

#### الجدول (3)

يبين حدود المستويات المعيارية والنسب المئوية والتكرارات لمقياس الممارسات القيادية وفقا

#### للنماذج الإدراكية

ت	المستويات	التقديرات	التكرارات	النسبة المئوية
1	102-94	ضعيف جدا	3	%2.72

2	111-103	ضعيف	8	7.27%
3	120-112	مقبول	30	27.27%
4	129-121	متوسط	34	30.90%
5	138-130	جيد	27	24.54%
6	139- فما فوق	جيد جداً	8	7.27%
			110	100%

من خلال الجدول (3) يتبين ان اعلى تكرار متحقق للعينة على مقياس الممارسات القيادية وفقا للنماذج الإدراكية للمستوى الاول، وهو (متوسط)، فقد حصل على (34) تكرارا بنسبة مئوية مقدارها (30.90%)، والمستوى الثاني هو (مقبول) حصل على (30) تكرارا بنسبة مئوية مقدارها (27.27%)، المستوى الثالث هو (جيد) حصل على (27) تكرار بنسبة مئوية مقدارها (24.54%)، والمستوى الرابع هو (ضعيف) حصل على (8) تكرار بنسبة مئوية مقدارها (7.27%)، والمستوى الخامس هو (جيد جدا) حصل على (8) تكرارا بنسبة مئوية مقدارها (7.27%)، والمستوى السادس هو (ضعيف جدا) حصل على (3) تكرار وينسبة مئوية بلغت (2.72%) وهذا يشير إلى ان قيم مستوى الممارسات القيادية وفقا للنماذج الإدراكية للمشرفين الاختصاص كانت متوازنة ، ويعزو الباحث سبب حصول المشرفين الاختصاص المستوى المتوسط يعود إلى ان المشرفين الذين وقعوا في هذا المستوى هم يمثلون النسبة الأكبر بين المشرفين الاختصاص يركزون خلال العمل على بعض محاور الأشراف وابتعادهم عن بعض الجوانب الشرفية ويؤدي ذلك إلى إداء روتيني للواجبات والأعمال بطريقة تفنقد إلى الرغبة والقدرة على العمل بفاعلية ونشاط ، يرى الباحث ضرورة دمج الخبرة العملية للمشرف مع الدراسات التي توضح عمل المشرف الاختصاص من اجل الوصول إلى حالة التكامل بين الجانبين العمل والنظري الأمر الذي يظهر مستوى الأشراف العالي ويتف مع ذلك ( ياسين عبد الصمد ،2016،18) " انه ليست المسألة كون المشرف عاما او مختصا حتى يصل إلى القمة أو الفاعلية المطلوبة .. وإنما المسألة تتعلق في ماذا كانت لهذا المشرف القدرة والرغبة وسعة الاطلاع والمبادرة في مجال الأشراف

ويعزو الباحث سبب حصول المشرفين الاختصاص على المستوى (مقبول ) إلى ان البعض القليل من المشرفين الاختصاص لا يعملون وفقا للأسس والمبادئ التي من شأنها ان ترتقي بمستوى العملية الإشرافية وذلك لأسباب متعددة منها التكليف المستمر للمشرف بواجبات أخرى إضافة إلى أسباب شخصية تخص المشرف نفسه الأمر الذي يؤدي إلى ابتعاد المشرف عن الهدف المراد تحقيقه وتؤثر سلبا على الأداء العامة للأشراف ، يرى (جمال محمد حسين وآخرون،2018، 116-135) ضعف مسايرة الممارسات القيادية المشرفين الاختصاص للتغيرات السريعة والمتلاحقة وغياب فهم الأساليب الإدارية المعاصرة لدى الغالبية منهم، مما جعلهم يتمسكون بتبني الأنماط والأساليب القيادية التقليدية في عملهم .

ويعزو الباحث سبب حصول المشرفين الاختصاص على المستوى ( جيد ) إلى اهتمام هؤلاء المشرفين بمبادئ الأشراف ومراعاتها واعتبارها أساسا يعتمدون عليها في عملهم ومن خلال خبراتهم المتراكمة في مجال تخصصهم العلمي واختيارهم لهذه المهمة وفقا معايير لامتلاكهم قابليات مختلفة مع اختلاف شخصياتهم ، وهذا ما يؤكد (منذر هاشم الخطيب و صبيح عبدالمنعم، 1984، 251 ) " ان الأشراف يتضمن أثارة اهتمام المشرفين بالنمو المهني واختيار ومراجعة الأهداف التربوية وأدوات التعليم وطرق التدريس ."

ويرى الباحث ضرورة الاهتمام بتطوير الممارسات القيادية لمشرف الاختصاص باستمرار ورفع كفاءته المختلفة، وإكسابه الخبرات، والمهارات، والقدرات اللازمة، وتوفير فرص التعليم، والتدريب الملائمة، وإطلاعهم باستمرار على جميع المتغيرات والمستجدات المحيطة ، مما يساهم في تطوير أدائه نحو الأفضل ، ويجعله قادرا على قيادة المواقف التربوية المختلفة وتنظيمها ، ويجعله قادرا على إداء أدواره القيادية بكفاءة وفعالية ، مما يزيد من فاعليته ، ويساعده على الوصول إلى معايير عالية من الجودة والإنجاز .

و يرى الباحث أن التباين في هذه المستويات لمقياس الممارسات القيادية وفقا للنماذج الإدراكية إلى ان اغلب المشرفين لا يظهرون صفات قيادية بارزة خلال عملهم وقد يكون السبب في ذلك يعود إلى طبيعة شخصية المشرف او اعتماده على أساليب تقليدية معاكسة للتطور ، وهذا ما يؤكد ( نعيم نصير، 1987، 11 ) من ان " الممارسات القيادية هي عملية تفاعل اجتماعي لا يمكن ان يتم في الفراغ وإنما يلزم أطارا من العلاقات والتفاعلات الاجتماعية بين عدد من الأفراد الذين يشكلون جماعة لكي يتبلور من خلالها الدور القيادي ، ولكي يتحدد التأثير والتأثر الذي تتم من خلالها العمليات الاجتماعية.

وهنا يتضح أن الممارسات القيادية وفقا للنماذج الإدراكية تتضمن عمليات ضمنية مرتبطة بالأنشطة الأساسية للقيادة كالحوار والعلاقات الإنسانية والتواصل بأشكاله والذي يجري بين المشرفين الاختصاص ، وتحفيزهم على التعاون والعمل المشترك، وتمكين المشرفين ، وتحقيق أقصى استثمار للموارد المادية والبشرية، بهدف تطوير ممارستها وتحسينها وتطويرها جميعا لما لذلك من انعكاسات إيجابية على العملية التربوية وتحقيق أهداف المؤسسة.

ويرى (أبو زعيتر، 2009، 3) أن المشرف الاختصاص يواجه العديد من المشكلات التي تتطلب ممارسات قيادية في التعامل معها، وقدرات تحليلية متعددة تختلف باختلاف تلك المشكلات من حيث درجة تعقيدها ومن حيث تأثيرها على اداء المشرف الاختصاص والمؤسسة التربوية معا، هذه الممارسات والقدرات التحليلية والفكرية ترتبط غالبا بشخصية المشرف الاختصاص التي تميزه من غيره وتشكل الاطار العام لا سلوكه في تطبيق ممارساته القيادية، لهذا فان من المفضل بان كل من

يشغل هذه الوظيفة يمتلك عدداً من الممارسات القيادية والتي تختلف من مشرف إلى آخر  
( Almudarra, J. B,2017,34-47 ) .

لذا يمكن النظر إلى الأشراف الاختصاص بعده عملاً قيادياً يعتمد على تقديم النصائح والتوجيه والإرشاد، فهو يعد مهمة قيادية يقوم بها المشرف القائد مما يتطلب المامه بالمفهوم الوظيفي للممارسات القيادية وان تكون رؤيته واضحة وأهدافه وخطته محددة(الجنابي، صاحب عبد مرزوك، 2019) .

وتحدد أهم أهداف المشرف الاختصاص كقائد فعال في التأكد من سير العمل على وفق الخطط الموضوعية ، وتطبيق السياسة العامة وتقييم الأنشطة على وفق معايير الأداء المحددة ، وإيجاد التوافق بين جهود الأفراد، والعمل بروح الفريق، وحل المشكلات التي تعترض عملية التنفيذ ، فضلاً عن توفير مناخ فكري ونفسي إيجابي والتشجيع على العمل الجماعي المنظم بشكل فعال .

#### 4- الخاتمة :

يمتلك مشرفو اختصاص التربية الرياضية في المديرية التربوية العامة في العراق مستويات متباينة بين العالية والعالية جداً من الممارسات القيادية ، يوصي الباحث ضرورة الحرص على الممارسات القيادية بين مشرفين اختصاص تربية رياضية مما يعطي قيمة إضافية إلى قيمتهم الحقيقية، يتمتع المشرفون الاختصاص بمستوى عال في مجالات البحث في ضوء المعالجات الإحصائية لنتائج التي عرضت وحلت ونوقشت، توصل الباحث إلى تقنين مقياس الممارسات القيادية للمشرفين الاختصاص ، يوصي الباحث ضرورة زيادة اهتمام المشرفين الاختصاص بالممارسات القيادية ، وضرورة تبني المشرفين الاختصاص سياسات وإجراءات تدعم الأشراف الاختصاص ، وإقامة ندوات علمية ودورات تطويرية للمشرفين الاختصاص عن الممارسات القيادية .

#### المصادر العربية:

- عبدالوهاب المسيري(2001): رحلتي الفكرية ، ط1 ، دار الشروق ، القاهرة ، مصر .
- مصطفى خلف عبد الجواد(2009): الاحصاء الاجتماعي، المبادئ والتطبيقات، ط1، دار الميسرة للطباعة للنشر والتوزيع ، الاردن .
- رجا ابو علام(2006) : التحليل الاحصائي للبيانات باستخدام spss، ط2، دار النشر للجامعات، القاهرة ، مصر .
- ياسين عمر عبدالصمد(2006): حلقة في الاشراف التربوي ، كلية شط العرب ، جامعة البصرة .
- جمال محمد حسين ، وآخرون (2018): متطلبات تطوير إدارة المدرسة الثانوية العامة في مصر لمواجهة تحديات العولمة ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها .



- منذر هاشم الخطيب وصبيح عبدالمنعم (1984): خدمات اجتماعية للشباب مطبعة بغداد ، جامعة بغداد،
- نعيم نصير(1987): القيادة في الادارة العربية وموقعها من النظريات المعاصرة والتراث العربي والاسلامي ،المطابع التجارية ، عمان .
- ابو زعيتر، منير حسن (2009): درجة ممارسة مديري المدارس الثانوية بمحافظة غزة للمهارات القيادية وسبل تطويرها، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة السالمية، فلسطين.
- الجنابي، صاحب عبد مرزوك(219) : استراتيجيات القيادة والإشراف، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ،عمان . ميخائيل ،أمطوس(2001) : القياس والتقويم في التربية الحديثة ، مطبعة نفخة أخوان، دمشق ، سوريا .
- أبو مغلي ، سمير سلامة ، عبد الحافظ(2010):القياس والتشخيص في التربية الخاصة ، دار اليازوري للطباعة والنشر ، عمان ،الاردن.
- زكريا ، محمد الظاهر ، واخرون (2002) : مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ،الاردن.

#### المصادر الاجنبية

- Henry, G.T, & Bastian, K.C.(2015). *Measuring up: The National council on Teacher Quality's ratings of teacher preparation programs and measures of the teacher performance Education policy Initiative at Carolina*.7. Retrieved from.
- Almudarra, J. B. (2017). *Leadership and Supervision in Saudi Arabian Educational Context, International Journal of Developing and Emerging Economies, Vol. (5), No. (11), pp.34-47.*

#### الملحق (1)

أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تم عرض استمارات المجالات والعبارات عليهم

ت	الاسم	اللقب	التخصص	مكان العمل	المجالات	المقالات	المقابلية
1	وليد خالد همام	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة الموصل-كلية التربية الأساسية - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	✓	✓	✓
3	نصير قاسم خلف	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	✓	✓	✓
2	رياض أحمد أسماعيل	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة الموصل-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	✓	✓	✓
4	يسار صباح جاسم	أ.د.	علم النفس الرياضي	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	✓	✓	✓
5	خالد اسود لايف	أ.د.	الادارة	جامعة المثنى-كلية التربية البدنية وعلوم	✓	✓	✓

الرياضة	الرياضية	الرياضة	الرياضية	الرياضة	الرياضية
✓	✓	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي	أ. د	مسلم حسب الله ابراهيم
✓	✓	جامعة ديالى-كلية التربية الأساسية - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	الإدارة الرياضية	أ.د.	محمد فاضل مصلح
✓	✓	جامعة ميسان-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي	أ.م.د.	فاضل باقر مطشر
✓	✓	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	الإدارة الرياضية	أ.د.	عثمان محمود شحادة
✓	✓	جامعة ديالى-كلية التربية الأساسية - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	الإدارة الرياضية	أ.م.د.	عدي كريم رحمان

## الملاحق (2)

يبين مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية المكون من (40) عبارة المعروض على عينة التقنين مع ورقة التعليمات

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا/الماجستير

اخي المشرف /اختي المشرفة .....

تحية طيبة ...

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم (تقنين مقياس الممارسات القيادية وفقاً للنماذج الإدراكية للمشرفين الاختصاص في المديرية العامة للتربية في العراق) ولكونكم عينة البحث المقصودة نضع بين أيديكم الكريمة بعض العبارات التي لها علاقة مباشرة بمجال عملكم آمليين الإجابة بحسب ما ترونه مناسباً.

تعليمات المقياس : يرجو الباحث منكم قراءتها بعناية ، من أجل الإجابة الدقيقة عن عباراته .

1- عدم كتابة الاسم .

2- إن إجاباتكم ستحظى بسرية تامة ولن يطلع عليها احد سوى الباحث .

3- ضرورة الإجابة بصراحة ودقة على العبارات .

4- عدم ترك أي عبارة من العبارات الاستمارة بلا إجابة .

5- وضع علامة صح في الحقل الذي يمثل إجابتك أمام كل عبارة .

6- وضع اجابة واحدة فقط لكل عبارة .

مع فائق الشكر والتقدير ...

الباحث

## عبارات المقياس المطبق على عينة التقنيين والمكون من (40) عبارة

ت	العبارات	اتفق بشدة	اتفق	اتفق إلى حد ما	لا اتفق	لا اتفق بشدة
1	تسعدك دائما المخاطرة بنفسك في تحقيق النجاح					
2	اميل إلى الرؤية والتأمل في اتخاذ قراراتي					
3	اتحدث عن التوجيهات المستقبلية التي ستؤثر على كيفية تنفيذ عملنا					
4	لدي اجابات سريعة في بعض الاحيان عندما يكلمني الآخرون					
5	تطلب من الاخرين مشاركة حلم حالي عن المستقبل					
6	بشكل عام افكر قبل ان اقوم بأي خطوة قبل الاشراف					
7	اشعر بالقدرة على المواجهة عندما اتعرض للضغوط					
8	اقدم المقترحات للمسؤولين لمصلحة العمل					
9	أظهر للآخرين كيف ان مصالحهم طويلة الاجل يمكن ادراكها من خلال وضع رؤية عامة					
10	عدم قدرتي على اتخاذ القرار سبب في هبوط مستوى ادائي الاشرافي					
11	باستطاعتي ان اقتع الاخرين بأرائي وقراراتي					
12	احدد اهدافي المهنية والشخصية واجدها واطورها باستمرار					
13	اعمل على توحيد جهود مدرسي التربية الرياضية في المدرسة لتحقيق الهدف التربوي المشترك.					
14	استجيب لآرائهم في المنهج المعد ويحدد الأهداف إلى ذلك.					
15	أقوم بكل يوم بعمل شيء يقربني من اهدافي بعيدة المدى					
16	اسعى إلى تحقيق الاتصال مع مديرية الاشراف التربوي					
17	استخدم التكنولوجيا دائماً في المحاضرات النظرية مع مدرسين التربية الرياضية					
18	اركز على منع وقوع المشكلات اكثر من محاولة حلها عندما تقع					
19	ابذل قصارى جهدي في سبيل الوصول إلى اعلى المستويات الاشرافية					
20	اتحمل انتقادات زملائي المشرفين لي باعتزاز					
21	واجه الصعاب التي قد تصادفني خلال عملي كمشرف					
22	يسعدني ان اكون عادلاً ومرتزاً مع زملائي المشرفين					
23	لدي المرونة الكافية لوضع حلول عقلية لانها المهمة المكلف بها					
24	يرصد الاحتياجات المتوقعة ويعمل على توفيرها.					
25	لدي اهتمام قوي بمعرفة حياة الناس الناجحين					
26	لدي الروح العالية التي نادراً ماترتبط بالتفكير الخيالي					
27	لدي حس قوي في الاضواء والاستمرار في حل المشاكل بعد احتدامها					
28	ارى ان الافراد الذين لديهم حاجة قوية للإنجاز يأخذون دور القيادة					
29	الافراد ذوي الدافع القوي للإنجاز مخططين جيدين					
30	لدي القدرة على ابتكار افكار جديدة في مجال عملي					

31	استطيع ان اكون دائماً شخصاً مقدماً
32	لا يمكن للمؤسسة التربوية ان تكون عظيمة بدون رؤية واضحة
33	تطوير المهارات والمعرفة يساعد في تحقيق التقدم
34	يدعم القرارات التي يتخذها الأشخاص بأنفسهم
35	عندما اخطط لانجاز عمل ما فاني لدي الثقة العالية بانجازه
36	يمنح الأشخاص مساحة كبيرة من الحرية والاختيار في تحديد كيفية القيام بأعمالهم .
37	اتمتع بروح عالية مع زملائي المشرفين كافة
38	من السهل علي مجاملة الناس الاخرين
39	يجيد طريقة التوجيه المناسب في الوقت المناسب
40	أجتمع مع مدرسي التربية الرياضية وإدارة المدرسة بصورة منتظمة خلال الزيارات الإشرافية.

بناء مقياس تنمية إدراك الذات الاجتماعية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

*Building a social self-perception development scale for students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences / Diyala University*

فiras عبدالمعظم عبدالرزاق

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

*Prof. Dr. Firas Abdel Moneim*

*Abdel Razzaq*

*College of Physical Education and Sport Sciences*

ماجد علي خليل

مديرية تربية ديالى

*Majid Ali Khalil*

*Diyala Education Directorate*

*Majedkhalil473@gmail.com*

الكلمات المفتاحية: مقياس - إدراك الذات الاجتماعية

**Keywords: measure - social self-perception**

**ملخص البحث**

يهدف البحث الحالي على بناء مقياس إدراك الذات الاجتماعية لطلبة المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وقام الباحث ببناء مقياس إدراك الذات الاجتماعية معتمدا على النظريات التي فسرت إدراك الذات الاجتماعية اذ بلغت عينة بناء المقياس (130) طالب اذ تم تطبيق المقياس على الطلبة واستخراج الأسس العلمية من صدق التحليل الاحصائي للفقرات كصدق المحتوى وصدق البناء باعتماد طريقة القوة التمييزية للفقرات والاتساق الداخلي وصدق التحليل العاملي كذلك التحقق من الثبات بطريقة معامل الفاكرونباخ، توصل الباحث بعد اجراء التحليل العاملي الى اشتقاق (7) عوامل بعدد فقرات (34) موزعة على العوامل السبعة، وأوصى الباحث باستخدام المقياس الذي بناه الباحث لقياس إدراك الذات الاجتماعية لدى طلبة المراحل المختلفة.

**Abstract:**

*The current research aims to build a scale of social self-perception for first-stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences. The researcher built a scale of social self-realization based on the theories that explained social self-perception. The sample of the scale was (130) students. The scale was applied to the students and the scientific bases were extracted from the validity of the statistical analysis of the items such as the validity of the content and the validity of the structure by adopting the method of discriminatory strength of the items, internal consistency and the validity of the factor analysis. As well as verifying the stability by the method of Cronbach's alpha coefficient. After conducting the factor analysis, the researcher reached the derivation of (7) factors with a number of (34) items distributed among the seven factors, and the*

researcher recommended using the scale that the researcher built to measure social self-perception among students of different stages.

## 1- المقدمة:

إن علم النفس الرياضي التطبيقي هو اتجاه علمي حديث يأخذ بيد الرياضيين، ومنهم طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، نحو ممارسة واقعية وتطبيقية ناجحة تشارك في تحليل وتفسير الاضطرابات النفسية التي يمكن أن يعانون منها، ومن الجدير بالذكر أنّ للذات عدة تحديدات ومفاهيم، تأتي من اتساع هذا المفهوم الذي هو تنظيم إدراكي وانفعالي موحد يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل، لذا فإن تنمية إدراك الذات الاجتماعية يُعد قضية تربوية واجتماعية وأخلاقية ودينية وقيمة تستدعي الاهتمام بها داخل المؤسسات الاجتماعية بشكل عام، والمؤسسات التربوية خاصة (الخالدة، 1987، ص11)، إن علم النفس الرياضي التطبيقي هو اتجاه علمي حديث يأخذ بيد الرياضيين، ومنهم طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، نحو ممارسة واقعية وتطبيقية ناجحة تشارك في تحليل وتفسير الاضطرابات النفسية التي يمكن أن يعانون منها من خلال: وضع البرامج النفسية والإرشادية الملائمة بالاعتماد على النظريات المعرفية ذات العلاقة.

ان الطلبة عند شروعهم في الدوام ومفردات المحاضرات ينتاب الكثير منهم التردد والحيرة والخوف والقلق من أداء بعض المهارات والفعاليات الموجودة في محاضرات المواد الدراسية ولا سيما خلال الدروس العملية التي تحتاج الى أداء مهارات حركية وبدنية معينة وان الطالب في المرحلة الجامعية يواجه تغيرات جسمية وعقلية، واجتماعية تختلف عما في المراحل الدراسية التي سبقت وان كل هذه التغيرات من شأنها ان تخلق جوا من الاريك وعدم الارتياح لما سوف يواجهه الطالب في المرحلة القادمة وخصوصا من الناحية النظرية من خلال المحاضرات النظرية ومن الناحية والبدنية والمهارية من خلال المحاضرات والفعاليات العملية وان كل ما تقدم من عمليات سكيولوجية.

**هدف البحث:** يهدف البحث الى بناء مقياس ادراك الذات الاجتماعية لدى طلبة السنة الدراسية الأولى لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## 2- إجراءات البحث:

**1-2 منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لأنه أكثر ملائمة

لطبيعة المشكلة وتحقيق أهداف الدراسة.

## 2-2 مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث في الدراسة الحالية من طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى والبالغ عددهم (240) طالبا وطالبة حسب خطة القبول السنوية استنادا الى الإحصائية التي تم الحصول عليها من شعبة التسجيل في الكلية.

وقد تم اختيار عينة البحث من ضمن مجتمع البحث حيث تكونت عينة بناء مقياس إدراك الذات الاجتماعية والبالغ عددهم (150) طالبا مقسمين على (20) عينة استطلاعية و(130) طالبا عينة بناء،

**2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة:** يقصد بالأداة الوسيلة التي يجمع الباحث بوساطتها البيانات والمعلومات المطلوبة، والأدوات التي استعان بها الباحث في بحثه الحالي وهي:

- حاسوب لابتوب، حاسبة يدوية، شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، استمارات جمع البيانات وتفرغها، فريق العمل المساعد.

#### **2-4 إجراءات بناء المقياس:**

وتتضمن إجراءات بناء المقياس الخطوات التي اتبعت في البناء والتي تنطلق من أسس ومبادئ وتخضع لخطة عمل محكمة تتحدد بها مسبقا جملة من المراحل والخطوات والإجراءات التنفيذية اللازمة ومن أسس بناء المقياس: (ميخائيل:2016:56)

2-4-1 الغرض من بناء المقياس

2-4-2 تحديد الظاهرة المطلوب قياسها

2-4-3 تحديد ابعاد المقياس

2-4-4 اعداد الصيغة الأولية لفقرات المقياس

2-4-4-1 اعداد فقرات المقياس

حدد الباحث ابعاد المقياس ووضع تعريف مناسب لكل منها، قام بكتابة الفقرات معتمدا على المصادر العربية والدراسات السابقة لغرض الاستفادة منها.

#### **2-4-4-2 صلاحية الفقرات**

بعد ان اكتمل المقياس بصيغته الأولية والذي يشتمل على (60) فقرة فيها عبارات إيجابية وأخرى سلبية موزعة على (6) ابعاد ولغرض التأكد من صحة الفقرات لغويا قام الباحث بعرضها على مختص في اللغة العربية لغرض تقويمها لغويا، ثم عرضت الفقرات على مجموعة من الخبراء لغرض الحكم على صلاحيتها من حيث وملاءمتها لقياس ابعاد الذات الاجتماعية، وقد اقترح السادة الخبراء مجموعة من الملاحظات كتعديل بعض الفقرات ونقل قسم منها الى ابعاد أخرى.

وكذلك التحقق من ميزان التقدير الخماسي الذي تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين، إذ أعطيت بدائل الإجابة الخمسة ((دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) وتكون الدرجة (1,2,3,4,5) للعبارات الإيجابية والدرجات (1,2,3,4,5) للعبارات السلبية وبذلك تكون اعلى درجة، وتحليل آراء السادة الخبراء احصائيا استخدم الباحث اختبار(كا2)

#### 2-4-4-3 اعداد تعليمات المقياس:

تم إعداد تعليمات المقياس وقد حددت التعليمات طريقة الإجابة عن عبارات المقياس، والتأكيد على عدم ذكر الاسم، وان إجاباتهم ستستخدم للأغراض البحث العلمي فقط وطلب من الأفراد الإجابة بدقة وبكل صراحة على عبارات المقياس وعدم ترك اي عبارة واجابتهم ستحظى بسرية تامه، وبذلك اصبح المقياس بمجالاته الستة وعباراته البالغة (60) عبارة التي كتبت بشكل مجتمع بدون ذكر اسم المجالات جاهزا، تمهيدا لإجراء التجربة الاستطلاعية عليه.

#### 2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة والبالغ عددها (20) طالبا يمثلون عينة البحث الاستطلاعية والتي تكونت من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى، وذلك بالساعة التاسعة من صباح يوم الثلاثاء الموافق 2022/1/11

#### 2-6 التجربة الرئيسية (تطبيق المقياس):

تم تطبيق مقياس إدراك الذات الاجتماعية لطلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى بصيغته النهائية وتم ذلك في يوم الاحد المصادف 2022/1/16 على عينة مكونة من (130) طالبا من طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى.

#### 2-7-1 الأسس العلمية لبناء المقياس:

2-7-1-1 صدق المقياس: تحقق الباحث من صدق المقياس بمؤشرين للصدق هما:

#### 2-7-1-1-1 صدق المحتوى:

تحقق هذا النوع من الصدق عندما تم عرض مجالات وعبارات مقياس القيم الشخصية على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي لإقرار صلاحية المجالات وعبارات المقياس ومدى تمثيل هذه العبارات للمجالات التي يقيسها، وبذلك تم حذف المجالات والعبارات غير الصالحة والإبقاء على المجالات والعبارات الصالحة التي حصلت على تأييد اغلب الخبراء والمختصين، وبذلك تم التحقق من صدق المحتوى.

#### 2-7-1-2 صدق البناء:

إن صدق البناء هو أكثر أنواع الصدق تمييزا لمفهوم الصدق الذي يسمى أحيانا بصدق المفهوم أو صدق التكوين الفرضي، لأنه يؤشر مدى قياس المقياس لتكوين فرضي أو مفهوم نفسي معين (الكبيسي، 2007م، ص67)

إذ يقصد بصدق البناء، الدرجة التي يقيسها المقياس لبناء افتراضي معين (Gay ,L,R ,1986.P168)



ويعد هذا النوع من الصدق من أكثر أنواع الصدق ملائمة لبناء المقاييس لأنه يعتمد التحقيق التجريبي من مدى تطابق درجات العبارات مع الخاصية أو المفهوم المراد قياسه (الزوبعي واخرون، 1984م، ص43) ولتحقيق صدق البناء استخدم الباحث الطرائق الآتية:

### 2-1-7-2 الصدق التمييزي (المجموعات المتطرفة):

ان الهدف من تحليل عبارات المقياس هو تحسين نوعية الاختبار وذلك من خلال اكتشاف ضعف جوانب العبارة ومن ثم العمل أما على إعادة صياغتها أو استبعادها ان لم تكن صالحة ( Webwr, 1992,p214)

والقوة التمييزية تعني قدرة العبارة على التميز بين الأفراد ذوي المستويات العليا والأفراد ذوي المستويات الدنيا بالنسبة للسمة التي تقيسها العبارة وهذا يعد دليلاً على صدق البناء (أميرة حنا، 2001م، ص55)

وقد تحقق هذا المؤشر عندما حسبت القوة التمييزية للعبارات باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين، إذ تم الإبقاء على العبارات المتميزة واستبعاد العبارات الضعيفة.

إذ عدت عينة البحث الرئيسة البالغة (130) فرداً هي عينة التمييز، ثم وزعت استمارات المقياس لكل فرد من أفراد العينة، وبعد الانتهاء من الاستجابة جمعت الاستمارات، وصححت إجابات أفراد العينة على مقياس إدراك الذات الاجتماعية وحددت الدرجة الكلية التي حصل عليها كل فرد ورتبت الدرجات تنازلياً، ثم اختيرت نسبة (27%) من الدرجات العليا، و(27%) من الدرجات الدنيا لتمثلاً للمجموعتين المتطرفتين، إذ كان عدد الأفراد في المجموعتين العليا والدنيا مساوياً (35) فرداً لكل مجموعة بعد ذلك تم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المجموعتين في كل محور من محاور المقياس وتطبيق اختبار (T. test) للعينات المستقلة للتعرف الدلالة الإحصائية للفرق بين المجموعتين العليا والدنيا من خلال مقارنته بمستوى دلالة (0.05).

تم استبعاد (14) عبارة إذ ان مستوى دلالتها أكبر من (0,05) فأصبح المقياس يتكون من (46) عبارة.

### 2-2-1-7-2 معامل الاتساق الداخلي:

يعد الاتساق الداخلي النوع الأكثر شيوعاً في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة، فهو يتحقق عندما تكون القدرة أو الصفة المراد قياسها تشتمل على اختبارات متعددة وحاصل جمع درجات هذه الاختبارات الفرعية تعطي صورة على درجة الاختبار ككل وكما كان معامل ارتباط درجات الاختبار الفرعية بالدرجة الكلية للاختبار عالياً دل على توافر الاتساق الداخلي للاختبار ككل (علاوي، رضوان، 2000م، ص271)

ويعد ارتباط درجة العبارة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشر لصدق العبارة، ويعد هذا مؤشراً لتجانس العبارات في قياسها للظاهرة السلوكية (التمييزي، 2007م، ص71) . إذ يعد المجموع الكلي للمقياس بمثابة قياسات محكية آنية من خلال ارتباطها بدرجات الأفراد على العبارات، ومن ثم فإن ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للمقياس يعني ان العبارة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية (عوض، 1990م، ص57) تم استبعاد (7) عبارات غير دالة عند نسبة خطأ (0,05). فأصبح المقياس يتكون من (6) مجالات و (39) عبارة، وأيضا تم حساب معامل ارتباط درجة كل عبارة بمجالها الذي تنتمي اليه العبارة باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وتم استخراج الاتساق الداخلي حسب المجالات المعتمدة إذ كانت جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0,05).

### 2-7-1-3 الصدق العاملي:

وهو طريقة إحصائية تهدف إلى تحليل مجموعة من معاملات الارتباط إلى عدد اقل من العوامل، ويمكن عن طرائق تحديد العوامل المسؤولة عن السلوك، فبدلا من تعددها وتشعبها تصبح محدودة نسبيا، ويعد الصدق العاملي أحد المؤشرات المهمة في تحديد صدق البناء والذي يمكن التوصل إليه باستخدام التحليل العاملي (فرج، 2007م، ص269) ومن اجل تحقيق هدف البحث، تم ترشيح (39) عبارة للتحليل العاملي موزعة على (6) مجالات بعد التأكد من سلامتها وذلك باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، ويشير أسامة عبود (اسامة عبود، 2016، ص85) نقلا عن (أسامة ربيع امين 2008) يتبع الباحث هذا المنهج الإحصائي من أجل تحديد كفاءة عبارات المقياس في قدرتها على قياس ما وضعت لقياسه لدى عينة البحث وكذلك تحديد كفاءة مجالات المقياس المكونة لمفهوم إدراك الذات الاجتماعية لطلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى وهل هو متعدد المجالات ام يشمل مجال واحد فقط، إذ تم إخضاع (130) استمارة تحتوي على (39) عبارة للتحليل العاملي، علما أن تسلسل العبارات نفسه من الاستمارة الموزعة على العينة فقط تم حذف العبارات غير الدالة وهي (2-4-6-9-10-11-12-13-14-18-23-25-26-37-40-42-45-48-50-53-56).

### 2-7-2 ثبات المقياس:

ومن اجل التأكد من ثبات مقياس إدراك الذات الاجتماعية استخدم الباحث معامل الفاكرونباخ: تُعد طريقة الفاكرونباخ من أكثر مقاييس الثبات استخداما لكونها تعتمد على قياس معامل ارتباط العبارات مع بعضها البعض ومع درجة المقياس الكلية ويسمى التجانس الداخلي الذي يشير إلى قوة الارتباطات بين العبارات في الاختبار، وتعتمد هذه الطريقة على مدى ثبات اداء الفرد لجميع عبارات المقياس (تورندايك و هيجن، ترجمة: الكيلاني وعدس، 1989، ص79)، ولحساب الثبات بهذه الطريقة لمقياس القيم الشخصية اعتمد الباحث على عينة بناء المقياس الصالحة للعمل

الاحصائي والبالغه (130) فرد، وعند حساب معامل الثبات اتضح أنها تبلغ (0.760) وهي قيمة ممتازة في بحوث التربية الرياضية، ومعامل ثبات عال وموثوق به ويمكن اعتماده.  
2-8 الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SpSS) في معالجة البيانات.

3 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض النتائج والمؤشرات الإحصائية:

3-1-1 التحليل العاملي:

3-1-1-1 العوامل الأولية قبل التدوير لعبارات مقياس إدراك الذات الاجتماعية:

تمخضت نتائج التحليل العاملي المباشر باستخدام طريقة المكونات الأساسية عن بلورة (9) عوامل وهذه العوامل تسمى بالعوامل المباشرة، إي إننا لا نستطيع تفسيرها إلا إذا تم تدويرها، وتدوير العوامل هو " عملية قائمة على أسس رياضية تهدف أساساً إلى تحقيق تركيب بسيط لمصفوفة النموذج بيت ترفع قيمة التشعبات الكبيرة وتقلل قيمة التشعبات الصغيرة (خريبط:1992: 65) في الجدول (1) يبين مصفوفة العوامل قبل التدوير لعبارات مقياس إدراك الذات الاجتماعية وكذلك يتضمن التباين المفسر (الاشتراكيات) لكل عبارة من عبارات المقياس اي مقدار ما فسرت واشتركت في تمثيل مقياس إدراك الذات الاجتماعية.

### الجدول (1)

يبين مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس إدراك الذات الاجتماعية

مصفوفة العوامل قبل التدوير										التباين المشترك	العبارات
9	8	7	6	5	4	3	2	1			
0.883	0.155	0.117	0.034	0.343	0.323	0.032	0.192	0.162	0.747	1ع	
0.942	0.122	0.024	0.317	0.303	0.179	0.424	0.646	0.318	0.058	3ع	
0.916	0.028	0.372	0.084	0.162	0.312	0.121	0.480	0.413	0.480	5ع	
0.895	0.087	0.443	0.235	0.170	0.015	0.159	0.099	0.479	0.585	7ع	
0.713	0.183	0.372	0.086	0.220	0.047	0.457	0.469	0.220	0.076	8ع	
0.857	0.132	0.318	0.067	0.358	0.298	0.444	0.405	0.389	0.068	15ع	
0.900	0.200	0.012	0.171	0.314	0.397	0.197	0.302	0.626	0.230	16ع	
0.838	0.307	0.041	0.046	0.095	0.122	0.403	0.151	0.239	0.689	17ع	
0.872	0.070	0.005	0.212	0.195	0.155	0.013	0.506	0.595	0.386	19ع	
0.823	0.182	0.213	0.182	0.077	0.160	0.193	0.230	0.313	0.701	20ع	
0.842	0.028	0.149	0.384	0.050	0.308	0.129	0.044	0.458	0.588	21ع	
0.838	0.029	0.363	0.192	0.042	0.003	0.087	0.637	0.198	0.463	22ع	
0.890	0.050	0.030	0.176	0.171	0.036	0.198	0.431	0.309	0.710	24ع	
0.902	0.215	0.143	0.323	0.477	0.155	0.355	0.011	0.039	0.593	27ع	

0.828	0.130	0.278	0.228	0.025	0.199	0.205	0.267	0.311	0.657	28ع
0.798	0.089	0.071	0.446	0.229	0.066	0.637	0.191	0.031	0.293	29ع
0.775	0.017	0.140	0.165	0.039	0.158	0.257	0.308	0.593	0.434	30ع
0.906	0.067	0.183	0.137	0.025	0.048	0.217	0.677	0.565	0.148	31ع
0.829	0.194	0.067	0.060	0.185	0.118	0.438	0.501	0.383	0.381	32ع
0.830	0.193	0.004	0.389	0.015	0.091	0.466	0.037	0.148	0.627	33ع
0.867	0.010	0.108	0.313	0.273	0.252	0.288	0.149	0.142	0.703	34ع
0.860	0.273	0.152	0.169	0.098	0.344	0.380	0.351	0.253	0.523	35ع
0.783	0.257	0.181	0.072	0.030	0.118	0.244	0.109	0.327	0.697	36ع
0.799	0.093	0.127	0.144	0.203	0.112	0.312	0.146	0.191	0.738	38ع
0.822	0.064	0.040	0.100	0.255	0.032	0.354	0.141	0.261	0.726	39ع
0.867	0.217	0.137	0.218	0.574	0.173	0.152	0.567	0.145	0.168	41ع
0.829	0.203	0.147	0.193	0.215	0.172	0.218	0.120	0.074	0.766	43ع
0.831	0.142	0.117	0.014	0.231	0.254	0.033	0.286	0.771	0.032	44ع
0.829	0.034	0.054	0.050	0.003	0.014	0.123	0.440	0.301	0.723	46ع
0.819	0.035	0.063	0.313	0.210	0.283	0.309	0.377	0.575	0.152	47ع
0.886	0.158	0.391	0.142	0.325	0.076	0.442	0.593	0.070	0.156	49ع
0.871	0.244	0.006	0.033	0.104	0.209	0.007	0.010	0.515	0.700	51ع
0.823	0.160	0.024	0.016	0.088	0.018	0.227	0.508	0.057	0.690	52ع
0.734	0.279	0.091	0.294	0.032	0.234	0.133	0.230	0.013	0.660	54ع
0.807	0.102	0.196	0.141	0.123	0.590	0.052	0.389	0.140	0.449	55ع
0.897	0.125	0.123	0.378	0.001	0.478	0.314	0.070	0.283	0.558	57ع
0.664	0.085	0.057	0.301	0.179	0.102	0.259	0.004	0.637	0.218	58ع
0.762	0.333	0.124	0.205	0.192	0.323	0.285	0.174	0.143	0.566	59ع
0.778	0.271	0.211	0.008	0.125	0.330	0.125	0.131	0.151	0.692	60ع
	1.094	1.376	1.808	1.834	2.079	3.246	4.826	5.073	11.266	القيمة العينية
	2.806	3.527	4.637	4.703	5.331	8.324	12.37	13.00	28.887	التباين المفسر
							5	7		
	83.59	80.79	77.26	72.62	67.92	62.59	54.27	41.89	28.887	التباين
	7	2	5	7	5	4	0	4		التراكمي

الجدول في اعلاه تبين أنّ اغلب العبارات قد تركز تشعبها على العامل الأول وهذا لا يمكن تفسيره الا بعد التدوير المتعامد ( varimax ) من اجل توزيع التشعبات للعبارات على جميع العوامل بشكل متقارب.

### 3-1-1-2 العوامل الأولية بعد التدوير لعبارات مقياس إدراك الذات الاجتماعية:

استخدم الباحث طريقة التدوير المتعامد بأسلوب الفاريماكس ( varimax ) لكاييزر ( kisser ) بغية الوصول إلى العامل البنائي البسيط ( Simple structure ) لثريستون ( فرج، 2007م، ص122)، إذ ان العوامل الدالة هي التي يساوي جذرها الكامن الواحد الصحيح على الاقل وفقا

لمحك كايزر (حسنين، 1983م، ص 147) بعد ان تم تدوير العوامل بأسلوب الفاييرماكس من اجل الحصول على التركيب البسيط مع الاحتفاظ بتعامد المكونات.

الجدول (2) بين مصفوفة العوامل بعد التدوير لعبارات مقياس إدراك الذات الاجتماعية

العوامل									العبارات
9	8	7	6	5	4	3	2	1	
-0.376	-0.332	0.039	0.268	-0.285	0.141	-0.362	-0.405	-0.402	1ع
-0.227	0.241	0.671	0.256	0.041	0.357	-0.054	-0.158	-0.400	3ع
-0.056	0.101	0.299	0.101	0.219	0.856	0.049	0.134	0.041	5ع
0.111	-0.049	0.012	-0.352	0.262	0.786	0.116	0.223	0.092	7ع
-0.214	0.446	0.243	0.538	0.242	-0.226	0.072	0.063	-0.016	8ع
0.206	0.167	0.060	0.841	0.071	0.157	0.182	-0.052	0.103	15ع
0.475	-0.024	0.163	0.394	-0.154	-0.301	0.029	0.035	0.613	16ع
-0.107	-0.118	-0.107	0.675	-0.063	-0.274	-0.205	-0.296	-0.370	17ع
-0.178	0.482	0.228	0.031	-0.047	0.580	-0.001	0.438	-0.157	19ع
0.253	-0.289	0.095	0.151	0.448	0.114	0.211	0.329	0.527	20ع
0.264	0.021	0.186	-0.029	-0.013	-0.119	0.774	0.270	0.223	21ع
-0.368	0.546	0.482	0.013	0.157	0.211	0.227	0.224	0.013	22ع
0.281	-0.268	0.167	-0.129	0.522	-0.152	0.165	0.313	0.523	24ع
0.095	-0.083	0.850	-0.093	0.253	0.052	0.117	0.167	0.214	27ع
0.022	-0.004	0.086	-0.238	0.190	-0.103	0.099	0.219	0.812	28ع
0.038	-0.047	-0.207	-0.201	-0.831	-0.076	0.065	0.094	-0.038	29ع
0.061	0.094	0.042	-0.594	-0.030	0.147	-0.106	0.609	-0.057	30ع
0.297	-0.080	0.022	-0.423	0.224	-0.050	-0.663	0.373	-0.019	31ع
0.193	-0.381	-0.042	-0.063	0.237	-0.162	-0.547	0.052	-0.507	32ع
-0.272	-0.264	-0.184	0.092	-0.724	-0.239	0.038	-0.111	-0.223	33ع
0.157	-0.150	0.669	0.037	0.213	-0.004	0.121	0.407	0.381	34ع
-0.210	-0.010	-0.020	-0.071	0.056	0.139	0.834	0.288	0.088	35ع
0.031	0.096	0.264	-0.161	0.456	0.083	0.018	0.679	0.029	36ع
-0.033	-0.159	-0.061	0.268	0.046	-0.181	-0.132	-0.693	-0.406	38ع
0.088	0.114	-0.206	0.512	-0.087	-0.275	-0.226	-0.538	-0.271	39ع
0.025	0.857	-0.151	0.142	0.203	0.189	0.093	-0.049	-0.021	41ع
-0.360	-0.094	-0.135	-0.019	-0.324	-0.116	-0.297	-0.676	-0.094	43ع
0.148	0.217	0.004	-0.295	-0.110	0.274	-0.681	0.337	-0.100	44ع
-0.143	0.274	0.208	0.052	0.233	0.219	0.567	0.156	0.489	46ع
-0.301	0.344	-0.238	-0.093	-0.050	0.682	-0.219	0.154	0.072	47ع
0.872	-0.115	-0.020	0.050	0.106	-0.056	-0.183	0.238	-0.076	49ع
0.312	0.182	0.166	-0.077	0.235	-0.130	0.594	0.109	0.519	51ع

0.364	-0.129	0.105	-0.117	0.382	-0.054	-0.059	0.627	0.321	52ع
-0.136	0.206	-0.029	-0.006	0.626	0.148	0.309	0.365	0.173	54ع
-0.049	-0.252	-0.039	0.281	-0.482	-0.304	-0.541	-0.002	0.210	55ع
-0.280	-0.033	-0.071	0.075	0.128	0.221	0.089	0.181	0.837	57ع
0.270	0.301	0.240	-0.149	0.032	0.270	-0.188	0.401	-0.388	58ع
-0.029	0.112	0.023	-0.023	0.175	-0.285	-0.073	-0.720	-0.334	59ع
0.148	0.001	0.335	-0.051	0.042	0.443	0.289	0.098	0.591	60ع
2.654	2.675	2.731	3.188	3.580	3.605	4.353	4.900	4.917	القيمة العينية
6.805	6.859	7.002	8.175	9.180	9.244	11.162	12.563	12.608	التباين المفسر
83.597	76.792	69.934	62.932	54.757	45.577	36.333	25.171	12.608	التباين التراكمي

### ❖ شروط قبول العامل لعبارات مقياس إدراك الذات الاجتماعية:

اعتمد الباحث على الشروط الآتية لقبول العامل:

يشير (عبدالرزاق وهيب) نقلا عن صفوت فرج، يقبل العامل الذي يتشبع عليه ثلاث عبارات دالة على الأقل (عبد الرزاق وهيب ياسين، 2006م، ص110).

1- يتم تفسير العوامل في ضوء التشبعات الكبرى التي تساوي و تزيد (0،50 + -).

2- العوامل الدالة هي التي يساوي جذرها الكامن الواحد الصحيح على الأقل وفقا لمحك كايزر

3- اعتماد مصفوفة العوامل بعد التدوير في تفسير النتائج.

### 2-3 تفسير العوامل المقبولة:

- تفسير العامل الأول:

تجمعت على هذا العامل من (6) عبارات والتي حصلت على اعلى التشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة وقيم ذات دلالة (0،50 + -) فأكثر وبنسبة (15.38%) من المجموع الكلي للعبارات الخاضعة للتحليل العاملي وبالغلة (39) عبارة، إذ فسر هذا العامل (12.608%) من إجمالي التباين.

### الجدول (3)

يبين عدد العبارات للعامل الأول وارقامها من استمارة البناء ودرجة تشبعها

ت	رقم	درجة	العبارات
	العبارة	التشبع	
1	ع16	0.613	لدي القدرة على فهم ما أقرأ
2	ع20	0.527	اميل الى المشاركة في الالعب الفكرية على الالعب الترويحية

3	ع24	0.523	أستطيع ضبط انفعالاتي في المواقف الحرجة
4	ع28	0.812	أؤمن بمبدأ المشاركة وليس بالضرورة المكسب الشخصي
5	ع57	0.837	من السهل ان اكسب ثقة الآخرين
6	ع60	0.591	تعجبنى الزيارات المتبادلة بين الأصدقاء

#### - تفسير العامل الثاني:

تجمعت على هذا العامل (7) عبارات والتي حصلت على اعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة وبقيم ذات دلالة (50، 0 + -) فأكثر وبنسبة (17.94%) من المجموع الكلي للعبارات الخاضعة للتحليل العاملي والبالغة (39) عبارة، إذ فسر هذا العامل (12.563%) من اجمالي التباين.

#### الجدول (4)

يبين تسلسل العبارات للعامل الثاني وأرقامها من استمارة البناء ودرجة تشبعها على العامل

ت	رقم العبارة	درجة التشبع	العبارات
1	ع30	0.609	أستطيع معالجة أي مشكلة تعترضني
2	ع36	0.679	احرص على الالتزام بمواعيدي
3	ع38	0.693	اترك العمل عند ظهور أي صعوبة
4	ع39	0.538	اتوقع النجاح في أي عمل اقوم به
5	ع43	0.676	أحب مظهري كما هو عليه
6	ع52	0.627	اميل الى المساواة بين حقوقي وحقوق الاخرين
7	ع59	0.720	اشعر بالراحة عندما اكون وحيدا وبعيدا عن الناس

#### تفسير العامل الثالث:

تجمعت على هذا العامل (8) عبارات والتي حصلت على اعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة وبقيم ذات دلالة (50، 0 + -) فأكثر وبنسبة (20.51%) من المجموع الكلي الخاضعة للتحليل العاملي والبالغة (39) عبارة، إذ فسر هذا العامل (11.162%) من اجمالي التباين الجدول (5) يبين تسلسل العبارات للعامل الثالث من استمارة البناء ودرجة تشبعها على هذا العامل

ت	رقم العبارة	درجة التشبع	العبارات
1	ع21	0.774	اتردد في اداء واجباتي
2	ع31	0.663	ارغب بتحطيم الأشياء من حولي عندما أكون غاضبا

3	ع33	0.547	اشعر بقلق شديد من الامتحانات
4	ع35	0.834	اشعر بحزن شديد عندما يرفض طلبي
5	ع44	0.681	اشعر بالنشاط معظم الاوقات
6	ع46	0.567	أحب ممارسة الالعاب الرياضية
7	ع51	0.594	امتلك مهارة الاختلاط مع الاخرين بسهولة
8	ع55	0.541	اميل الى العزلة وعدم المشاركة في الحديث وابداء الراي

#### تفسير العامل الرابع:

تجمعت على هذا العامل (4) عبارات والتي حصلت على اعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة وبقيم ذات دلالة (50، 0-+) فأكثر وبنسبة (10.25%) من المجموع الكلي للعبارات الخاضعة للتحليل وبالغلة (46) عبارة، إذ فسّر هذا العامل (9.244%) من اجمالي التباين

#### الجدول (6)

يبين تسلسل العبارات للعامل الرابع وارقامها من استمارة البناء ودرجة تشبعتها على العامل

ت	رقم العبارة	درجة التشبع	العبارات
1	ع5	0.856	اشعر بالإحباط عندما يرفض اعتذاري بعد الخطاء
2	ع7	0.786	اشعر بالرضا عن الواقع الذي اعيشه
3	ع19	0.580	يتذبذب مستواي العلمي بين فترة واخرى
4	ع47	0.682	جسمي قوي وهذا سبب تفوقي

#### تفسير العامل الخامس:

تجمعت على هذا العامل (3) عبارات والتي حصلت على أعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة وبقيم ذات دلالة (50، 0-+) فأكثر وبنسبة (7.69%) من المجموع الكلي للعبارات الخاضعة للتحليل العاملي وبالغلة (39) عبارة، إذ فسّر هذا العامل (9.180%) من اجمالي التباين

#### الجدول (7)

يبين تسلسل العبارات للعامل الخامس من استمارة البناء ودرجة تشبعتها على العامل

ت	رقم العبارة	درجة التشبع	العبارات
1	ع29	0.831	اسعى لكي اكون الافضل في النشاط الرياضي
2	ع33	0.724	اشعر بقلق شديد من الامتحانات
3	ع54	0.626	انا غير متعاون مع الآخرين



### تفسير العامل السادس:

تجمعت على هذا العامل (3) عبارات والتي حصلت على أعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة وبقيم ذات دلالة (50، +0-) فأكثر وبنسبة (7.69%) من المجموع الكلي للعبارات الخاضعة للتحليل العاملي والبالغة (39) عبارة، إذ فسر هذا العامل (8.175%) من إجمالي التباين

### الجدول (8)

يبين تسلسل العبارات للعامل السادس من استمارة البناء ودرجة تشبعها على العامل

ت	رقم	درجة	العبارات
	العبارة	التشبع	
1	ع8	0.538	انتازل عن حقوقي لكي اضمن سير العمل
2	ع15	0.841	اشعر بمتعة في حل الألغاز
3	ع17	0.675	استطيع ان انظم تفكيري بما يخدم الانجاز

### تفسير العامل السابع:

تجمعت على هذا العامل (3) عبارات والتي حصلت على أعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة وبقيم ذات دلالة (50، +0-) فأكثر وبنسبة (7.69%) من المجموع الكلي للعبارات الخاضعة للتحليل العاملي والبالغة (39) عبارة، إذ فسر هذا العامل (7.002%) من إجمالي التباين

### الجدول (9)

يبين تسلسل العبارات للعامل السابع وارقامها من استمارة البناء ودرجة تشبعها على العامل

ت	رقم	درجة	العبارات
	العبارة	التشبع	
1	ع3	0.671	أشعر بانني جريء في مواجهة أي مواقف
2	ع27	0.850	لدي القدرة على تحقيق اهدافي المستقبلية
3	ع34	0.669	أحسن الاستماع لمن يكلمني

### 3-3 العوامل المستبعدة:

تم استبعاد عاملين (الثامن والتاسع) التي لم تستوف شروط القبول الخاصة بقبول العوامل وكما ذكرت سابقا وهذه العوامل التي تشبعت عليها عبارة واحدة أو عبارتان فقط لذا تم استبعادها

### 4 الخاتمة

في ضوء النتائج للتحليل العاملي توصل الباحث إلى بناء مقياس إدراك الذات الاجتماعية لطلبة المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وفي ضوء نتائج التحليل العاملي تم

استخلاص (7) عوامل للمقياس بلغ عدد فقرات المقياس (34) فقرة وأوصى الباحث باستخدام المقياس الذي بناه الباحث لقياس إدراك الذات الاجتماعية على عينات مختلفة مثل طلبة الكليات الأخرى وتطبيقه على طلبة الإعدادية وإجراء التعديلات المناسبة عليه بما تتناسب مع نوع البيئة التي يجري التطبيق عليها.

### المصادر العربية والأجنبية

- أسامة عبود اخضير؛ بناء و. مقياس المناعة النفسية للاعبين المتقدمين في بعض الألعاب الفردية و الفرقية: (رسالة ماجستير، جامعة ديالى، كلية التربية الرياضية)، 2016.
- أميرة حنا؛ بناء و. مقياس للاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001م).
- بيداء كيلان محمود التميمي؛ بناء و. مقياس سمات الشخصية الابتكارية لمدرسي التربية الرياضية: (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية للبنات، 2007م).
- روبرت تورندايك واليزابيث هيجن؛ القياس والتقويم في علم النفس التربوي، ترجمة: عبدالله الكيلاني وعبدالرحمن عدس، عمان، مركز الكتب الاردني، 1989.
- ريسان خريبط، وثائر دأود؛ طرائق تصميم بطاريات الاختبار والقياس في التربية الرياضية: (جامعة البصرة، دار الحكمة، 1992م).
- صفوت فرج؛ القياس النفسي: (ط6، القاهرة، مكتبة لأنجلو المصرية، 2007م).
- عباس محمود عوض؛ القياس النفسي بين النظرية والتطبيق: (الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، 1990م).
- عبد الجليل ابراهيم الزويجي (واخرون)؛ الاختبارات والمقاييس النفسية: (الموصل، جامعة الموصل، 1984م).
- عبد الرزاق وهيب ياسين؛ بناء مقياس التوافق النفسي لدى لاعبين المتقدمين في بعض الألعاب الفردية في العراق: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، 2006).
- كامل ثامر الكبيسي؛ العلاقة بين التحليل المنطقي والتحليل الاحصائي لعبارات المقاييس النفسية: (مجلة الاستاذ، جامعة بغداد، كلية التربية ابن رشد، 2007م).
- محمد محمود الخوالدة؛ مفهوم المسؤولية الاجتماعية عند الشباب الجامعي في المجتمع الأردني: (جامعة الكويت، المجلة العربية للعلوم الانسانية، العدد26، 1987).
- Gay ,L,R: Educational Evaluation measurement. Ohio, Charles Lse .Memill publishing ,1986.

- WebwA.L;Social psychology ,New Y0rk . harper Collins publishers, 1992.

### الملحق (1)

يبين السادة الخبراء الذين تمت مقابلتهم شخصياً أو تمت مراسلتهم

ت	اللقب العلمي	الاسم	الأختصاص	مكان العمل
1	أ.د.	عكلة سليمان الحوري	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د.	كامل عبود حسين	علم النفس الرياضي	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.د.	عبد الرحمن ناصر راشد	اختبارات وقياس	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.د.	ألاء زهير مصطفى	علم النفس الرياضي	جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	أ.د.	محمد وليد شهاب	اختبارات وقياس	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ.د.	بشار غالب البياتي	اختبارات وقياس	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	أ.د.	محمد فاضل مصلح	أدارة وتنظيم	جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	أ.د.	عثمان محمود شحادة	أدره وتنظيم	جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### المقياس النهائي لإدراك الذات الاجتماعية

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	لدي القدرة على فهم ما أقرأ					
2	اميل الى المشاركة في الالعب الفكرية على الالعب الترويحية					
3	أستطيع ضبط انفعالاتي في المواقف الحرجة					
4	أؤمن بمبدأ المشاركة وليس بالضرورة المكسب الشخصي					
5	من السهل ان اكسب ثقة الآخرين					
6	تعجبني الزيارات المتبادلة بين الأصدقاء					

					7	أستطيع معالجة أي مشكلة تعترضني
					8	احرص على الالتزام بمواعيدي
					9	اترك العمل عند ظهور أي صعوبة
					10	اتوقع النجاح في أي عمل أقوم به
					11	أحب مذهري كما هو عليه
					12	اميل الى المساواة بين حقوقي وحقوق الآخرين
					13	اشعر بالراحة عندما اكون وحيدا وبعيدا عن الناس
					14	اتردد في اداء واجباتي
					15	ارغب بتحطيم الأشياء من حولي عندما أكون غاضبا
					16	اشعر بقلق شديد من الامتحانات
					17	اشعر بحزن شديد عندما يرفض طلبتي
					18	اشعر بالنشاط معظم الاوقات
					19	أحب ممارسة الالعاب الرياضية
					20	امتلك مهارة الاختلاط مع الآخرين بسهولة
					21	اميل الى العزلة وعدم المشاركة في الحديث وابداء الراي
					22	اشعر بالإحباط عندما يرفض اعتذاري بعد الخطاء
					23	اشعر بالرضا عن الواقع الذي اعيشه
					24	يتذبذب مستواي العلمي بين فترة واخرى
					25	جسمي قوي وهذا سبب تفوقي
					26	اسعى لكي اكون الافضل في النشاط الرياضي
					27	اشعر بقلق شديد من الامتحانات
					28	انا غير متعاون مع الآخرين
					28	انتازل عن حقوقي لكي اضمن سير العمل
					30	اشعر بمتعة في حل الألغاز
					31	استطيع ان انظم تفكيري بما يخدم الانجاز
					32	اشعر بانني جريء في مواجهة أي مواقف
					33	لدي القدرة على تحقيق اهدافي المستقبلية
					34	أحسن الاستماع لمن يكلمني

أثر الأسلوبين التدريبي والمبرمج في التحصيل المعرفي وتعلم الارسال في التنس للطلاب  
*The impact of the training and programmed methods on cognitive achievement and learning to serve in tennis for students*

عبدالرحمن ناصر راشد

جامعة ديالى

كلية التربية الأساسية

*Dr. Abdul Rahman Nasser*

*Rashid*

*Diyala University*

*Faculty of Basic Education*

حيدر جمعة حسين

وزارة الشباب والرياضة

*Haider Juma Hussain*

*Ministry of Youth and Sports*

ماجد خليل خميس

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

*Dr. Majid Khalil Khamis*

*Diyala University*

*College of Physical Education and Sport Sciences*

الكلمات المفتاحية: الأسلوب التدريبي، الأسلوب المبرمج، التحصيل المعرفي، مهارة الارسال، التنس الأرضي.

**Keywords:** *training method, programmed method, cognitive achievement, serving skill, ground tennis.*

الملخص:

هدف البحث إلى:

1. تعرف أثر الاسلوبين التدريبي والمبرمج لتعلم مهارة الارسال بلعبة التنس لدى افراد عينة البحث.

2. معرفة مدى التحصيل المعرفي للطلاب بعد تطبيق الأسلوبين.

استخدم الباحث المنهج التجريبي التعليمي بتقسيم العينة على ثلاث مجموعات ذات الاختيارين القبلي والبعدي، واختار البحث مجتمع البحث طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى للعام الدراسي 2022/2021 إذ بلغ عددهم (256) طالباً مقسمين إلى (6 شعب) اذ مثلت عينة البحث بمجموعتين تجريبية متمثلتين بالاسلوب التدريبي والاسلوب المبرمج اختير من طلاب الشعبة (أ) البالغ عددهم (45) طالباً تم استبعاد (5) طلاب لعدم التزامهم بالادوام وبهذا يكون المجموع النهائي للعينة التجريبية (40) طالباً تم توزيعهم على مجموعتين تجريبيتين الأولى المجموعة التجريبية الأولى مجموعة (الأسلوب التدريبي) وعددهم

(20) طالباً والمجموعة التجريبية الثانية مجموعة (الأسلوب المبرمج) وعددهم (20) طالباً أما المجموعة الثالثة المجموعة الضابطة فقد تم اختيار (20) طالباً من شعبة (ج) بالطريقة العشوائية، إذ بلغ عدد افراد هذه المجموعة (38) طالباً تم استبعاد (6) منهم لعدم التزامهم بالادام وكذلك تم استبعاد (12) طالباً وذلك لاختيارهم للتجربة الاستطلاعية وبهذا يكون نسبة عينة البحث (24.43%).

وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية بين المجموعات الثالث وصالح الاختبار البعدي، ووجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية بين المجموعات الثلاث ولصالح مجموعة أسلوب التعليم المبرمج، وإن التعلم بأسلوب المبرمج (الالكتروني) وما يتميز به من اتاحة الفرصة للطلاب بإداء واقعي للمهارة وحالة اللعب، فضلاً عن توفير احتياجات ولاهتمامات الطالب التقنيّة وروح المنافسة كان له تأثير ايجابي في تعلم مهارة الارسال بالتنس للمجموعة التجريبية الثانية، وتفوق المجموعة التجريبية بالتعلم بالأسلوب المبرمج على المجموعة التجريبية بالأسلوب التدريبي والمجموعة الضابطة بالتعلم المتبع في تعلم مهارة الارسال بالتنس كونه أعطى فرصة لممارسة وأداء المهارات وبأسلوب جديد وممتع عبر الالعاب التنافسية الالكترونية.

### **Summary:**

*Search goal to:*

1. *Identifying the effect of the two training and programmed methods to learn the skill of serving in the tennis game among the research sample.*
2. *Find out the extent of students' cognitive achievement after applying the two methods.*

*The researcher used the experimental educational method by dividing the sample into three groups with two choices, tribal and post, and the research chose the research community as third-stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences, Diyala University for the academic year 2021/2022, as they numbered (256) students divided into (6 people), as represented The research sample consisted of two experimental groups represented by the training method and the programmed method. It was chosen from the (45) students of Division (A), and (5) students were excluded for not being committed to working hours. Thus, the final total of the experimental sample is (40) students who were distributed into two experimental groups, the first experimental group. The (training method) group, numbering (20) students, the second experimental group, the (programmed method) group, numbering (20) students, and the third group, the control group, (20) students from Division (C) were chosen randomly, as the number of members of this group reached ( 38) students were excluded (6) of them for not being committed to working hours, as*

well as (12) students were excluded for their selection for the exploratory experiment, and thus the proportion of the research sample is (24.43%).(

There are statistically significant differences between the pre and post tests between the three groups and in favor of the post test. A realistic performance of the skill and state of play, as well as providing the student's technical needs and interests and the spirit of competition had a positive impact on learning the skill of serving in tennis for the second experimental group, and the experimental group excelled in learning the programmed method over the experimental group in the training method and the control group in learning the tennis serve skill as it gave An opportunity to practice and perform skills in a new and fun way through electronic competitive games.

### 1- المقدمة:

عند التحدث في مجال تعلم لعبة التنس لا بد من معرفة واقع الرياضة بصورة عامة وعينة التنس بصورة خاصة ومن أهم الخصائص التي تميز عصرنا الحالي بعد انتهاء الالفية الاخيرة ليس التطورات العلمية والتقنية المدهشة فحسب وانما معدل استمرارية حدوثها ومدى تأثيرها في حياتنا ومدى مساهمتها في تحويل المجتمع في جيل الصناعة الي جيل عصر المعلومات، من هنا لا نستطيع تجاهل تأثير التطورات العملية والتقنية، ولاسيما المتعلقة بتكنولوجيا استخدام الحواسيب ومن اهم العوامل التي نراها تؤثر تأثيراً كبيراً في حياتنا عملية التعلم باكتشاف المختلفة نحن لن نجعل على مستوى تعليمي جيد الا اذا تعلمنا شيئاً عن التكنولوجيا والالكترونيات، فهي تؤثر في حياتنا سواء شئنا ام ابينا وفي سجل التعلم لا بد من الولوج من خلال التكنولوجيا التي تساهم بشكل كبير اي تطوير لهذا التخصص لأنه السائد في الاجهزة الحديثة واثبت خطوته في اكتساب المعلومات بشكل اسرع ومقنن والحقائق التعليمية وبرمجيات التعليم باستخدام الوسائط المتعددة واستخدام قواعد المعلومات وبرامج الخبرة وصولاً الى الذكاء الصناعي فهو وقت ليس بالقصير استخدمت تقنية الحاسوب في اضافة الكثير الى عملية التعلم سواء أكان نظرياً ام علمياً ويأخذ الجانب العملي دوراً كبيراً كونه من الامور الصعبة في التعلم وبخاصة الحركات الرياضية التي تعد مفرداتها كثيرة ومتداخلة لذا فان الكثير من البحوث في هذا المجال اخذت على عاتقها الاهتمام بإعداد برامج تعليمية لمساعدة المتعلمين في تطوير امكاناتهم ذاتياً وان هذه البرامج أعدت للحركات المعقدة التي يصعب تعلمها بسهولة اذ يؤدي عامل المتعة والتشويق التي يوفرها هذا النوع من التعلم أثراً في تعلم مثل هذه الحركات وان قدرة الاجهزة الالكترونية في هذا المجال ذات كفاءة عالية ودقة في

التتابع وتقدير الأفضل وكونه مثل هذه البرمجيات تختزل الزمن وتوفر الجهد وهي قد تكون متميزة من غيرها من الوسائل التي تساعد في عملية التعلم.

ومن خلال ملاحظة الباحث للعملية التعليمية، كونه مدرساً لهذه المرحلة فقد لاحظ انخفاضاً في مستوى التعليم البدني والمهاري في لعبة التنس، ويعزو هذا إلى قلة استخدام أساليب التدريس المناسبة في البرامج التعليمية لتحقيق التعلم الفعال.

وفي الآونة الأخيرة ظهرت طرائق وافكار عديدة قدمت اسهامات كبيرة في مجال التعلم ومنها التعلم الالكتروني باستخدام المعلومات العالمية (الانترنت) التي طبقت في مجال العلمي نظرية، وقد ارتأينا ان نطبقها على الجوانب العملية (التعلم الحركات الرياضية) في لعبة التنس وذلك لصعوبة الحصول على المعلومات وتحديثها بصورة مستمرة في الكتب والمصادر العلمية المتوافرة وهذا يتطلب جهداً علمياً ومادياً كبيراً وان وجود التطور السريع في انتشار شبكة المعلومات العالمية (الانترنت) في قطرنا شجع الباحث على استخدام اسلوب تعليمي في تكوين صفحة دليلية على شبكة المعلومات العالمية (الانترنت) تكون بمثابة منهج متخصص في تعلم مهارة الارسال بلعبة التنس ثم تحديثها اولاً بأول وتُقدّم للطالب بأسلوب علمي شيق يثير فيه الرغبة من خلال الصور والافلام الحديثة والمعلومات المتقدمة لمدرّبين ولاعبين ذوي مستوى وخبرة عاليين في هذا المجال.

**وهدف البحث إلى:**

3. تعرف أثر الاسلوب المبرمج لتعلم مهارة الارسال بلعبة التنس لدى افراد عينة البحث.

4. معرفة مدى التحصيل المعرفي للطلاب بعد تطبيق الأسلوب المبرمج.

**2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:**

**1-2 منهج البحث:**

استخدم الباحث المنهج التجريبي التعليمي بتقسم العينة على ثلاث مجموعات ذات الاختيارين القبلي والبعدي

**2-2 مجتمع البحث وعينته:**

اختار البحث مجتمع البحث طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى للعام الدراسي 2022/2021 إذ بلغ عددهم (256) طالباً مقسمين إلى (6 شعب) اذ مثلت عينة البحث بمجموعتين تجريبية متمثلتين بالاسلوب التدريبي والاسلوب المبرمج اختير من طلاب الشعبة (أ) البالغ عددهم (45) طالباً تم استبعاد (5) طلاب لعدم التزامهم بالدوام وبهذا يكون المجموع النهائي للعينة التجريبية (40) طالباً تم



توزيعهم على مجموعتين تجريبيتين الأولى المجموعة التجريبية الأولى مجموعة (الأسلوب التدريبي) وعددهم (20) طالباً والمجموعة التجريبية الثانية مجموعة (الأسلوب المبرمج) وعددهم (20) طالباً اما المجموعة الثالثة المجموعة الضابطة فقد تم اختيار (20) طالباً من شعبة (ج) بالطريقة العشوائية، إذ بلغ عدد افراد هذه المجموعة (38) طالباً تم استبعاد (6) منهم لعدم التزامهم بالدوام وكذلك تم استبعاد (12) طالباً وذلك لاختيارهم للتجربة الاستطلاعية وبهذا يكون نسبة عينة البحث (24.43%).

### 2-3 الواسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

#### 2-3-1 الواسائل المستعملة في البحث:

المصادر العلمية والعربية والاجنبية، شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، المقابلات الشخصية مع الخبراء والمتخصصين، استمارة التسجيل وتفرغ البيانات، فريق العمل المساعد، الوسائل الاحصائية.

#### 2-3-2 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

جهاز Xbox-one حديث مع جهاز المحاكات التعليمي الافتراضي، جهاز قياس الوزن والطول، كامرة فيديو نوع (Canon) عدد 2، ساعة توقيت (Diamond) عدد 2، كامرة تصوير فوتوغرافي نوع (canon) عدد 2، حاسبة الالكترونية محمول لاب توب نوع (Dell)، صافرة عدد 2، ملعب تنس، مخاريط (شواخص)، مضارب تنس، كرات تنس، حبال مطاطية، اوراق عمل كراسي تعليمي، حاسبة يدوية لعمليات الحسابية.

#### 2-4 اجراءات البحث الميدانية:

#### 2-4-1 اختبار التحصيل المعرفي:

قام الباحث باستخدام اختبار التحصيل المعرفي العائدة (حيدر قيس (2016) (ناهي:2016: 68) الذي يتكون من (20) فقرة تم تجميعها بالاعتماد على نماذج لاسئلة تم اعدادها من قبل تدريسيين مختصين في مجال لعبة (التنس)، فضلاً عن الأسئلة التي تم اختيارها من المنهج الذي يدرس في الكلية، وقد اعتمد الباحث أسلوب (الاختبار من متعدد) نموذجاً للاسئلة لكونه يتناسب مع الموضوع الذي يسعى لقياس نواتج التعلم فيه، إذ تألف المقياس من (4) إجابات تكونت من (1) إجابة صحيحة تعطى للمختبرين (درجة واحدة) وللإجابة الخاطئة (صفر) درجة وبهذا تكون الدرجة العظمى للمقياس (20) درجة والدرجة الصغرى للمقياس (0) درجة.

#### 2-4-2 تحديد اختبارات البحث.

لتقييم وقياس المهارات الاساسية والاداء المهاري لدى مجموعتين البحث التجريبيتين بالاسلوبين (التدريبي والمبرمج) والضابطة فقد اعتمد الباحث طريقتين لقياس

الاداء، قياس مستوى التعلم من خلال اتفاق المهارات الاساسية ودرجة الاداء ضمن نفس الاختبار الذي يعطي من قبل لجنة مؤلفة من ثلاثة مدربين من اختصاص الالعاب المضرب، اذا كانت درجة التوافق تعطي من عشرة درجات من قبل كل مدرس وعند انتهاء المختبر يحسب الوسط الحسابي للدرجات الثلاثة المعطاة لتكون القيمة النهائية لقياس التوافق الحركي للاداء المتعلم.

#### الجدول (4)

يبين نسبة اراء الخبراء المختصين للاختبارات المرشحة

المهارات	ت	اسم الاختبار	نسبة الاتفاق
الارسال	1	اختبار قياس مهارة الارسال (ITN)	72.72%
	2	جونس 1987 دقة الارسال	18.18%
	3	انتزا 1998 تقويم الأداء الفني للارسال	9.10%

2-4-3 مواصفات الاختبارات:

اختبارات الاتحاد الدولي للتنس ITN\*:

اعتمد الاتحاد الدولي للتنس الاختبارات المعدة من قبله لعام (2004) في قياس مهارات التنس والتي وزعت على جميع اتحادات الدول المنضوية للاتحاد الدولي للتنس والتي تحمل اسم ITN On Court Assessment، اذ يشير الاتحاد ان هذه الاختبارات بسيطة وملائمة لكافة اللاعبين من مختلف دول العالم مهما كان مستواهم وبخاصة المبتدئين واللاعبين غير المشاركين في البطولات والمنافسات بصورة دورية لتكون اداة فعالة في تقييم مستوى اداء اللاعبين. شروط تطبيق اختبارات ITF:

- 1- الاحماء الكافي واستعداد اللاعبين لبدأ الاختبارات.
- 2- للاعب الحق في لعب (4 كرات) غير محتسبة لكل اختبار.
- 3- للاعب الحق في رفض الكرة المقذوفة بصورة لا تلائم ذلك بعدم ارجاعها او ملامستها، اما في حالة ملامسة الكرة فتحسب له محاولة.
- 4- في حالة سقوط الكرة على خط فاصل بين منطقتين فيتم احتساب درجة المنطقة الاعلى.
- 5- يتم تسجيل النقاط في استمارة التسجيل بعد كل محاولة والقائم بالاختبار هو الشخص المسؤول عن القرار النهائي في احتساب النقاط.
- 6- التقييم النهائي يوقع من قبل المسجل واللاعب ويتم تزويد اللاعب بنسخه منه.
- 7- لقياس مهارة لوحدها يمكن تجزئة الاختبار واستخدام الجزء الخاص بالمهارة المراد قياسها.

\* <http://www.itftennis.com/itn/oncourtaassessment>, 2004

## الاختبار الثاني: اختبار قياس مهارة الارسال.

◀ الغرض من الاختبار: تقييم دقة الارسال.

◀ الأدوات المستخدمة: مضرب تنس عدد 1، كرات تنس عدد 12.

◀ طريقة الأداء:

- يقف المختبر عند خط القاعدة مستعدا لضرب الارسال.
- يقوم المسجل بملاحظة الارسال واحتساب النقاط.
- اذا لامست الكرة الشبكة فيعاد الارسال.
- يضرب المختبر (12 ارسال)، (3 ارسالات) من جهة اليمين ثم (3 ارسالات) من جهة اليسار ثم (3 ارسالات) من جهة اليمين و (3 ارسالات) من جهة اليسار.

◀ التسجيل:

- يتم احتساب اربع نقاط للكرات التي تسقط ضمن منطقة الهدف، ونقطة اضافية اذا كان الارتداد الثاني للكرة خلف خط القاعدة.
- يتم احتساب نقطتين للكرات التي تسقط ضمن المنطقة الصحيحة، ونقطة اضافية اذا كان الارتداد الثاني للكرة خلف خط القاعدة.
- الكرات التي تسقط خارج منطقة الارسال تحصل على درجة (صفر).

2 - 5 التجارب الاستطلاعية:

2 - 5 - 1 التجربة الاستطلاعية الاولى الخاصة بجهاز المحاكاة:

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة بجهاز المحاكاة المرافق لجهاز (Xbox-one) وتطبيقه على أفراد عينة البحث في الدروس إذ أجريت على عينة عشوائية مماثلة لعينة البحث ومن خارج العينة الاصلية قوامها (12) طلاب من شعبة (ج) المرحلة الثالثة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى في يوم 2021/2/16 وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

1. معرفة الوقت المستغرق لوصول الطلاب من ساحات التنس الى صالة التجربة.
  2. معرفة مدى صلاحية صالة اللعب والحركة فيها وصلاحية الاجهزة.
  3. معرفة قابلية الطلاب في استخدام أجهزة المحاكاة ومدى سهولة التعامل معها.
- وبناءً على نتائج التجربة الاستطلاعية تم رصد بعض الملاحظات وايجاد الحلول المناسبة لها وهي:

1. تعديل اماكن نصب الشاشات لتوفير مساحة اكبر للعب الطلاب.
2. واجه الطلاب بعض الصعوبة في التعامل مع الجهاز المستخدم اذا يتصف مقبض الحركة بحساسية عالية في اثناء التوجيه، وعليه تم تعليم الطلاب كيفية استخدام

الجهاز بصورة عامة ومقبض الحركة بصورة خاصة عن طريق وحدة تعليمية مدتها ساعة ونصف للمجموعة التجريبية تم من خلالها شرح وتطبيق آلية الاستخدام الامثل للاداة وتم تحقيق الهدف المنشود منها في تعليم طلاب المجموعة التجريبية كيفية استخدام الجهاز ومقبض الحركة.

## 2 - 5 - التجربة الاستطلاعية الثانية:

وأجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الخاصة بمهارة الارسال برياضة التنس ومقياس التحصيل المعرفي على عينة من (12) طالباً، وذلك في يوم 2021/2/17 وفي ملعب التنس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى وبحضور فريق العمل المساعد، إذ قام الباحث بتجهيز الأدوات وشرح طريقة اجراء الاختبار وطريقة تنفيذها إذ تم توزيع مقياس التحصيل المعرفي على الطلاب وبعد جمع الاستمارات اجرى الباحث الاختبارات الخاصة بمهارة الارسال بالتنس وكان الهدف منها هو:

1. تعرف مدى ملائمة الاختبارات المهارية لإفراد العينة.
2. معرفة كيفية توضيح الاختبارات وعرضها.
3. تعرف الوقت المستغرق لأداء كل اختبار وللاختبارات ككل.
4. التثبت من صلاحية المكان والأدوات والوسائل المساعدة لكل اختبار.
5. معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية وذلك للعمل على تجاوزها.

6. تعرف مدى كفاية فريق العمل المساعد.

وبعد إجراء التجربة الاستطلاعية تم التوصل إلى:

1. ملائمة الاختبارات مع مستوى أفراد عينة البحث وصلاحية مكان تطبيق الاختبارات الأدوات والوسائل المساعدة.
2. كفاية أفراد فريق العمل المساعد في أداء مهماتهم. وبذلك أصبحت الاختبارات المهارية جاهزة للتطبيق.

## 2 - 6 الاختبارات القبليّة:

أجرى الباحث الاختبارات القبليّة على عينة البحث (المجموعتين التجريبية بأسلوبين التدريبي والمبرمج والمجموعة الضابطة) في تمام الساعة 9 صباحاً من يوم 2021/2/20، وعلى ملعب التنس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى وبحضور فريق العمل المساعد، وقد تم تهيئة وضبط الظروف المتعلقة بالاختبارات ومقياس التحصيل المعرفي.

## 2 - 7 التجربة الرئيسية:

بعد الاطلاع على الكثير من المصادر والدراسات والمراجع العلمية واعتماداً على المقابلات الشخصية ايضاً لاستفادة الباحث من التجربة الاستطلاعية الذي اجري على وحدة تعليمية مختارة وفضلاً عن الاطلاع على بعض الدراسات والبحوث التي اجريت في مجالات اخرى غير المجال الرياضي اعتمد الباحث الاسلوبين المتبعين التي أعتمد في دراستها، إذ قام الباحث بوضع الوحدات التعليمية الخاصة بمنهجين إذ تضمن منهج المجموعة التجريبية الأولى بأسلوب التدريبي، أما المجموعة التجريبية الثانية فكانت بأسلوب المبرمج أما المجموعة الضابطة فقد اعتمدت على المنهج المتبع من قبل الكلية، وبما يلائم موضوع وعينة البحث الموزعة على (8) وحدات تعليمية لكل مجموعة.

إذ تم البدء بالشروع في المنهج في يوم 2021/2/28 ولغاية يوم 2022/5/1 وبواقع وحدة تعليمية واحدة بالاسبوع ولمدة شهرين نظراً لطبيعة المنهج المعد من قبل الكلية. فيما يأتي أهم ملاحظات المنهج المستخدم الذي تم تطبيقه على المجموعتين التجريبيتين الأولى (بالأسلوب التدريبي) والثاني (بالأسلوب المبرمج):

- استمر المنهج التدريبي لمدة شهرين وبواقع ( 8 أسابيع ) واشتمل على ( 8 ) وحدة تدريبية وبواقع وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع تطبق في يوم (الثلاثاء) من كل أسبوع.
- تتراوح مدة تطبيق التمرينات الخاصة بكل أسلوب في حدود (30 د) من مدة الدرس التي تبلغ (120 د ) ويبلغ مدة القسم الرئيس منها حوالي (60 د) للقسم الرئيس ، وتحتوي كل دورة تدريبية على (6) محطات تدريبية الخاصة بالأسلوب التدريبي، اما الأسلوب المبرمج فقد اعتمد على تنفيذ التمرينات المعدة ضمن جهاز (Xboxone) من خلال التكرار بالاداء واتباع التمرينات المثبتة في الجهاز.
- يتم تنفيذ التمرينات الخاصة بالمنهج التعليمي ولكل أسلوب في بداية القسم الرئيس من الدرس وذلك بعد الإحماء الخاص مباشرة، إذ تؤدي المجموعة التجريبية الأولى في ارض الملعب، اما المجموعة التجريبية الثانية فتطبق التمرينات المستخدمة على الجهاز المرفق من خلال أداء الطالب خلال تكرارات محددة في البرنامج.
- تضمنت الأسابيع الأولى على تمرينات ذي شدة 75% وبالاعتماد على وزن الجسم ، ويؤكد ( صريح الفضلي 2003) " تحتاج تمرينات القدرة العضلية إلى مستوى بدني معين تتراوح شدته 75% بعد ذلك يجب أن تكون شدة التدريب لتطوير القدرة العضلية بشدة تتراوح ما بين (85%-95%) وحتى 100% وبحسب مستوى العينة وقابلياتها "(الفضلي:2003: 124)، وبعد ذلك وفي الأسابيع التدريبية الأخرى تم إدخال التكرار في الاداء فضلاً عن أداء بعض التمرينات باستخدام الأوزان مختلفة من (1-3) كغم ولا تزيد عن (5) كغم وذلك حسب

قابلية الطالب، إذ يؤدي الطلاب على المجموعة الأولى داخل الملعب، اما طلاب المجموعة الثانية فيتم أداء الشدد والتمرينات بالتناوب بين الطلاب على الجهاز المساعد (بالأسلوب المبرمج).

- تحتوي كل وحدة تعليمية على دورة أو دورتين وتحتوي كل دورة تدريبية على (6) محطات تدريبية، كل محطة تتضمن أداء تمرين بدني أو مهاري، اما بالنسبة للأسلوب المبرمج فيكون عبارة عن محطات يجب على كل طالب اجتياز مستوى معين من هذه المحطات للانتقال إلى المحطة الثانية.
- الراحة إيجابية بين محطة وأخرى وحتى عودة النبض إلى (120) ن/د حيث تتراوح بين (1-3) د ، وبين دورة وأخرى وحتى عودة النبض إلى (110) ن/د حيث تتراوح بين (3-5) د .
- راع الباحث عند تصميم الوحدة التعليمية للمنهج المستخدم بالأسلوب التدريبي على التغيير في التكرارات والاحمال التدريبية بما يتماشى مع تنوع العمل بينها، فتشكلت كل وحدة على المحطة الأولى خاصة بتنمية القدرات مهارية ثم المحطة الثانية لتنمية القدرة العضلية للطن ثم الذراعين والكتفين ثم الظهر وهكذا بحيث يتم التنوع في العمل بين أجزاء الجسم المختلفة لأحداث التنمية الشاملة لجميع للجسم.
- تم توضيح هدف كل تمرين لفريق العمل المساعد فضلاً عن التغذية الراجعة التي استخدمت مع الطلاب في أثناء الأداء لتطبيق التمارين بصورة صحيحة وفاعلية افضل.

## 2 - 8 الاختبار البعدي:

قام الباحث باجراء الاختبارات البعدية للاختبارات مهارية ومقياس التحصيل المعرفي وذلك يوم 2021/5/8 تحت نفس الظروف التي تم فيها اجراء الاختبارات القبلية فضلاً عن المكان نفسه وقد قام الباحث بجمع المعلومات والبيانات لغرض معالجتها احصائياً.

## 2 - 9 الوسائل الاحصائية:

قام الباحث باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS لاستخراج النتائج ومعالجة البيانات.

## 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

### 3 - 1 عرض نتائج الاختبارات القبلية لمهارة الارسال بلعبة التنس:

3 - 1 - 1 الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (F) وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبيتين بالأسلوب (التدريبي والمبرمج) للاختبارات القبلية لمهارة الارسال وتحليلها:

### الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية وانحراف الفروق عن وسطها الحاسبي واختبار (T.test) ولكل مجموعة في أداء مهارة (الارسال) في الاختبارين القبلي والبعدي

المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س-ف	ع ف	(T) المحتسبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق	نسبة التطور
	ع	س-	ع	س-						
المجموعة التجريبية الأولى الأسلوب التدريبي المجموعة	2.76	10.5	3.13	20.35	9.85	3.46	12.79	0.000	معنوي	%48
المجموعة التجريبية الثانية الأسلوب المبرمج	1.97	10.1	2.89	24.5	14.4	3.35	19.45	0.000	معنوي	%58
المجموعة الضابطة الأسلوب المتبع	2.65	9.95	3.91	15.2	5.25	4.22	5.58	0.000	معنوي	%34

3 - 1 - 2 الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (F) وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبيتين بالأسلوب (التدريبي والمبرمج) لمقياس التحصيل المعرفي وتحليلها:

### الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية وانحراف الفروق عن وسطها الحاسبي واختبار (T.test) ولكل مجموعة في اختبار التحصيل المعرفي في الاختبارين القبلي والبعدي

المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س-ف	ع ف	(T) المحتسبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
	ع	س-	ع	س-					
المجموعة التجريبية الأولى الأسلوب التدريبي المجموعة	1.468	9.057	1.318	15.95	6.901	2.245	13.742	0.000	معنوي
المجموعة التجريبية الثانية الأسلوب المبرمج	1.394	9.551	1.488	16.75	7.201	2.284	14.092	0.000	معنوي
المجموعة الضابطة الأسلوب المتبع	1.394	9.053	1.701	14.45	5.401	2.521	9.577	0.000	معنوي

3 - 2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة - البعديّة للمهارات الأساسيّة بلعبة التنس للمجموعة التجريبيّة بالأسلوب التدريبي:

3 - 2 - 1 الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبيّة بالأسلوب التدريبي للاختبارات القبليّة - البعديّة لمهارة الارسال وتحليلها:

#### الجدول (3)

يبين مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجة الحرية ومتوسط المربعات وقيمة (F) المحسوبة والجدولية ونوع الدلالة لمجاميع البحث في الاختبار البعدي في مهارة (الارسال)

نوع الدلالة	نسبة الخطأ	قيمة F المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
معنوي	0,000	15,71	287,25	2	574,517	بين المجموعات
			18,28	57	1042,3	داخل المجموعات

3 - 2 - 2 الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبيّة بالأسلوب التدريبي للاختبارات القبليّة - البعديّة لمقياس التحصيل المعرفي وتحليلها:

#### الجدول (4)

يبين مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجة الحرية ومتوسط المربعات وقيمة (F) المحسوبة والجدولية ونوع الدلالة لمجاميع البحث في الاختبار البعدي في التحصيل المعرفي

نوع الدلالة	نسبة الخطأ	قيمة F المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
معنوي	0,000	12,37	153,25	2	243,538	بين المجموعات
			8,62	57	435,64	داخل المجموعات

3 - 3 عرض نتائج الاختبارات القبليّة - البعديّة للمهارات الأساسيّة بلعبة التنس للمجموعة التجريبيّة بالأسلوب المبرمج:

3 - 3 - 1 الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبيّة بالأسلوب المبرمج للاختبارات القبليّة - البعديّة لمهارة الارسال وتحليلها:

#### الجدول (5)



## يبين قيم المتوسطات ومستوى الدلالة ونوع الدلالة لأفضلية الفروق بين مجاميع البحث في مهارة (الارسال)

المعالم الاحصائية المجموعات	قيم المتوسطات	مستوى الدلالة	نوع الدلالة	
مجموعة ت 1	مجموعة ت 2	4,55- *	0,013	معنوي لصالح ت 2
مجموعة ت 1	مجموعة ضابطة	4,6 *	0,000	معنوي لصالح ت 1
مجموعة ت 2	مجموعة ضابطة	9,15 *	0,000	معنوي لصالح ت 2

يبين الجدول (12) نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (F)

### 3 - 4 مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجداول (1) و(2) و(3) و(4) يعزو الباحث هذا التحسن الحاصل في المجموعتين التجريبتين الى استخدام اسلوبي (التدريبي والمبرمج) فضلاً عن تفوق الأسلوب المبرمج والذي تضمن أداء مهارة الارسال بلعبة التنس بأسلوب واقعي من الناحية المهارية فضلاً عن التشويق في أداء المهارة والذي اثر بشكل واضح في تحسين عملية التعلم. وهذا ما يؤكد (morgan:1987:72) من أن "العوامل التي تزيد من مقدار استبقاء المادة الدراسية بعد تعلمها هي الدافعية وتنظيم المادة الدراسية، وطريقة الدراسة". وهذه العناصر المتوفرة في التعليم المبرمج، حيث ان اسلوب التعليم المبرمج، يخضع لسلسلة من الاجراءات، وذلك من خلال تحديد الاهداف، وصياغتها التي يراد بلوغها بدقة، وتنظيم محتويات المادة بالأسلوب المنطقي والسيكولوجي وهذا ما سهل عملية تفهم وتعليم المهارات قيد البحث بلعبة التنس. وإن للتعليم المبرمج تأثيراً واضحاً في تعليم مهارة الارسال والذي اثر على المجموعة التجريبية بالأسلوب المبرمج كون هذا الأسلوب يعطي للطالب مساحة من الحرية في استيعاب المادة التعليمية، ويشير (ضياء الدين:1990:157) "ان الفرق لا يحدث للمتعم بما يكتسبه من القدرات والمهارات الا بممارستها، فان هذا المتعلم لا تزداد كفاءته الا بالممارسة والجهد الذاتي. كما ان لاسلوب التعليم المبرمج (التفريعي) والذي يعتمد على مبدأ التعليم الذاتي كما في الأسلوب الخطي لكنه يختلف عنه في التطبيق وطريقة الإجابة" ( ويتفق الباحث مع (ابو النجا: 2006: 128) "في ان التعليم المبرمج يتيح للمتعلمين التعلم على وفق قدراتهم مع مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين. قد ساعد في تحسين المجموعة التجريبية الثانية".

من خلال الجدول (2) الذي أظهر معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبتين بالأسلوب (التدريبي والمبرمج) يعزو

الباحث هذه الفروق الى المنهج وما يحتويه من تمارين تعليمية وتطويرية تعتمد على تكرار الاداء وتصحيح الاخطاء لدى المدرس وتقليد المتعلمين بعضهم بعضا في الاداء الصحيح نتيجة بيئة التعلم الجماعية ومتابعة الطلاب والاشراف المباشر عليهم مع سيطرته على مجريات الدرس وإيصال المعلومات المطلوبة الامر الذي أدى إلى توفير فرص التعلم من خلال أسلوب الشرح والعرض وهذا ما اشار اليه "عباس احمد وعبد الكريم محمود"(1991) إلى أن اسلوب الشرح والعرض عامل مهم في العملية التعليمية، إذ تربط المهارة السابقة بالمهارة الجديدة... وتساعد على ربط التصور الحركي بالمعلومات التي سبق شرحها الأمر الذي يسهل ويزيد من التعلم. (السامرائي:1991:200)

وان التدرج من السهل الى الصعب وشرح المهارة مع تقديم التغذية الراجعة الفردية والجماعية اللفظية والبصرية جاءت منسجمة مع استراتيجيات التعليم المؤثر وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه (Magill:2004:273) الى ان "الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو انه لا بد أن يكون هناك تطور في التعلم ما دام المدرس يتبع الخطوات والأسس السليمة لعملية التعلم والتمرن على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ الأداء وثباته".

ويتضح أيضاً عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية - بعدية بين المجموعتين التجريبيتين ولكن وجود فروق طفيفة بين الأوساط الحسابية ولصالح المجموعة التجريبية بالأسلوب المبرمج وهذا ما يشير الى فاعلية التعلم بالمحاكاة عبر جهاز (المستخدم) في تعليم المهارة قيد البحث للمجموعة التجريبية، ويعزو الباحث هذه الفروق الى ان التعلم بالأسلوب المبرمج قد وفر للطلاب بيئة تعليمية جديدة تلبى رغباتهم وتسد حاجاتهم في مواكبة ثورة المعلوماتية والتطور التقني المحيط بهم والتي لم يسبق لهم تجربتها من قبل، اذ ان المحاكاة الافتراضية هي تجربة فريدة من نوعها كون الطالب قد افاد من عنصرين مهمين في التعلم الاول ان المحاكاة وسيلة فعالة للتعلم والتدريب لكونها تهيء المتعلم الى ممارسة الاداء الحقيقي في ظروف مسيطر عليها مما يتيح للطالب امكانية تجربة اشكال حركية جديدة دون القلق من اخطاء الاداء والتنفيذ او الخجل والعزوف عن ممارسة الاداء وكما اشار (Schmidt:1982:512) ان اجهزة المحاكاة لها حيز فعال في الاجراءات التدريبية وهو سبب رئيس للاستفادة في تدريب اشكال الحركات.

فضلاً عن الميزات التي هيئتها بيئة الاداء الافتراضية المتمثلة بتجسيد هيئة الطالب افتراضيا من حيث اداؤه وسلوكه الحركي عبر شاشة العرض الكبيرة والتي اضافت واقعية اكبر للاداء لدى الطالب والرسوم عالية الدقة والتشابه بينها وبين الواقع والمتمثلة بساحة

اللعبة والجمهور واصوات التشجيع والحكام وجامعي الكرات وغيرها من الخصائص الرسومية للعبة والمطابقة لمواصفات البطولات العالمية داخل بيئة المحاكاة الافتراضية كل هذا زاد من انغماس الطالب وتفاعله في الاداء، وفي هذا المجال أشار (J.Michael: 2010: 13) ان الطالب غالبا ما يندمج مع محتوى الدروس الالكترونية ويتفاعل معها اذا ما احتوت حالات يتحدى من خلالها قابلياته ويختبر فيها قدراته والتي تحفزه لبذل مجهود اكبر في الاداء.

وان ممارسة طلاب المجموعة التجريبية لمهارات التنس بصورة حقيقية في الملعب وبين زملائهم والايجابيات المتحصلة من التعليم المتبع بوجود مدرس المادة وخصائص الدروس في تقديم الخبرات التعليمية والمتمثلة بتكرارات الاداء والتصحيح والتي سبقت التعلم بالمحاكاة كان لها الاثر الايجابي في تثبيت الشكل الاولي للمهارة لكونها الاساس التي انطلق منها التعلم تلاها التعلم بالمحاكاة وبما يحتويه من مميزات وتداخل هاتين البيئتين التعليميتين المختلفتين لتكامل احدهما الاخرى كان لها التأثير الايجابي في تطوير اداء المهارة، ويشير "ظافر هاشم" (2002) لغرض الاقتراب من تعلم المهارة الحركية التي هي حجر الاساس في ممارسة الرياضات والالعاب لابد من التجديد والتنوع في الاساليب وتنظيم التمارين (الكاظمي:2002: 103).

كذلك ان التغذية الراجعة التي يزود الجهاز الطلاب بها سواء الخارجية منها بنوعها معرفة النتائج KR (اعلان نتيجة النقطة على الشاشة) ومعرفة الاداء PR (مشاهدة الطالب اداءه الحقيقي متمثلا على الشاشة) قد ساعدت الطالب على عزل الاداء الخاطيء وتثبيت السلوك الصحيح مما كان له الاثر الايجابي في تطوير تعلم هذه المهارة، ويشير "يعرب خيون" (2010) "ان تعلم المهارات باستخدام التغذية الراجعة الخارجية يعجل من معدل التعلم وان المدرب والاجهزة التدريبية تمد المتعلم بتغذية راجعة خارجية جوهرية لغرض تحسين الاداء والتعلم فالمدرب يعطي التغذية بشكل لفظي ويعرض شكل الحركة أما الاجهزة التدريبية مثل افلام الفيديو فإنها تعطي معلومات دقيقة حول الاداء وحول النتيجة وعادة ما تكون هذه المعلومات بصرية". (خيون:2010: 120)

وكذلك للالعاب التعليمية التنافسية مثل لعبة اصابة الأهداف المتحركة وإسقاط الأهداف الثابتة وتوجيه الكرات نحو اشكال متفاوتة الاحجام والتي كانت تعتمد على زيادة تكرارات الاداء المطلوب وبدقة عالية وضمن أشكال تفاعلية تتسم بالتشويق كان لها الأثر الايجابي في التعلم وتثبيت الاداء نتيجة التكرار والتصحيح لكونها ركزت على كل مهارة والاداء الصحيح والدقيق لها.

ومما تقدم تحقق صحة الفرض الأول في وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبالية والبعديّة لمجموعتي البحث في تعلم بعض مهارات التنس للطلاب، وهذا ما يمكن أن يعزّيه الباحث إلى التكرارات في التمرينات التي تعرضت لها عينة البحث التجريبية على وفق استراتيجية التعلم المبرمج الخطي، والتي سهلت على عينة البحث الاستجابة في رفع مستوى الأداء، كون هذه الاستراتيجية على وتيرة واحدة من لحظة بدء التعلم للمهارة إلى انتهاء الأمور المتعلقة بها كافة وهو ما يجعل الطالب ضمن بيئة غير متغيرة ويعتاد عليها بصورة مستمرة ليكون متفاعلاً على تنفيذ ما مطلوب منه لإنجاز الواجب الحركي لمهارة التمرير.

#### 4- الخاتمة:

وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبالية والبعديّة بين المجموعات الثالث وصالح الاختبار البعدي، ووجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبالية والبعديّة بين المجموعات الثالث وصالح مجموعة أسلوب التعليم المبرمج، وان التعلم بأسلوب المبرمج (الالكتروني) وما يتميز به من اتاحة الفرصة للطلاب بإداء واقعي للمهارة وحالة اللعب، فضلاً عن توفير احتياجات ولاهتمامات الطالب التقنية وروح المنافسة كان له تأثير ايجابي في تعلم مهارة الارسال بالتنس للمجموعة التجريبية الثانية، وتفوق المجموعة التجريبية بالتعلم بالأسلوب المبرمج على المجموعة التجريبية بالأسلوب التدريبي والمجموعة الضابطة بالتعلم المتبع في تعلم مهارة الارسال بالتنس كونه أعطى فرصة لممارسة المهارات وأدائها وبأسلوب جديد وممتع عبر الالعاب التنافسية الالكترونية.

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث، يوصي بإجراء بحوث ودراسات اخرى لمعرفة أسلوب التعليم المبرمج في تطوير الجوانب المعرفية الأخرى والنواحي المهارية الرياضية الأخرى في الألعاب، وإجراء بحوث ودراسات مشابهة لمعرفة أسلوب التعليم المبرمج لاكتشاف القدرات الإبداعية الاخرى لدى الطلاب وتطويرها عند تعلم المهارات المختلفة، وإجراء وحدات تعليمية ليس للطلاب فقط وإنما للمدرسين، كذلك من أجل معرفة أسلوب التعليم المبرمج والغوص في تفاصيله لما له من أهمية في التعلم، واستخدام الأجهزة الحديثة في الألعاب الالكترونية في تطوير تعلم مهارات التنس أخرى لمادة التنس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لما له من تأثير ايجابي على التعلم، فضلاً عن أن أغلب الفئات العمرية استخدمتها في مجال التنافس فقط ولم تتطرق إلى هذا النوع من المحاكاة في المجال الرياضي.

## المصادر:

- احمد، أبو النجا: طرق تدريس التربية الرياضية ،ط1،مطبعة جامعة، المنصورة ،مصر، (2005)
- احمد، ضياء الدين محمد: اثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الملاكمة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان القاهرة، (1990)
- حيدر قيس مبدر ناھي؛ تأثير الخرائط الذهنية في التحصيل المعرفي وتوجهات المسؤولية التحصيلية وتعلم الضربتين الارضيتين الامامية والخلفية للطلاب بالتنس؛ (رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة المثنى، 2016).
- صريح عبد الكريم الفضلي : محاضرات أقيمت على طلبة الدكتوراه للعام الدراسي 2003 في كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
- ظافر هاشم اسماعيل الكاظمي، الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيرات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية، 2002
- عبد الكريم السامرائي وعباس السامرائي؛ كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية: (البصرة، دار الحكمة، 1991)
- يعرب خيون ; التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط2: (بغداد ،مطبعة الكلمة الطيبة، 2010)
- <http://www.itftennis.com/itn/oncourtassessment>, 2004
- J.Michael Spector and Other ؛Learning and instruction in the digital age: (University of Georgia, 2010).
- Magill, A. Motor learning and control . baton , mc. 2004.
- Morgan, C.F Introduction To Psy Chology, Newyork, Hill.1979
- schmidt,a.r. motor control and learning, il.human kinetics,1982.

التردد النفسي وعلاقته بالتحصيل المعرفي والمهاري لدى الطالبات في السباحة الحرة  
*Psychological Hesitation and Its Relationship to Cognitive and Skill  
Achievement among Female Students in Freestyle Swimming*

م.د. شنكة سليمان عمر

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة صلاح الدين - أربيل

*Dr. Shanga .S .Omer*

*Abstract*

*Shanga.omer@su.edu.krd*

الكلمات المفتاحية: التوتر النفسي، التحصيل المعرفي، المهارات الأساسية، الطالبات، السباحة الحرة.

*Keywords: psychological tension, cognitive achievement, basic skills, female students, free style swimming.*

المخلص

هدف البحث إلى:-

1- تعرف العلاقة بين التردد النفسي والتحصيل المعرفي والمهاري لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-اربيل.

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية. وتكونت مجتمع وعينة البحث من الطالبات المتعلمات للسباحة، وقد قامت الباحثة بإستخدام مقياسي التردد النفسي والتحصيل المعرفي وإجراء بحث الإختبارات للمهارات الأساسية في السباحة الحرة وقد توصلت الباحثة إلى بعض الإستنتاجات ومن أهمها:

1- أظهرت النتائج بأنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الأوساط الحاسوبية والأوساط الفرضية لمقياس التردد النفسي والتحصيل المعرفي لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-اربيل.

2- أظهرت النتائج بأن هناك علاقة إرتباط معنوية بين مقياس التردد النفسي وبعض المهارات الأساسية في السباحة الحرة وأوصت الباحثة بما يأتي:

1- ضرورة الإهتمام ببناء البرامج النفسية التي تؤدي إلى التقليل من التردد النفسي لدى المتعلمات للسباحة الحرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- التشجيع المستمر من قبل المدرسات للطالبات في أثناء أدائهن للمهارات الأساسية في درس السباحة.

***:The research goal is to***

*1- To identify the relationship between psychological hesitation and cognitive and skill achievement of first-stage female students in the College of Physical Education and Sports Sciences at Salahaddin University, Erbil*

*The researcher used a descriptive approach in the style of correlational studies. The research sample and society consisted of female students who learned to swim and the researcher used questionnaires' of psychological tension and cognitive achievement The .and conducted research tests for basic skills in free swimming researcher came to some results.*

***Here are the most important ones:***

*1. The results showed that there are significant differences between the mean and the hypothetical mean of the measure of psychological frequency and cognitive achievement among first-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences at Salahaddin University in Erbil.*

*2. The data showed that there is a strong link between the psychological hesitation scale and some of the most basic swimming skills.*

***The study came up with the following suggestions:***

*1. The College of Physical Education and Sports Sciences should concentrate on developing psychological programs that will assist female students feel less anxious about freestyle swimming.*

*2. The female instructors must continuously encourage the female students when they are taking swimming lessons.*

**1-المقدمة:**

إن التربية الرياضية كمختلف الميادين والذي طرأ عليها الكثير من التطورات في كل الفعاليات الرياضية من خلال عملية التعليم والتدريب، ومساعدة العلوم الأخرى لرفع مستوى الأداء المعرفي المهاري، ومن هذه العلوم التي لها التأثير المباشر على نتائج الطلبة هو علم النفس الرياضي، إذ تلعب العوامل النفسية دوراً هاماً في تحقيق الأهداف، وعمليات التعلم، فهي تؤثر على مستوى الطلبة وقد تسهم في تنفيذ الواجبات التعليمية والتدريبية.

إن الدراسات النفسية الحديثة زادت من إهتمام المختصين بالتربية الرياضية بعلم النفس الرياضي بشكل خاص فقد أكدت البحوث والدراسات النفسية الحديثة على ان كثيراً من الأمراض النفسية المعروفة وكذلك الاخفاقات الرياضية وعدم الحصول على نتائج رياضية جيدة ترجع إلى عوامل وأسباب نفسية كثيرة (خريبط ورسن، 1988، 5).

ويعد علم النفس الرياضي جزء هاماً في ثقافة أي رياضي إن كان مدرباً أو مدرساً أو لاعباً أو طالباً لذا يجب أن يكون جزءاً أساسياً في التعلم والتدريب وبالأحرى ان يكون الجزء الأساسي في إعداد المدربين واللاعبين. (ساجت وآخرون، 2002، 42).

ولقد تزايد الإهتمام بالجانب النفسي ومتغيراته لما له من أهمية كبيرة في العملية التعليمية والتدريبية في مختلف الألعاب، وهناك الكثير من المتغيرات التي تؤثر على الحالة التعليمية والتدريبية وكذلك المنافسات ومن هذه المتغيرات النفسية هي التردد النفسي.

لذلك فإن التردد النفسي من العوامل النفسية المهمة، والذي يمكن ملاحظته من خلال سلوك الفرد في استجاباته للمواقف التعليمية الجديدة في اثناء الأداء المهاري للدرس. والتقدم في المستوى الرياضي ماهو الا عبارة عن تكيفات وظيفية ونفسية تحدث في الأجهزة الداخلية للفرد وتبعاً لها تزداد قدرات الفرد الوظيفية والتي تتباين في درجة التأثير وفقاً لطبيعة كل نشاط وزمن الممارسة وأسلوب الأداء في السباحة. (كريم، 2011، 3).

وتعد رياضة السباحة بصورة عامة واحدة من الفعاليات الرياضية التي تتصف بالصعوبة بالنسبة للمبتدئين بتعلمها نظراً لوجود الوسط المائي الذي يسبب الخوف والتردد وعدم الثقة للمبتدئين بالتعلم، والتي تستخدم وسيلة للتحرك خلاله وذلك عن طريق التوافق بين حركات الذراعين والرجلين لغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان، من هنا تحتاج لعبة السباحة إلى رياضي ذي كفاية بدنية ووظيفية ونفسية عالية.

وأفضل أنواع السباحة هي التي يمكن تعليمها بسهولة للمبتدئين ألا وهي رياضة السباحة الحرة والتي تؤدي إلى تحسين نوع الحركة وسهولة التغيير في اتجاه الحركة والسيطرة على الاستجابات الحركية. وتحتاج رياضة السباحة الى مجهود فردي كبير يبذله السباح خلال التعلم والتدريب فضلاً عن المجهود الذي يبذله في أثناء المنافسات الرياضية وتعتمد السباحة على الاستعداد الشخصي للاعب من النواحي التعليمية والتدريبية ومن ناحيه التوتر النفسي.

وبما أن السباحة من الفعاليات الرياضية المهمة التي تستقطب الكثير من الاهتمام لدى الطلبة في كليات التربية الرياضية ونظراً لان إقبال الطالبات وإندفاعهن نحو ممارسة السباحة تتباين، فالبعض منهن يقبلن بلهفة وحماس كبير على الممارسة والبعض الآخر عكس ذلك. وهذه قد يعود بحسب راي الباحثة الى التحصيل المهاري والمعرفي مما يجعل من الأهمية الاعتناء بها.

ونظراً لحاجة الطلبة الى ادراك طبيعة الاداء المهاري والمعرفي من خلال المفردات الاساسية لمادة السباحة فان اهمية البحث تكمن في كيفية تحقيق افضل عملية للتعلم من الناحيتين النظرية والعملية الخوف والتردد ومعرفة مدى علاقته بالثقة بالنفس والتحصيل المعرفي والمهاري لدى الطالبات يمكن ان يثير إهتمام الكثير من الباحثين في مجال التربية الرياضية نظراً للخوف وعدم الثقة والتردد في أثناء تعلم المهارات الأساسية في مادة السباحة.



## مشكلة البحث:

نتيجة لقلّة البحوث والدراسات النفسية التي تناولت رياضة السباحة بصورة عامة وندرة الدراسات التي تطرقت إلى التردد النفسي في أثناء تعلم المهارات الأساسية من الناحية النظرية والعملية، وبسبب علامات ومظاهر التردد النفسي الواضحة والخوف والقلق والمشاكل النفسية التي تظهر على متعلمي هذه المهارات من طالبات التربية البدنية منذ الوهلة الأولى من دخول المسبح وحوض السباحة، ولعدم تعامل المدرسات مع الجانب النفسي بشكل جيد في أثناء التعليم والامتحانات لهذه المهارات، وقد تبينت للباحثة أيضاً من خلال تدريسها لهذه المادة ولسنوات عديدة وعن طريق ملاحظتها الشخصية واحتكاكها المباشر بهن بأنهن تعانين من الكثير من الخوف والقلق والتردد النفسي ولأجل وضع الحلول المناسبة لهذا التردد والمشاكل النفسية وحث الطالبات على التعلم الأمثل فقد أصبح من الضروري دراسة جانب التردد النفسي عند الطالبات، ولذلك إرتأت الباحثة دراسة هذه المشكلة.

## أهداف البحث:

- 1- تعرف التردد النفسي وأبعاده والتحصيل المعرفي والمهاري لدى طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-اربيل.
- 2- تعرف العلاقة بين التردد النفسي والتحصيل المعرفي والمهاري لدى طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-اربيل.

## 2- منهجية البحث و اجراءاته الميدانية:

### منهج البحث:

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية لملائمته طبيعة المشكلة.

### مجتمع وعينة البحث:

تكونت مجتمع البحث من طالبات المرحلة الأولى بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين-اربيل للعام الدراسي (2021-2022)، والبالغ عددهن (32) طالبة، أما عينة البحث فقد تم اختيارهن بالطريقة العمدية وعددهن (27) طالبة، وتم استبعاد طالبات التجربة الإستطلاعية والتي تم إختيارهن لاجراء الثبات عليهن والبالغ عددهن (5) طالبات.

### وسائل وادوات جمع المعلومات:-

إستعان الباحث بما يأتي:-

- 1- المصادرو المراجع العربية.
- 2- مقياس التردد النفسي لـ (فراس حسن عبدالحسين، 1999) والمعدل من قبل (محمد عبد الحميد طه مقلد، 2017) والمستخدم في البحث. **ملحق (1)**
- 3- إختبار التحصيل المعرفي لـ (زهرة جميل صالح، 2006) والمستخدم في البحث. **ملحق (2)**

#### 4- إختبارات المهارات الأساسية في السباحة الحرة. ملحق (3)

##### المقاييس المستخدمة في البحث:-

##### مقياس التردد النفسي:-

تم بناء مقياس التردد النفسي في الأصل من قبل (فراس حسن عبد الحسين، 1999) والخاص بطلاب كلية التربية الرياضية والذي يقيس التردد النفسي في المجال الرياضي بصورة عامه وقد قام (محمد عبد الحميد طه مقلد، 2017) بإجراء العديد من التغييرات والتعديلات والتبديل الذي يتناسب مع رياضه السباحه وبعد عرضها علي الساده الخبراء واجراء المعاملات الاحصائية قد اشتمل المقياس علي ( 38 ) عباره مقسمه الي اربعة محاور كالاتي:

- المحور التعليمي (12) عباره، وقد فبلغت الحد الأدنى لهذا البعد (12) والحد الأعلى للبعد (48)، أما درجة الحياد بلغت (30).

- المحور البدني (5) عبارات، وقد فبلغت الحد الأدنى لهذا البعد (5) والحد الأعلى للبعد (20)، أما درجة الحياد بلغت (12,5).

- محور الثقة بالنفس (15) عبارات، وقد فبلغت الحد الأدنى لهذا البعد (15) والحد الأعلى للبعد (60)، أما درجة الحياد بلغت (37,5).

- محور الدافعيه (6) عبارات، وقد فبلغت الحد الأدنى لهذا البعد (6) والحد الأعلى للبعد (24)، أما درجة الحياد بلغت (15).

- و يبلغ الدرجة الدنيا للمقياس (38) درجة والدرجة العليا للمقياس تبلغ (152) درجة، أما درجة الحياد فتبلغ (95) درجة. (فراس حسن عبد الحسين، 1999، 215).

##### مقياس التحصيل المعرفي:

تعد الإختبارات التحصيلية من أكثر أدوات التقويم وأساليبه شيوعاً وإستخداماً في تقويم نواتج التعلم، ولهذا تستخدم على نطاق واسع في تحديد مقدار ما تحققه من أهداف تعليمية ومعرفية وإنفعالية ونفس حركية (ماجدة سيد عبيد وآخرون، 2001، 171) ولهذا إستعانت الباحثة بإختبار التحصيل المعرفي المعد من قبل (زهرة جميل صالح، 2006) على طلاب المرحلة الدراسية الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل، وهو نوع من الختبار المتعدد ويتكون من (40) فقرة وأمام كل عبارة ثلاثة أجوبة بما ان فقرات الاختبار التحصيلي موضوعية ومن نوع الاختبار المتعدد ثلاثي البدائل اعطت الباحثة درجة واحدة للاجابة الصحيحة أما الاجابة الخاطئة فمنحتها صفراً وبذلك انحصرت الدرجة بين (0-40). (صالح، 2006، 50)

تحديد بعض إختبارات المهارات الأساسية في السباحه الحره:

قامت الباحثة بتحديد بعض المهارات الأساسية في السباحة الحرة وإختباراتها، وبعدها تم ترشيح مجموعة من الإختبارات التي تقيس تلك المهارات وذلك عن طريق الاستعانة بالمراجع العلمية والدراسات السابقة، وقد تم ترشيح الإختبارات المهارية الآتي:-

- 1- إختبار القرفصاء (المتكور).
  - 2- إختبار الطفو الأفقي على البطن (الانسياب الأمامي).
  - 3- إختبار (التحكم في التنفس).
  - 4- إختبار الزحف على البطن مع حركة الرجلين.
  - 5- إختبار الزحف على البطن مع حركة الذراعين.
  - 6- إختبار الزحف على البطن مع حركة الذراعين والرجلين مع التنفس (السباحة الحرة).
- الاسس العلمية لمقياسي التردد النفسي والتحصيل المعرفي وبعض الإختبارات المهارية في السباحة:

الصدق:

لغرض إستخراج الصدق للمقياس تم عرض مقياسي التردد النفسي والتحصيل المعرفي وبعض الإختبارات في السباحة الحرة على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي والقياس والتتقويم ومادة السباحة، الملحق (4) لبيان مدى صلاحية المقياس لإستخدامها على عينة البحث. وبعد الاطلاع على الإجابات عن مدى صلاحية المقياسين والإختبارات لتطبيقه على العينة، تبين أن هناك اتفاقاً تاماً ونسبة 100% حول صلاحية المقياس لتطبيقها على العينة.

الثبات:

يعد مفهوم الثبات من المفاهيم الأساسية في القياس ويتعين توافره في الإختبار لكي يكون صالحاً للاستخدام (إمام، 1990، 143). ومن أجل التأكد من ثبات المقياس تم استخدام طريقة الإختبار وإعادة الإختبار، وتم تطبيق المقياسين وبعض المهارات الأساسية على عينة من مجتمع البحث والمتمثلة بـ (5) طالبات وهن نفس عينة التجربة الاستطلاعية، وقد تم إجراء الإختبار الأول بتاريخ 2022/2/22 وأعيد إجراء الإختبارات على المجموعة نفسها بعد (10) أيام على إجرائها للمرة الأولى، وذلك بتاريخ 2022/3/1، وهذا متفق مع ما أشارت إليه (آدمز) "أن الفترة الزمنية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني يجب أن لا يتجاوز أسبوعين أو ثلاثة أسابيع". (Adams. 1994 .P.85)

ثم قامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات تطبيق الإختبار الأول لمقياسي البحث وبعض الإختبارات ودرجات الإختبار الثاني للمقياسين وبعض هذه الإختبارات ومن خلالها تم إيجاد معامل الثبات وحقت الإختبارات معامل ثبات عالية.

### التجربة الاستطلاعية:

- قامت الباحثة بتاريخ 2022/2/22 بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة تمثل (٥) طالبات من المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين- أربيل، وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية ما يأتي:
- 1- معرفة معوقات العمل والصعوبات التي قد تواجه الباحثة.
  - 2- التأكد من تسلسل الاختبارات المختارة حسب الصعوبة والسهولة.
  - 3- مدى تفهم العينة لمفردات المقياسين.
  - 4- مدى ملائمة إختبارات المهارات الأساسية للطالبات ومدى تفاعلهن معها.
  - 5- تحديد الوقت المستغرق للاختبارات.

### التجربة الرئيسية:

قامت الباحثة بإجراء التجربة الرئيسية والذي تم فيه توزيع مقياسي التردد النفسي والتحصيل المعرفي وإجراء إختبارات المهارات الأساسية والتي تم تطبيقها على عينة البحث الأساسية بتاريخ 2022/5/17 في المسبح المغلق لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين- أربيل.

### الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الوسائل الإحصائية مع نظام (SPSS- Vertion 22) الحقيبة الإحصائية في تحليل النتائج وبالاعتماد على ما يأتي:- (النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

3-1 عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للتردد النفسي وأبعاده والتحصيل المعرفي لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين- أربيل

### الجدول (1)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي وإختبار (ت) وقيمة المعنوية (sig) للتردد النفسي وأبعاده والتحصيل المعرفي لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين- أربيل.

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	إختبار (ت)	الإحتمالية (sig)	الدلالة
1-	المحور التعليمي	27.3704	2.85749	30	-4.782	0.000	معنوي
2-	المحور البدني	11.8519	1.81243	12.5	-1.858	0.074	غير

معنوي							
معنوي	0.032	-2.266	37.5	3.77954	35.8519	محور الثقة بالنفس	-3
معنوي	0.000	-5.224	15	2.87340	12.1111	محور الدافعية	-4
معنوي	0.000	-6.418	95	6.26708	87.2593	التردد النفسي	-5
معنوي	0.000	8.653	20	3.11370	25.1852	التحصيل المعرفي	-6

نستدل من الجدول (1) النتائج التالية:-

- بلغت الوسط الحسابي لبعد (المحور البدني) في مقياس التردد النفسي (11.8519) والانحراف المعياري (1.81243)، بينما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-1.858) وقيمة الاحتمالية (0.074)، وبما أن قيمة الاحتمالية لهذا المتغير هي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق معنوية بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي البالغ (12.5) لمتغير المحور البدني، مما يدل على أنه لا توجد فروق معنوية بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي.

- بلغت الأوساط الحسابية للأبعاد (المحور التعليمي، محور الثقة بالنفس، محور الدافعية) في مقياس التردد النفسي ومقياس التردد النفسي، (27.3704، 35.8519، 12.1111، 87.2593)، والانحراف المعياري (2.85749، 35.8519، 12.1111، 6.26708) على التوالي، بينما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-4.782، -2.266، -5.224، -6.418) وقيمة الاحتمالية (0.000، 0.032، 0.000، 0.000) على التوالي أيضاً، وبما أن قيم الاحتمالية لهذه المتغيرات جميعها هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الأوساط الحسابية والأوساط الفرضية لهذه الأبعاد ومقياس التوتر النفسي، ومن مراجعة الأوساط الحسابية والأوساط الفرضية تبين بأن الأوساط الفرضية هي أكبر من الأوساط الحسابية، وبما أنه كلما قلت درجة المقياس وأبعاده عن الوسط الفرضي كانت العينة تتسم بدرجة أقل من التردد النفسي ولهذا تعزو الباحثة سبب هذه الفروق إلى أن المدرسات كائن يهتمن بزيادة الوعي لدى الطالبات لرياضة السباحة وذلك من خلال بعض الأهداف التي قامت المدرسات بتوضيحها لهن من خلال توضيح المخاطر التي تتعرض لها الطالبة عند عدم الإنتباه في أثناء الدرس لتجنب بذلك حوادث الغرق وتنمية القدرة على مواجهة المشاكل والشجاعة في القيام بأداء بعض المهارات، فتوضيح ذلك للطالبة جعلتها دائمة الإنتباه لذلك فإستطاعت من أن تكون أيضاً دائمة الحذر والتي تؤدي بالتالي إلى التحفيز الزائد، لأن أغلب الطالبات كن يدخلن إلى هذه الأجواء التعليمية لهذه الرياضة مما جعلتها أكثر تحفيزاً والتي كانت لها الأثر على الأداء الجيد، إذ يبين (جميل كاظم جواد، 2008) بأن هناك مجموعة من الأهداف في رياضة السباحة منها هدف إنساني يسهم في

تجنب حوادث الغرق ونفسي مثل تنمية القدرة على مواجهة الصعوبات والشجاعة .... الخ، كل هذه الأهداف يجب توضيحها للطالب فيستطع التعرف عليها والتي يمكن من خلالها أن تكون له حافزاً مهماً يساعده على الأداء الأمثل وهي من الحاجات الفطرية التي يسعى إلى تحقيقها كل إنسان. (جواد، 2008، 132). وكذلك كانت الطالبات يدركن المخاطر التي من الممكن أن تواجههن في أثناء تعلمهن لمهارات السباحة لذلك كن أكثر إنتباهاً وإدراكاً وتصوراً لعملية التعلم وكذلك تمت إضافة عامل البهجة والمرح في هذا التعلم نتيجة وجودهن في هذه الأجواء لأول مرة، وهذه كانت نتيجة عدم التوتر التي كانت تتمتع بها العينة.

وبزيادة العمليات العقلية هذه أدت إلى زيادة الثقة بالنفس لدى الطالبات فالثقة بالنفس لها علاقة وطيدة بالعمليات العقلية وخاصة الإنتباه، إذ يشير (أسامة كامل، 2000) "بأن الثقة تساعد اللاعب على تركيز الانتباه ويرجع ذلك إلى أن الرياضي لا يحاول تجنب الفشل الذي يأتي نتيجة لضعف الثقة، ويصبح موجهاً للإهتمام نحو الأداء فاللاعب الذي يتسم بضعف الثقة يمتلكه الشعور بالقلق ويستحوذ عليه التفكير السلبي وينشغل بنتائج الأداء أكثر مما يهتم بالأداء ذاته". (راتب، 2000، 342)

كذلك فإن عملية التعلم هذه أدت إلى زيادة الدافعية لديهن فزيادة الدافعية والإثارة في تعلم المهارات التي تتطلب دقة وتركيز عاليين والتي تؤثر على مستوى الأداء وعلى التعلم إذ أن " العلاقة بين الدوافع وحسن الأداء ليست علاقة طردية بسيطة حيث أن زيادة الدوافع سيؤدي إلى الأداء الأضعف وبخاصةً في المهارات الصعبة والمعقدة". (الطالب، 1976، 74-75).

- بلغ الوسط الحسابي لمقياس التحصيل المعرفي (25.1852)، والانحراف المعياري (3.11370)، بينما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (8.653) وقيمة الإحتمالية (0.000)، وبما أن قيمة الإحتمالية هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي ولصالح الوسط الحسابي وتعزو الباحثة هذه الفروق إلى أن خلق المناخ النفسي داخل الطالبات من الشعور بالأمن النفسي، وتوفير الثقة، والدافعية، والسعادة أثناء عملية التعلم كل ذلك قد ساعد على نمو التفكير الإيجابي، مما يؤدي إلى تنظيم عمليات التفكير وتنسيقها بشكل متكامل، إذ يشير (يوسف وآخرون، 2002) إن الفرد يميل إلى ترتيب عمليات التفكير وتنسيقها في أنظمة مترابطة ومنكاملة، وتتضمن عملية التنظيم وضع الأشياء منتظمة على وفق نظام معين حيث يسهل استيعابها، كما إن التوازن المعرفي يتضمن سعي الفرد من أجل الحصول على المعلومات الضرورية التي يحتاج إليها للوصول إلى الفهم والاستيعاب. (قطامي وآخرون، 2002، 221-222).

### 3-2 عرض العلاقة بين التردد النفسي والتحصيل المعرفي والمهاري لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين- اربيل وتحليلها ومناقشتها.

#### الجدول (2)

العلاقة بين التردد النفسي والتحصيل المعرفي والمهاري لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين- اربيل وتحليلها ومناقشتها

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	الإحتمالية (sig)	الدلالة
-1	التحصيل المعرفي	درجة	25.1852	3.11370	0.510**	0.007	معنوي
-2	القرصاء	درجة	5.8148	2.38645	0.394*	0.042	معنوي
-3	التحكم في التنفس	ثانية	45.5100	11.93783	-0.388*	0.045	معنوي
-4	الإنسيابية مع حركة الذراعين	متر	8.4444	2.15430	-0.117	0.561	غير معنوي
-5	الإنسيابية مع حركة الرجلين	متر	9.1852	1.73287	-0.118	0.558	غير معنوي
-6	الإنسيابية بدون حركة	متر	5.8889	1.87254	0.245	0.218	غير معنوي
-7	السباحة الحرة (أداء فني)	درجة	4.9259	2.25194	-0.386*	0.047	معنوي

\*معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0,01)$  وبدرجة حرية (27-2=25)

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0,05)$  وبدرجة حرية (27-2=25)

نستدل من الجدول (5) النتائج التالية:-

- بلغت قيمة معامل الارتباط بين التردد النفسي والتحصيل المعرفي ( $0.510^{**}$ ) بينما كانت قيمة الإحتمالية (0.007) وبما إن قيمة الإحتمالية للتحصيل المعرفي هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، إذا هناك علاقة ارتباط معنوية بين كل من التردد النفسي والتحصيل المعرفي، وتعزو الباحثة سبب هذه العلاقة إلى العلاقة بين التفكير والتحصيل المعرفي إذ أن الدروس النظرية تمثل جهداً مهماً من المتعلم في الحصول على المعلومات اللازمة من خلال البيئة الرياضية التي تعتمد على ممارسة التفكير الإيجابي بشكل واسع، أي إتخاذ تعديلات عميقة ودائمة في الأفكار والانفعالات والسلوك، فهو أسلوب يهدف إلى مساعدة الطالبة على خفض إضطراباتها الإنفعالية وذلك من خلال تنفيذ وإعادة البناء المعرفي له، وتعديل معتقداته الخاطئة حول الأحداث والمواقف التي يمر بها في أثناء تعلم المهارات الأساسية في السباحة الحرة، فالأفكار الجديدة ساعدتهن في تنظيم إدراكهن وأفكارهن. ويشير (جلال سعيد، 1984) الى أن الأفكار والمعلومات الجديدة التي

يقدمها المدرس من خلال العملية التعليمية لها دور كبير في مساعدة الطالبة في إعادة تنظيم إدراكه وتفكيره عن طريق التخلص من أسباب المشكلة ليصل الى درجة الاستبصار لذاته وإدراكه لقدراته وإمكاناته إدراكا سليما. (سعيد، 1984، 176).

- بلغت قيم معامل الارتباط بين التردد النفسي وبعض المهارات الأساسية (القفصاء، التحكم في التنفس، الأداء الفني للسباحة الحرة) ( $0.394^*$ ،  $-0.388^*$ ،  $-0.386^*$ ) بينما كانت قيم الاحتمالية ( $0.042$ ،  $0.045$ ،  $0.047$ ) وبما إن قيم الاحتمالية لهذه المتغيرات هي أصغر من مستوى الدلالة ( $0.05$ )، إذا هناك علاقة ارتباط معنوية بين التردد النفسي وكل من المهارات الأساسية (القفصاء، كتم النفس، الأداء الفني للسباحة الحرة)، وتعزو الباحثة سبب العلاقة بين التردد النفسي ومهارة (القفصاء)، إلى أن ظاهرة تركيز الانتباه هي مهمة للطالبات في درس السباحة لكي يتم تنفيذ الأداء المطلوب وكذلك لأن العينة ليست لديهم شعور بالتوتر وبالتالي جعلت هذا الشعور إلى أن تكون الطالبات يمتلكن درجة عالية من النشاط والحيوية وكذلك درجة عالية من الإستعدادات العقلية المهمة والتي منها التركيز على أداء الواجبات المطلوبة منهن في أثناء المحاضرات، إذ يشير كل من (الطالب والويس، 1993) إلى أن تركيز الانتباه لدى الرياضي تكون من أهم عمليات تنفيذ الأداء الجيد والمطلوب من الرياضي وكذلك الواجبات المحددة له وهذا التركيز له تأثير على بعض العمليات العقلية الأخرى بشكل كبير. (الطالب والويس، 1993، 244). و تعزو الباحثة ذلك في أن حركة التنفس على الرغم من أنها سهلة الا أن تعلمها تعد من المهارات الصعبة في السباحة الحرة، مما تتطلب من المدرسات في مادة السباحة بالتأكيد عليها أي أن هناك توافقاً بين حركة الرأس مع الذراعين والرجلين وإنسيابية الجسم في الماء والتركيز على وكل ذلك تتطلب من المتلمات الوصول الى مرحلة الاتقان للمهارة والوصول الى مرحلة الآلية في التعلم وبالتالي الوقت الكثير للوصول الى مستوى من الاداء الجيد، وهذا ما يؤكد (مقداد وحسن، 2006) بإمكانية استخدام تمارين السباحة بتصحيح الاداء الفني كالسباحة بذرار واحد أو تبادل الذراعين في السباحة الحرة، الامر الذي تساعد في تطور الاداء الفني بشكل سريع (مقداد وحسن، 2006 156).

إلى أن عمليات التعلم الحركي هي عملية نفسية فهي تتضمن عمليات متسلسلة متعددة إذ يؤكد (أحمد أمين، 2008) "بأن التعلم الحركي هو تلك العملية السيكولوجية التي يقوم بها المتعلم والتي لا نراها أو نسمعها ولكن نستدل على حدوثها من نتائجها، فقد أسفرت الدراسة التحليلية لمضمون عملية التعلم ونتائجها أنها عملية مركبة تتضمن مجموعة من العمليات الأقل تركيباً وهذه العمليات حسب ترتيب حدوثها في النشاط النفسي للمتعلم خلال المواقف التعليمية للمهارات الحركية هي أربع عمليات متسلسلة والتي هي الانتباه والتركيز والإدراك والبرمجة" (فوزي، 2008، 121)



- بلغت قيم معامل الارتباط بين التردد النفسي وبعض المهارات الأساسية (الإنسيابية مع حركة الذراعين، الإنسيابية مع حركة الرجلين، الإنسيابية بدون حركة) (-0.117، -0.118، -0.245) بينما كانت قيم الإحتمالية (0.561، 0.558، 0.218) وبما إن قيم الإحتمالية لهذه المتغيرات هي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذا هناك علاقة ارتباط غير معنوية بين التردد النفسي وكل من هذه المهارات.

#### 4- الخاتمة:

أظهرت النتائج بأنه توجد فروق ذات دلالة غير معنوية بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لبعد المحور البدني في مقياس التردد النفسي لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-أربيل، وأظهرت النتائج بأنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الأوساط الحسابية والأوساط الفرضية للأبعاد (المحور التعليمي، محور الثقة بالنفس، محور الدافعية) ومقياس التردد النفسي والتحصيل المعرفي لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-أربيل، وأظهرت النتائج بأن هناك علاقة ارتباط معنوية بين مقياس التردد النفسي والتحصيل المعرفي لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-أربيل، وأظهرت النتائج بأن هناك علاقة ارتباط معنوية بين مقياس التردد النفسي وبعض المهارات الأساسية في السباحة الحرة والتي هي: (القفصاء، التحكم في التنفس، الأداء الفني في السباحة الحرة) لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-أربيل، وأظهرت النتائج بأن هناك علاقة ارتباط غير معنوية بين مقياس التردد النفسي وبعض المهارات الأساسية في السباحة الحرة والتي هي: (الإنسيابية مع حركة الذراعين، الإنسيابية مع حركة الرجلين، الإنسيابية بدون حركة) لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة صلاح الدين-أربيل.

على وفق النتائج التي توصلت إليها الباحثة توصي الباحثة بضرورة الإهتمام ببناء البرامج النفسية التي تؤدي إلى التقليل من التردد النفسي لدى المتعلمات للسباحة الحرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، والتشجيع المستمر من قبل المدرسات للطالبات في أثناء أدائهن للمهارات الأساسية في درس السباحة، ومراعاة التدريسين للتوتر النفسي للطالبات عند أداء الامتحانات النهائية للمهارات الأساسية في السباحة الحرة، والتأكيد على اهتمام القائمين بتعليم السباحة بالجانب النفسي، وضرورة الإهتمام بالاختبارات المستخدمة في البحث الحالي من قبل المدرسات لتعليم المهارات الأساسية في السباحة الحرة، واجراء دراسات مشابهة في استخدام المتغيرات النفسية الأخرى على عينات وطرائق اخرى في السباحة الحرة، والتشجيع المستمر من قبل المدرسات للطالبات في أثناء أدائهن للمهارات الأساسية في درس السباحة.

## المصادر:

- الطالب، نزار مجيد (1976): مبادئ علم النفس الرياضي، مطبعة الشعب، بغداد.
- قطامي، يوسف وآخران (2002) تصميم التدريس، ط2" دار الفكر، عمان.
- الطالب، نزار مجيد و الويس، كامل طه (1993): علم النفس الرياضي، دار الحكمة، بغداد.
- إمام، مصطفى محمود (1990): التقويم والقياس، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.
- - جواد، جميل كاظم (2008): بناء مقياس التردد النفسي لدى متعلمي السباحة عند أداء مهارة القفز ألعامودي إلى الماء (على القدمين)، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد التاسع، المجلد الأول، جامعة بابل.
- حسن، مقداد السيد جعفر و حسن، السيد جعفر حسن (2006): السباحة الاولمبية الحديثة، ط2، مكتب زاكي للطباعة، بغداد.
- مجيد، ريسان خريبط ورسن، ناهدة (1988): علم النفس الرياضي والمنافسات الحديثة: جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة والنشر، البصرة.
- سعيد، جلال (1984): علم النفس الاجتماعي، ط2، دار المعارف، الإسكندرية.
- سيد عبيد، ماجدة وآخرون (2001) أساسيات تصميم التدريس، ط1، دار الصفاء للطباعة والنشر، عمان.
- صالح، زهرة جميل (2006): التفكير الإبداعي وعلاقته بالتحصيل المعرفي والمهاري في مادة السباحة لدى طلاب السنة الدراسية الاولى في كلية التربية الرياضية جامعة الموصل.
- ساجت، صالح شافي وآخرون (2002): مجلة بحوث ودراسات التربية الرياضية: العدد (14).
- عبد الحسين، فراس حسن (1999): بناء مقياس للتردد النفسي في المجال الرياضي (بناء وتطبيق) رساله ماجستير، جامعه البصره.
- فوزي، أحمد أمين (2008): سيكولوجية التدريب الرياضي للناشئين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- كريم، ميثم صالح (2011): التوتر النفسي بكرة السلة عند طلاب التربية الرياضية ضمن مراحلها الثلاثة، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الأول، المجلد الرابع، جامعة بابل.

- محجوب، وجيه (1989): علم الحركة، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.
- Adams. Gsachs. Measurement and evaluation Interaction psychology Guidance :Aolt, New York, 1994, P.85.

### الملحق (1)

#### مقياس التردد النفسي لممارسه السباحه

ت	الفقرات	تنطبق علي تماما	تنطبق علي الي حد ما	لا تنطبق علي الي حد ما	لا تنطبق علي ابدا
	المحور التعليمي				
1-	امتلك الخبره السابقه التي تمكنني من اداء مهارات السباحه				
2-	ادائي غير الجيد في المهارات الاولييه للسباحه يجعلني مترددا في اداء المهارات التاليه				
3-	وجود المعلم يجعلني غير متردد في النزول الي حمام السباحه				
4-	توجيهات المعلم تجعلني مطمئنا من اداء مهارات السباحه				
5-	معرفتي للهدف من المهاره يساعدني علي الاداء الجيد				
6-	وجود الادوات المساعده يجعلني غير مترددا في اداء مهارات السباحه				
7-	ضعف علاقتي بالمعلم تجعلني مترددا في اداء مهارات السباحه				
8-	صعوبه المهارات تجعلني مترددا في ادائها				
9-	اتردد في اداء المهاره حينما اكون غير مواظب علي حضور المحاضرات				
10-	احساسي بالملل في محاضرات السباحه يبعثني عن اداء مهاراتها بصوره جيده				
11-	لا ابالي بنتيجه الاداء النهائيه				
12-	الظروف المناخيه تجعلني مترددا في اداء مهارات السباحه				
	المحور البدني				
13-	نمطي الجسمي يسبب لي الحيره عند اداء مهارات السباحه				
14-	التسخين غير الجيد يجعلني متردد قبل النزول الي حمام السباحه				
15-	احساسي بالارهاق والتعب يجعلني متردد قبل النزول الي حمام السباحه				
16-	اتردد عندما يرتفع نبضي قبل التمرين				
17-	الاعداد البدني غير الجيد يجعلني مترددا في اداء مهارات السباحه				

				محور الثقة بالنفس
				18- ثقتي بنفسي تجعلني لا أتردد في اداء مهارات السباحه
				19- شعوري بالخوف من الاصابه يجعلني مترددا في اداء مهاره السباحه
				20- امتلك حيوية ونشاط يساعداني في اداء مهارات السباحه
				21- شجاعتي تجعلني غير مترددا في اداء اي من مهارات السباحه
				22- لا اتردد في اداء مهارات السباحه عندما اكون هادئ ومستغر نفسيا
				23- عندما اخفق في المرات الاولي لاداء ينتابني شعور بالفشل فاتردد في اداء المهارة
				24- أتردد عندما اتوقع ان مستواي سوف لن يكون بالمستوى المطلوب
				25- شخصيتي هي السبب في ترددي
				26- اتردد عندما يطلب مني منافسه طالب اعلي مني في المستوى
				27- لا استطيع السيطرة علي اعصابي عندما يطلب مني اداء المهارة للمرة الاولي
				28- أتردد عندما اسمع كلمات يشويها الغدر والذم
				29- خجلي سبب ترددي في اداء مهارات السباحه
				30- كفاحي لا يجعلني مترددا في الأداء
				31- اشعر بالتردد في اداء المهارة عندما يشاهدني عدد كبير
				32- اتردد عندما يسخر مني البعض
				محور الدافعيه
				33- قوه ارادتي تؤثر بشكل كبير في اداء مهارات السباحه
				34- توفر المتقذين حول المسبح يحفزني علي اداء مهارات السباحه
				35- رغبتي وحبتي لمحاضره السباحه تجعلني قادرا علي اداء مهارات السباحه
				36- امتلك روحا معنويا عاليه تجعلني ماهرا في اداء مهارات السباحه
				37- اشعر بالتردد في اداء المهارات عندما لا احصل علي حوافز معنويه
				38- التغير المفاجيء في العادات اليوميه يجعلني غير راغب في حضور محاضره السباحه

## الملحق (2)

### مقياس التحصيل المعرفي

جامعة صلاح الدين

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### اختبار التحصيل المعرفي في مادة السباحة

عزيزتي الطالبة

أمامك مجموعة من الفقرات التي تقيس التحصيل المعرفي في السباحة وان لكل فقرة ثلاثة بدائل (إجابات)، اختر البديل الصحيح وذلك بوضع علامة ~~✓~~ ( حول الحرف الذي يدل على الاجابة الصحيحة مع مراعاة ما يأتي :-

1. قراءة كل فقرة بشكل جيد.
2. عدم ترك أي فقرة بدون اجابة.

شاكرين تعاونكي معنا

الباحثة

شنكة سليمان عمر

### اختبار التحصيل المعرفي

1. في مرحلة التعلم الاولى للسباحة يمكن تعليم الطالب على ما ياتي :  
أ-التكنيك العام للسباحة.      ب-التكنيك الخاص للسباحة.      ج-كلاهما.
- 2.الخطوة الاساسية في تعلم المهارات الاولى في السباحة هي:  
أ-التعود على الماء فقط.      ب-التنفس الصحيح فقط.      ج-كلاهما.
- 3.شارك العراق في عام 1956 في البطولة العربية للسباحة في احدى المدن العربية الاتية:  
أ-الدار البيضاء.      ب-القاهرة.      ج-بيروت.
4. تؤثر السباحة تائيرا ايجابيا في جميع اجهزة الجسم وخاصة:  
أ-التنفسي.      ب-الدوري.      ج-العضلي.
- 5.يعد الماء لجسم السباح:  
أ-طاقة طبيعية.      ب-قوة طبيعية.      ج-مدلك طبيعي.
- 6.تعقيم الرجلين قبل النزول الى الماء بمواد:  
أ-برمنكنات .      ب-ماء مقطر.      ج-معطرة.
7. تشير النقوش الاثرية لطرائق تعلم السباحة الموجودة على الاواني الفخارية الى سباحة:  
أ-الفراشة.      ب-الحره.      ج-الظهر.

8. تحتل السباحة الحرة من بين طرائق السباحة المركز الاتية:
- أ-الاول. ب-الثاني. ج-الثالث.
9. دخلت السباحة الحرة ضمن البرنامج الاولمبي في عام:
- أ-1894م. ب-1896م. ج-1898م.
10. تتشابه السباحة الحرة من حيث الاداء الحركي مع سباحة:
- أ-الصدر. ب-الفراشة. ج-الظهر.
11. ان من اهم الاوضاع الاساسية لتعليم السباحة الحرة هو الوضع:
- أ-العمودي . ب-الافقي. ج-شبه العمودي.
12. ان المسار الحركي لضربات الذراعين في السباحة الحرة يتم :
- أ-داخل الماء. ب-خارج الماء . ج-كلاهما.
13. تؤدي ضربات الرجلين في السباحة الحرة بدءا من مفصل:
- أ- القدم. ب-الورك. ج-الفخذين.
14. تكون حركة الرجل الواحدة في السباحة الحرة شبيهة بحركة:
- أ-ذيل السمكة. ب-الفراشة. ج-المجداف.
15. تساعد حركة الرجلين في السباحة الحرة الى:
- أ- تحسين التوافق. ب-ثبات الجسم. ج-تغيير مركز الثقل.
16. يفضل عملية الشهيق في السباحة الحرة من خلال:
- أ- الفم. ب-الانف. ج-كليهما.
17. من الاخطاء الشائعة في عملية التنفس في السباحة الحرة هو ماياتي:
- أ-رفع الراس عاليا. ب-قتل الراس للجانبين. ج-عدم رفع الراس عاليا.
18. كانت سباحة الفراشة تمارس سابقا مع سباحة:
- أ-الحرة. ب-الظهر. ج-الصدر.
19. دخلت السباحة الحرة في السباقات الاولمبية عام:
- أ-1956م. ب-1958م. ج-1959م.
20. تختلف انسيابية الحركة في سباحة الفراشة عن الانواع الاخرى لانها تؤدي بشكل:
- أ-مستقيم. ب-جانبي. ج-تموجي.
21. تطلق تسمية سباحة الفراشة لان مسار حركة الذراعين بصورة:
- أ-دائرية . ب-نصف دائرية. ج-شبه دائرية.
22. تعد سباحة الفراشة ثاني اسرع طريقة بعد سباحة:

- أ-الصدر. ب-الحرّة. ج-الظهر.
23. عند تنفيذ ضربات الذراعين في سباحة الظهر يكون شكل المسار الحركي كما يأتي:  
أ- التماثلي. ب-الدائري. ج-شبه الدائري.
24. تؤدى ضربات الرجلين في سباحة الظهر من الاوضاع الاتية:  
أ-الاعلى الى الاسفل. ب-الاسفل الى الاعلى. ج-كلاهما.
25. عند تنفيذ ضربات الرجلين في سباحة الظهر ، يكون النقل الحركي من المفاصل الاتية:  
أ-القدم. ب-الركبة. ج-الورك.
26. تعد سباحة الصدر هي الاساس لتعلم سباحة :  
أ-الجانبية . ب-الظهر. ج-كلاهما.
27. اول كتاب صدر في تعلم سباحة الصدر عام 1538 هو:  
أ-السباحة الحديثة. ب-محادثه في السباحة. ج-برامج السباحة.
28. تمارس سباحة الصدر في الوقت الحاضر بشكل خاص من قبل:  
أ-الرجال. ب-النساء. ج-كلاهما.
29. فصلت سباحة الصدر عن الفراشة عام:  
أ-1950م. ب-1952م. ج-1954م.
30. ياخذ الجسم في سباحة الصدر اوضاعا مختلفة بسبب الاختلاف:  
أ-الكبير في اقسام الحركة. ب-النسبي في اقسام الحركة. ج-الهام في اقسام الحركة
31. تكون حركة الكفين في بداية الاداء في سباحة الصدر باتجاه ماياتي:  
أ- الخارج والذراعان مثنية. ب-الخارج والذراعان مستقيمة. ج-الداخل والذراعان مستقيمة.
32. عند نهاية حركة دفع الذراعين للاسفل في سباحة الصدر تبدأ العمليات الاتية:  
أ-الزفير. ب-الشهيق. ج-الغطس.
33. تعد عملية تعلم سباحة الصدر من الطرائق الصعبة لكونها تحتاج الى ما يأتي:  
أ-التوافق العضلي العصبي. ب-المطاولة والقوة. ج-السرعة في الاداء.
34. عدد طرائق البدء في السباحة الاولمبية:  
أ- طريقتين. ب-ثلاثة طرق. ج-اربعة طرق.
35. تؤدى عملية البدء من فوق القاعدة في سباحة :  
أ- الحرّة. ب-الفراشة. ج-كلاهما.
36. عند ضم الراس بين الذراعين ليسهل دخول الجسم في الماء بصورة:

- أ-انسيابية.      ب-عمودية.      ج-افقية.
- 37.تعتمد عملية ترك القاعدة في البدء على ما يأتي:  
أ- القوة الانفجارية للرجلين.      ب-سرعة الاستجابة.      ج-مرونة الجسم.
38. عند اداء الدوران في السباحة الحرة فان الطالب يستخدم الدوران:  
أ-الجانبى .      ب-الامامى.      ج-شبة الامامى.
39. من طرائق الدوران الهامة في سباحة الظهر هو الدوران:  
أ-الامامى.      ب-شبه الامامى .      ج-الخلفى.
40. تتلخص اهمية الدوران في السباحة بانواعها على مساعدة السباح في اعطائه:  
أ- القوة.      ب-السرعة.      ج-تغيير اتجاه الريح.



تأثير برنامج إرشادي نفسي في التيقظ الذهني للاعبين الشباب بسلاح الشيش في المبارزة  
*The effect of a psychological counseling program on the mental alertness  
of young players for the foil fencer*

رجاء حسن إسماعيل

المديرية العامة لتربية محافظة ديالى

مديرية النشاط الرياضي والمدرسي

*Dr. Raja Hassan Ismail*

*General Directorate of Education*

*of Diyala Governorate*

*Directorate of Sports and School Activities*

*dr.rajaa.hassan3@gmail.com*

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي نفسي، التيقظ الذهني، لاعبو سلاح الشيش بالمبارزة.

**Keywords:** *psychological counseling program, mindfulness, fencing blinds.*

**المخلص:**

هدف البحث إلى إعداد مقياس التيقظ الذهني للاعبين المبارزة الشباب، وإعداد منهج إرشادي نفسي مستند للتيقظ الذهني بالمبارزة، وتعرف تأثير البرنامج الإرشادي النفسي في التيقظ الذهني لدى لاعبي سلاح الشيش بالمبارزة، لتفترض الباحثة بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للتيقظ الذهني لدى عينة البحث، وأعتمد المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة على عينة من لاعبي سلاح الشيش الشباب في رياضة المبارزة من أندية المبارزة الشباب للموسم الرياضي (2023/2022) البالغ عددهم الكلي (67) لاعباً الذين يتدربون جميعهم في مدرسة رعاية الموهبة الرياضية بالمبارزة، اختيرت هذه العينة عمدياً بالاسلوب الاجرائي بعد المسح بمقياس التيقظ الذهني للاعبين المبارزة، إذ بلغ عددهم (9) مبارزين بنسبة (13.433) من مجتمعهم الاصل، كما عمدت الباحثة بإعداد هذا المقياس على وفق إجراءات منهجية ومعالجات إحصائية ليلائم خصوصية البحث وعينته، ومن ثم اعداد البرنامج الارشادي النفسي المستند للتيقظ الذهني وتجريبه على المبارزين المحددين للمجموعة التجريبية الارشادية على مدى (6) اسابيع متتالية بواقع جلسة إرشادية واحدة في الاسبوع، إذ بدأ التجريب بتطبيق المقياس بالاختبارات القبلية في يوم الاحد الموافق (2023/3/5) ومن ثم تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي الرياضي للمدة من (2023/3/7) ولغاية (2023/4/11)، وليوم الثلاثاء من كل اسبوع، وانتهاء التجريب بتطبيق المقياس بالاختبارات البعدية في يوم الاحد الموافق (2023/4/16)، من ثم معالجة النتائج بنظام (SPSS) لتكون الاستخلاصات والتطبيقات بان مقياس التيقظ الذهني للاعبين المبارزة يصلح لما أعد له ويتمتع بالاسس والمعاملات العلمية لاداة القياس السايكومتري في علم النفس الرياضي، وإن إعداد البرنامج الإرشادي المستند لتنمية التيقظ الذهني بالمبارزة يلائم

لاعبى سلاح الشيش الشباب فى رياضة المبارزة لأندية المبارزة الشباب، ويساعد تطبيق البرنامج الإرشادي النفسى فى تحسين التيقظ الذهني لدى لاعبي سلاح الشيش الشباب، ومن الضروري الاهتمام بالبرامج الإرشادية التي تعنى بتتمية مستوى النواحي الذهنية فى الابحاث الأكاديمية فى علم النفس الرياضي لما لها من مردودات إيجابية للاعبين.

### **Abstract**

*The research aimed to prepare a mental alertness scale for young fencing players, prepare a psychological counseling approach based on mental alertness in fencing, and identify the impact of the psychological counseling program on mental alertness among fencing players, so that the researcher assumes that there are no statistically significant differences between the results of pre- and post-tests for mental awakening among the research sample, and the experimental approach was adopted by designing one experimental group on a sample of young blinds players in fencing from young fencing clubs for the sports season (2022/2023) Their total number (67) players, all of whom train at the Fencing Sports Talent School, This sample was deliberately chosen in a procedural manner after the survey with the mental alertness scale for fencing players, as their number reached (9) fencers by (13.433%) of their original community, and the researcher also prepared this scale according to methodological procedures and statistical treatments to suit the privacy of the research and sampled, and then preparing the psychological counseling program based on mental alertness and experimental on the fencers specified for the experimental guidance group over a period of (6) consecutive weeks by one counseling session per week, as the experimentation began by applying the scale with pre-tests on Sunday (5/3/2023) and then the application of the sports psychological counseling program for the period from (7/3/2023) to (11/4/2023), and on Tuesday of each week, and the end of experimentation by applying the scale with post-tests on Sunday (16/4/2023), Then processing the results with the (SPSS) system to be the conclusions and applications that the mental alertness scale for fencing players is suitable for what was prepared for him and enjoys the foundations and scientific transactions of the psychometric measurement tool in sports psychology, and the preparation of the guidance program based on the development and improvement of mental alertness in fencing is suitable for young blind weapon players in the sport of fencing for young fencing clubs, and the application of the psychological counseling program helps in improving mental alertness among young blinds weapon players, and it is necessary to pay attention to counseling programs that are concerned with improving the level of Mental aspects in academic research in sports psychology because of their positive returns for players.*

## 1-المقدمة:

يركز علم النفس الرياضي الذي هو فرع من فروع علم النفس العام على فهم تأثير العوامل النفسية والعقلية على الأداء الرياضي بغية تحقيق التفوق في المنافسات الرياضية، ويهدف الارشاد النفسي في علم النفس الرياضي إلى توفير الدعم والتوجيه النفسي للرياضيين والمدربين والفرق الرياضية، لتحسين الأداء والتفاعلات النفسية والعاطفية، كما أن لعبة المباراة شأنها كبقية الألعاب التي تتطلب من اللاعب التيقظ الذهني بحكم ما تتطلبه خصوصية هذه اللعبة من حركات التقدم والتقهقر وبخطوات مختلفة فضلاً عن ما يتطلبه الطعن من دقة مكانية ودقة توقيت للطعن، وبهذا فإن العامل النفسي يمكن أن يساهم في تعزيز التحفيز الذاتي للاعب المبارز لاتمام متطلبات لعبته، إذ يعرف التيقظ الذهني "بأنه استمرار لحاضر الذهن بشكل مقصود وهو يشمل جانبيين الأول منها الوعي والثاني الانتباه، إذ يزداد الوعي من خلال المسح العام والرصد المستمر والدائم للخبرة، بينما يزداد الانتباه من درجة الإحساس بالخبرة والتركيز عليها، ويعرف بأنه حالة نفسية حرة تحدث عندما يكون الانتباه مستقراً وحاضراً، من دون أي ارتباط استثنائي نحو الآراء". (سعد، 2012، ص19)، ويعد التيقظ الذهني "حالة وعي مُركّزة وتتّبهُ يمكن الشخص من ملاحظة واستيعاب المعلومات والأحداث المحيطة به بشكل فعّال، ويعد جزءاً من وظائف الوعي وتشمل القدرة على تحليل المعلومات، واستيعاب الأفكار، وملاحظة التفاصيل، وتنظيم الفكر، واتخاذ القرارات السليمة". (Raz & Buhle, 2006, P:369)، كذلك يعد "التيقظ الذهني جزءاً من اهتمام قدرة الفرد على الانتباه والتركيز على مهمة أو نشاط معين، وهو أساسي للتفكير العميق والتحليل الدقيق والاتصال الفعّال". (Dosenbach & Other, 2006, P:802) ، فضلاً عن ذلك أن "بناء نفسية اللاعب في تغيير كثير من الأفكار اللاعقلانية الباعثة على التشاؤم ومساعدته في مواجهة المواقف والتهديدات النفسية تعتمد على مدى قدرته على التصور، أو يقوم بالتخيل بالتردد في مواجهة الموقف المخيف أو بناء موفق جديد أو دحض لفكرة غير عقلانية، سلبية تشاؤمية". (إيهاب، ب ت، ص19)، "وعندما يكون اللاعب في حالة التيقظ الذهني، فإنه يكون على اتصال واعي بتجاربه ومشاعره وأفكاره الحالية، يتميز بالقدرة على التركيز العميق والانتباه الشامل للتفاصيل والتفاعل بشكل مباشر مع الواقع، إذ يساعد التيقظ الذهني على تعزيز الوعي العام والمعرفة والتحكم في العواطف والتفكير، ويعد التيقظ الذهني في الممارسة الرياضية جزءاً هاماً من علم النفس الرياضي، حيث يساعد الرياضيين على الاستفادة الكاملة من إمكانياتهم البدنية والعقلية، بواسطة التركيز العميق والانتباه الشامل، يمكن للرياضيين تحسين الأداء، وزيادة التحكم في العواطف، وتعزيز التناغم بين الجسد والعقل، وتحسين الانتباه والتركيز إذ تُظهر الأبحاث أن التيقظ الذهني المنتاسق يساعد على تحسين القدرة على التركيز والانتباه لمهام محددة وملاحظة التفاصيل

الهامة، ويساهم في تحسين القدرة على التفكير العميق والتحليل الدقيق وحل المشكلات من خلال تعزيز الأداء العقلي". (Fan & Other, 2002, P:344)، إذ أنه "القدرة على إدراك المشاعر بالضبط خلال المواقف يشتمل البقاء في قمة ردود الأفعال لهذه المواقف والتحديات والأشخاص، ومن جهة أخرى فإن الوعي بالذاتي المرتفع يتطلب استعدادا لتحمل انعكاس المشاعر التي قد تكون سلبية". (عبد الرحمن، 2014، ص34)، وبذلك فإنه للتيقظ الذهني فوائد عدة من أهمها "المزيد من التركيز، والإستمتاع بما تحمله حواسنا إلينا بشكل أكبر، والمزيد من اليقظة تجاه مشاعرنا، والشعور المتزايد بالغبطة، والإتصال بشكل أعمق مع الآخرين، وتفتح الذات تجاه البعد الروحي". (طوني، 2011، ص20-21)، ولتحسين العامل النفسي في التدريب الرياضي فإنه لابد من برامج نفسية تتناول تشخيص نواح الضعف بغية معالجتها بجلسات إرشادية تقوم على أسس القياس بالاعتماد على الاطار المرجعي للظاهرة المطلوب تحسينها أو معالجتها، ومن هنا ظهرت الحاجة إلى التقيد بمحددات علم النفس الرياضي في إعداد وتطبيق برامج الإرشاد النفسي، إذ يُعرف الإرشاد النفسي بأنه "علم وفن وممارسة فهو حديث النشأة إذ أنه ظهر بداية مرتبطاً بحركة التوجيه المهني في أوائل القرن العشرين لكنه لم يزدهر إلا في الثلاثينيات، وعملية الارشاد تهدف الى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته وينمي امكانياته وتحقيق أهدافه وتحقيق الصحة النفسية والتوافق شخصياً وتربوياً ومهنياً وأسرياً". (عامر واخرون، 2016، ص23)، ويعرف الإرشاد النفسي بأنه "يتضمن مقابلة في مكان خاص يستمع فيه المرشد ويحاول فهم المسترشد، ومعرفة ما يمكن تغييره في سلوكه بطريقة أو بأخرى يختارها ويقرها المسترشد ويجب أن يكون المسترشد لديه مشكله، ويكون لدى المرشد المهارة والخبرة للعمل مع المسترشد من أجل الوصول الى حل المشكلة". (إبراهيم، 2016، ص10)، كذلك فإنه من الممكن اخضاع الرياضيين إلى برامج تقوية التيقظ الذهني من خلال تعزيز الذاكرة واسترجاع المعلومات لتعزيز القدرة على استرجاع المعلومات وتحسين الذاكرة العاملة، وتحسين الاتصال الاجتماعي والتفاعل من خلال تعزيز القدرة على الانتباه والتركيز أثناء التفاعلات الاجتماعية وتعزز القدرة على التفاعل بشكل فعّال مع الآخرين (Dosenbach & Other, 2006, P:807)، كما أنه هنالك بعض الطرائق التي يمكن تحقيق التيقظ الذهني في الممارسة الرياضية تشمل كمل من التأمل وتمارين التركيز إذ يمكن للرياضيين ممارسة تقنيات التأمل وتمارين التركيز لتهدئة العقل وزيادة الوعي باللحظة الحالية في أثناء التمرين، والوعي الحسي إذ أنه يتعلق بتوجيه الانتباه بشكل متعمد إلى الحواس المختلفة مثل الشعور بالتنفس والحركة والحواس البصرية والسمعية في أثناء ممارسة الرياضة، وتحديد الأهداف إذ أنه تحديد أهداف واضحة وقابلة للقياس يمكن أن يساعد على التركيز والانتباه الذهني في أثناء التدريب والمنافسة، والممارسة الاعتيادية إذ أنه من خلال ممارسة متكررة ومنظمة، يصبح التيقظ الذهني عادةً واعية في الممارسة الرياضية، ومن ثمّ يصبح

أسهل تحقيقه". (Keng & Other, 2011, P:1048)، إذ أنه "من آثار قلة اليقظة الذهنية تتمثل بتأثيرات نفسية تظهر في على شكل إحباط وإكتئاب والشعور بقلّة الحيلة والظلم والأرق، تأثيرات ذهنية تتمثل بعدم القدرة على التفكير الصحيح، وعدم القدرة على التركيز، وضعف الاستيعاب، والنسيان بصورة غير طبيعية ومن الواجب تدارك انخفاض هذا المستوى من لدن الافراد انفسهم او بمساعدة البرامج النفسية". (عبد الله، 2010)، من خلال هذا الاستطراد المختصر عن التفاعل ما بين الارشاد النفسي والتحسينات المطلوب تحقيقها في التيقظ الذهني من الممكن أستيضاح بأنه لا يمكن أغفال أهمية دور العامل النفسي في العملية التدريبية والمنافسات وما يمكن أن يؤثر هذا العامل في حالة المبارزين، مما حظي العامل النفسي والعقلي بالعديد من أهتمامات الابحاث الأكاديمية التي تسعى للوصول بهم إلى أفضل ما يمكن من السلامة النفسية والعقلية، مما أثمر ذلك بنتائج كثيرة لمختلف الظواهر المبحوثة ضمن البيئة الرياضية لتدريب المباراة، وكما هو معلوم أن بعض الظواهر لا يمكن ملاحظتها بشكلٍ تكهني من لدن الباحثين ما لم يعمدوا إلى قياسها سايكومترياً، أي يستلزم تشخيصها بعملية القياس، ومن متابعة الباحثة لمبارزي الأندية الرياضية الذين يتدربون في مدرسة رعاية الموهبة الرياضية والمداولة مع بعض المدربين لهذه الأندية حول المشكلات النفسية التي يعاني منها لاعبي سلاح الشيش بحكم تماسهم المباشر مع هؤلاء المبارزين وجدت الحاجة إلى قياس ظاهرة التيقظ الذهني لما لها من دور في العامل المهاري والخططي في اثناء التدريب والمنافسة ومعرفة مستوى المبارزين في هذه الظاهرة، ليتم التجريب بالبرامج النفسية التي من الممكن أن تعكس تأثيراتها الايجابية تحسينات على العامل النفسي بالتدريب الرياضي، ليهدف بذلك البحث إلى:

✪ إعداد مقياس التيقظ الذهني للاعبي المباراة الشباب.

✪ إعداد منهج إرشادي نفسي مستند للتيقظ الذهني للاعبين الشباب بالمبارزة.

✪ تعرف تأثير البرنامج الإرشادي النفسي في التيقظ الذهني لدى لاعبي سلاح الشيش بالمبارزة. وبذلك تقترض الباحثة الآتي:

✪ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للتقيظ الذهني لدى عينة البحث.

**2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:** في ضوءٍ مُتطلبات مشكلة البحث، وما فرضته على الباحثة أعتد منهج البحث التجريبي، وأختير التصميم التجريبي ذي المجموعة التجريبية الواحدة ذات الضبط شبه المحكم بالاختبارين القبلي والبعدي.

**1-2مجتمع البحث وعينته:** يتمثل مجتمع بلاعبي سلاح الشيش الشباب في رياضة المباراة من أندية المباراة الشباب للموسم الرياضي (2023/2022) البالغ عددهم الكلي (67) لاعباً الذين يتدربون جميعهم في مدرسة رعاية الموهبة الرياضية بالمبارزة، أختيرت عينة البحث منهم عمدياً

بأسلوب المسح الاجرائي ممن لم يتعدى وسطهم الحسابي الوسط الفرضي لمقياس التيقظ الذهني بالمبارزة الذين بلغ عددهم (9) مبارزين ليمثلوا عينة البحث بنسبة (13.433) من مجتمعهم الأصل، وبناءً على متطلبات البحث وخصوصيته أختير من هذا المجتمع (6) مبارزين للعينة الإستطلاعية يمثلون ما نسبته (8.955 %)، ولعينة التحليل الإحصائي لتعديل المقياس (30) لاعب يمثلون ما نسبته (44.776 %) من المجتمع الأصل.

**2-2-القياس والاجراءات:** عمدت الباحثة إلى مراجعة العديد من المصادر العلمية والدراسات التخصصية التي تعنى بقياس التيقظ الذهني وأعتمد منها على إعداد مقياس (أحلام، 2012) (ملحق (1) المبين هيكلته في الجدول (1) :

### الجدول (1)

يبين وصف هيكلية مقياس التيقظ الذهني بصيغته الأولية كما ورد من مصدره

الأبعاد	تسلسل الفقرات	عدد الفقرات	بدائل إجابة الفقرات	مفتاح التصحيح	حدود الدرجة الكلية
التمييز اليقظ	17.13.9.5.1،	9	تنطبق علي دائماً ،	5	45 - 9
	33.29.25.21		تنطبق علي غالباً ،	4	
الانفتاح على الجديد	18.14.10.6.2،	9	تنطبق علي أحياناً ،	3	45 - 9
	34.30.26.22		تنطبق علي نادراً ،	2	
التوجه نحو الحاضر	19.15.11.7.3،	9	لا تنطبق علي أبداً	1	45 - 9
	35.31.27.23				
الوعي بوجهات النظر المتعددة	20.16.12.8.4،	9			45 - 9
	36.32.28.24				
المجموع	36	36	5	5	180-36

إذ أنه بما يلائم خصوصية البحث الحالي وعينته تم تعديل فقرات المقياس وعرضه على مجموعة من الخبراء (ملحق 2)، لاستحصال الصدق الظاهري لهذا الاعداد وكما تبينه نتائج الجدول (2):

### الجدول (2)

يبين نتائج اتفاق الخبراء عن الصدق الظاهري لتعديل فقرات مقياس التيقظ الذهني للاعبين

#### المبارزة

ت	عدد المتفقون	نسبة الإتفاق	ت	عدد المتفقون	نسبة الإتفاق	ت	عدد المتفقون	نسبة الإتفاق
1	23	% 100	13	21	% 91.304	25	19	% 82.609
2	19	% 82.609	14	22	% 95.652	26	21	% 91.304

% 91.304	21	27	% 91.304	21	15	% 95.652	22	3
% 100	23	28	% 82.609	19	16	% 100	23	4
% 100	23	29	% 100	23	17	% 91.304	21	5
% 82.609	19	30	% 100	23	18	% 100	23	6
% 95.652	22	31	% 82.609	19	19	% 95.652	22	7
% 100	23	32	% 91.304	21	20	% 86.957	20	8
% 91.304	21	33	% 100	23	21	% 100	23	9
% 100	23	34	% 82.609	19	22	% 82.609	19	10
% 100	23	35	% 95.652	22	23	% 95.652	22	11
% 91.304	21	36	% 95.652	22	24	% 82.609	19	12

### عدد المتخصصين الأكاديميين (23)

بعد استحصال الصدق الظاهري والحصول على صورة المقياس المُعد للمبارزين تم تجريب المقياس على العينة الاستطلاعية ولم توجد اية ملاحظات تذكر، كما تطلب التحقق من القدرة التمييزية للفقرات بأعتماد درجات تطبيق صورة المقياس على عينة التحليل الاحصائي والمعالجة الاحصائية للمجموعتين الطرفيتين المحددتان بنسبة (27%)، وكما تبينه نتائج الجدول (3):

### الجدول (3)

يبين نتائج القوة التمييزية لمقياس التيقظ الذهني للاعبين المباراة

ت الفقرات	ن	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t)	(Sig)	دلالة الفروق	القبول
1	8	العليا	4.38	0.744	8.611	0.000	دال	مميزة
	8	الدنيا	1.25	0.707				
2	8	العليا	3.75	0.886	7.78	0.000	دال	مميزة
	8	الدنيا	1.13	0.354				
3	8	العليا	3.5	1.195	4.965	0.000	دال	مميزة
	8	الدنيا	1.25	0.463				
4	8	العليا	3	0.756	7.483	0.000	دال	مميزة
	8	الدنيا	1	0.000				
5	8	العليا	3.13	0.991	4.848	0.000	دال	مميزة
	8	الدنيا	1.25	0.463				
6	8	العليا	3.88	1.356	5.55	0.000	دال	مميزة
	8	الدنيا	1.13	0.354				
7	8	العليا	3.13	0.835	6.242	0.000	دال	مميزة

				0.354	1.13	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	8.881	0.756	4.50	العليا	8	8
				0.707	1.25	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	4.733	0.756	3.5	العليا	8	9
				0.926	1.5	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	7.392	0.518	4.38	العليا	8	10
				0.916	1.63	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	6.242	0.518	3.63	العليا	8	11
				0.744	1.63	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.667	0.744	3.63	العليا	8	12
				0.756	1.5	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	7.726	0.744	3.38	العليا	8	13
				0.354	1.13	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	6.148	0.926	3.5	العليا	8	14
				0.463	1.25	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	6.677	0.926	4	العليا	8	15
				0.707	1.25	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.167	0.518	3.63	العليا	8	16
				0.886	1.75	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.657	0.707	3.75	العليا	8	17
				0.707	1.75	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.194	0.886	3.75	العليا	8	18
				0.744	1.63	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.667	0.926	3.5	العليا	8	19
				0.518	1.38	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.805	1.035	3.75	العليا	8	20
				1.518	1.38	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.475	0.991	4.13	العليا	8	21
				0.926	1.5	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	6.591	0.744	4.38	العليا	8	22
				0.916	1.63	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	7.492	0.641	4.13	العليا	8	23
				0.756	1.5	الدنيا	8	



مميّزة	دال	0.000	10.286	0.641	4.13	العليا	8	24
				0.463	1.25	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	6.325	1.061	3.63	العليا	8	25
				0.354	1.13	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	6.099	1.165	3.75	العليا	8	26
				0.354	1.13	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.389	0.991	3.88	العليا	8	27
				0.756	1.5	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.004	3.389	0.926	3.5	العليا	8	28
				0.991	1.88	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.001	3.994	0.916	3.63	العليا	8	29
				0.835	1.88	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	4.793	0.916	3.63	العليا	8	30
				0.744	1.63	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	6.048	0.916	3.63	العليا	8	31
				0.518	1.38	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.000	5.805	1.035	3.75	العليا	8	32
				0.518	1.38	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.001	3.972	0.707	3.25	العليا	8	33
				0.916	1.63	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.002	3.862	0.926	3.5	العليا	8	34
				0.886	1.75	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.002	3.742	1.069	4	العليا	8	35
				1.069	2	الدنيا	8	
مميّزة	دال	0.001	3.972	0.744	3.38	العليا	8	36
				0.886	1.75	الدنيا	8	

درجة الحرية ن=2-14 مستوى الدلالة (0.05) دلالة التمييز إذا كانت درجة (Sig)  $\geq$  (0.05)

تبين نتائج الجدول بأنه أبقى على الفقرات جميعها لتحقيقها شروط قبول تمييز الفقرات، كما انه استكمالاً للتحقق من الصدق التكويني تمت معالجة نتائج التطبيق لاستخراج الاتساق الداخلي للفقرات بإيجاد معاملات ارتباط (بيرسون) البسيط، وكما تبينه نتائج الجدول (4):

#### الجدول (4)

يبين الإتساق الداخلي لمقياس التيقظ الذهني للاعبين المباراة

البعد	ت	بيرسون بين الفقرة والدرجة الكلية للبعد	درجة (Sig)	القبول	بيرسون بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	درجة (Sig)	القبول
التمييز اليقظ	1	0.658	0.000	مُتسقة	0.859	0.000	مُتسقة
	5	0.881	0.000	مُتسقة	0.822	0.000	مُتسقة
	9	0.799	0.000	مُتسقة	0.692	0.000	مُتسقة
	13	0.851	0.000	مُتسقة	0.885	0.000	مُتسقة
	17	0.662	0.000	مُتسقة	0.793	0.000	مُتسقة
	21	0.842	0.000	مُتسقة	0.759	0.000	مُتسقة
	25	0.856	0.000	مُتسقة	0.733	0.000	مُتسقة
	29	0.721	0.000	مُتسقة	0.682	0.000	مُتسقة
	33	0.904	0.000	مُتسقة	0.702	0.000	مُتسقة
الانفتاح على الجديد	2	0.753	0.000	مُتسقة	0.839	0.000	مُتسقة
	6	0.805	0.000	مُتسقة	0.744	0.000	مُتسقة
	10	0.843	0.000	مُتسقة	0.775	0.000	مُتسقة
	14	0.731	0.000	مُتسقة	0.853	0.000	مُتسقة
	18	0.819	0.000	مُتسقة	0.953	0.000	مُتسقة
	22	0.877	0.000	مُتسقة	0.801	0.000	مُتسقة
	26	0.761	0.000	مُتسقة	0.682	0.000	مُتسقة
	30	0.603	0.000	مُتسقة	0.799	0.000	مُتسقة
التوجه نحو الحاضر	34	0.824	0.000	مُتسقة	0.755	0.000	مُتسقة
	3	0.814	0.000	مُتسقة	0.914	0.000	مُتسقة
	7	0.794	0.000	مُتسقة	0.882	0.000	مُتسقة
	11	0.743	0.000	مُتسقة	0.618	0.000	مُتسقة
	15	0.712	0.000	مُتسقة	0.813	0.000	مُتسقة
	19	0.841	0.000	مُتسقة	0.751	0.000	مُتسقة
	23	0.832	0.000	مُتسقة	0.614	0.000	مُتسقة
27	0.847	0.000	مُتسقة	0.893	0.000	مُتسقة	

متسقة	0.000	0.737	متسقة	0.000	0.884	31
متسقة	0.000	0.711	متسقة	0.000	0.619	35
متسقة	0.000	0.719	متسقة	0.000	0.814	4
متسقة	0.000	0.881	متسقة	0.000	0.755	8
متسقة	0.000	0.708	متسقة	0.000	0.729	12
متسقة	0.000	0.755	متسقة	0.000	0.813	16
متسقة	0.000	0.882	متسقة	0.000	0.814	20
متسقة	0.000	0.901	متسقة	0.000	0.891	24
متسقة	0.000	0.824	متسقة	0.000	0.659	28
متسقة	0.000	0.754	متسقة	0.000	0.887	32
متسقة	0.000	0.836	متسقة	0.000	0.774	36

الوعي  
بوجهات النظر المتعددة

$n = 30$  درجة الحرية  $n - 2 = 28$  مستوى الدلالة  $(0.05)$  ، الإرتباط معنوي إذا كانت درجة  $(Sig) \geq (0.05)$

وتم التحقق من الثبات بطريقة التجزئة النصفية ومعالجة النتائج إحصائياً بمعامل بيرسون البسيط بين الجزئين والذي بلغ  $(0.837)$  ومن ثم تصحيحه بمعامل (سبيرمان براون) والذي بلغ  $(0.911)$  عند درجة الحرية  $(28)$  مستوى الدلالة  $(0.05)$ ، وتطلب التأكد من ملائمة المقياس للعينة الحالية تم التحقق التوزيع الطبيعي للمقياس، وكما تبينه نتائج الجدول (5):

#### الجدول (5)

يُبين المعالم الإحصائية النهائية وقيم التوزيع الطبيعي لمقياس التيقظ الذهني للاعبين المباراة

المقياس الكلي	عدد العينة	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء
التيقظ الذهني للاعبين المباراة	30	36	180	124.07	6.982	-0.719

التوزيع الإعتدالي الطبيعي إذا كانت قيمة معامل الإلتواء محددة بين  $(\pm 1)$

بعد أستكمال الباحثة للإجراءات الميدانية والمعالجات الإحصائية توصلت الباحثة إلى الصورة النهائية للمقياس وكما موضح في الملحق (3)، والمبين في الجدول (6):

#### الجدول (6)

يبين وصف هيكلية لمقياس التيقظ الذهني للاعبين المباراة بصورته النهائية بعد الإعداد

الأبعاد	تسلسل الفقرات	عدد الفقرات	بدائل إجابة الفقرات	مفتاح التصحيح	الدرجة الكلية	الوسط الفرضي
التمييز اليقظ	17.13.9.5.1	9	تنطبق علي دائماً ،	⊕ ⊖	45 - 9	108

				33.29.25.21		
45 - 9		تنطبق علي غالباً ،		9	18.14.10.6.2	الافتتاح على
		تنطبق علي أحياناً ،			34.30.26.22	الجديد
45 - 9		تنطبق علي نادراً ،		9	19.15.11.7.3	التوجه نحو
		لا تنطبق علي أبداً			35.31.27.23	الحاضر
45 - 9				9	20.16.12.8.4	الوعي بوجهات
					36.32.28.24	النظر المتعددة
180-36	5	5	36	36		المجموع

عمدت الباحثة إلى أتباع الخطوات العلمية في إعداد البرنامج الإرشادي النفسي المستند لتنمية التيقظ الذهني بالمبارزة وتحسينه من خلال تبني نظرية اليقظة الذهنية لـ "لانجز" في إعداد البرنامج الإرشادي المستند لتنمية التيقظ الذهني بالمبارزة وتحسينه ، وإعتماد نتائج المسح بمقياس التيقظ الذهني بالمبارزة الذي طُبّق على مجتمع البحث لتشخيص الظاهرة لدى لاعبي المبارزة الشباب إذ تحدد من هذا المسح وجود مستوى متدني من التيقظ الذهني لدى بعضهم والذين يمثلون عينة البحث، وهذا التدني يحتاج إلى معالجة من خلال جميع الفقرات التي تشكل الضعف وتضمن أهداف الارشاد النفسي الرياضي في كل جلسته محددة، وكما موضح في الملحق (4).

إذ تضمنت خطوات إعداد تخطيط إنموذج برنامج الارشاد النفسي للاعبي المبارزة كالاتي:

- ⊗ تحديد الإحتياجات للتيقظ الذهني بالمبارزة.
- ⊗ أختيار الأولويات للتيقظ الذهني بالمبارزة.
- ⊗ تحديد أهداف البرنامج الإرشادي النفسي الرياضي وكتابتها.
- ⊗ ايجاد الاستراتيجيات والفتيات لتحقيق الاهداف المخططة للبرنامج الارشادي النفسي الرياضي .
- ⊗ تقويم نتائج البرنامج الإرشادي النفسي الرياضي.
- ⊗ تطبيقات البرنامج الإرشادي النفسي الرياضي.

أما تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي المستند للتيقظ الذهني بالمبارزة فإنها كانت كالاتي:

- 1- يكون جلوس اللاعبين المبارزين في مكان مريح مناسب بحيث لن يكون هناك أية إزعاجات أو مثيرات، وتوفير الأجواء الهادئة وإبعاد كل ما يضرُّ بهذه البيئة الارشادية النفسية من مؤثرات.
- 2- بلغت المدة الزمنية للجلسة الإرشادية الواحدة (45) دقيقة.
- 3- بلغ عدد الجلسات الإرشادية (6) جلسات بمعدل جلسة واحدة في الاسبوع التدريبي الواحد بحسب تواجد المبارزين من مختلف الاندية في مركز رعاية الموهبة الرياضية.
- 4- أستمر تطبيق الجلسات الإرشادية (6) أسابيع زمنية متتالية.

- 5- كانت الجلسة الإرشادية مصاحبة للتدريبات المُتُبعة للاعبين المبارزين وخارج وقتها (أي قبل هذه الوحدات التدريبية المُتُبعة) بدون إدخال أية تجريب على تدريبهم المُتُبَع، وتتضمن خصائص الارشاد النفسي للتيقظ الذهني جوانب ومميزات عدة، وفيما يأتي بعض منها:
- ✧ التركيز العالي: القدرة على توجيه الانتباه بشكل مركز ومتواصل نحو المهمة أو النشاط الحالي.
  - ✧ الوعي الحسي: القدرة على ملاحظة الحواس والتفاصيل الحسية بدقة ووعي.
  - ✧ المرونة العقلية: القدرة على التحول بين الأفكار والمهام بسهولة ومرونة دون الانغماس في التفكير التكراري أو التشتت.
  - ✧ الوعي الذاتي: القدرة على مراقبة الأفكار واستدراكها والمشاعر والتجارب الداخلية بدون الانغماس فيها أو الاندماج الكامل بها.
  - ✧ الانتباه المستمر: القدرة على الاستمرار في الانتباه لفترات طويلة من الزمن دون التشتت أو فقدان الانتباه.

وبدأ التجريب بتطبيق المقياس بالاختبارات القبلية في يوم الاحد الموافق (2023/3/5) ومن ثم تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي الرياضي للمدة من (2023/3/7) ولغاية (2023/4/11)، وبحسب الخطة المذكوره مسبقاً وليوم الثلاثاء من كل اسبوع، والانتهاء التجريب بتطبيق المقياس بالاختبارات البعدية في يوم الاحد الموافق (2023/4/16)، من ثم تمت معالجة نتائج البحث ألياً بنظام الحقيبة الإحصائية الأتجتماعية (SPSS) بحساب كل من قيم النسبة المئوية، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الإلتواء، ومعامل الإرتباط البسيط (Person)، ومعامل إرتباط سبيرمان بروان، واختبار (t-test) للعينات المترابطة، واختبار (t-test) للعينات غير المترابطة.

- الدرجة الكلية للمقياس = عدد الفقرات في المقياس × أعلى وزن في بدائل الفقرات

- الدرجة الكلية للبعد = عدد الفقرات في البعد المحدد × أعلى وزن في بدائل الفقرات

مجموع أوزان البدائل

الوسط الفرضي =  $\frac{\text{عدد الفقرات} \times \text{مجموع أوزان البدائل}}{\text{عدد البدائل}}$

عدد البدائل

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

#### الجدول (7)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمجموعة البحث التجريبية بمقياس التيقظ الذهني بالمبارزة

وحدة القياس	المقارنة	أوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	انحراف الفروق	(t)	(Sig)	دلالة الفرق
(الدرجة)	قبلي	96.89	10.717	33.556	10.52	9.564	0.00	دال
	بعدي	130.44	1.333		5		0	

دال: (Sig)  $\geq$  (0.05) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (ن) - (1) .

تبين نتائج الجدول (7) التحسن الواضح في مستوى التيقظ الذهني لدى لاعبي المبارزة في الاختبارات البعديّة عن ما كانت عليه هذه النتائج في الاختبارات القبلية، والتي تعطي مدلولاً بأنه يمكن تحقيق التيقظ الذهني بوساطة ممارسة الأهتمام الشامل بالتجارب وعملية الوعي الذاتي، بمعنى أن تكون يكون المبارز مُدرّكاً لتفاصيل اللحظة الحالية وما يدور في ذهنه ومشاعره وجسده، وأنه من الممكن أن تساعد بعض التقنيات والممارسات في البرامج الإرشادية النفسية مثل التأمل واليقظة والاسترخاء والتمارين العقلية على تحقيق المستوى المطلوب من التيقظ الذهني، ومن الجدير بالذكر أن التيقظ الذهني بالمبارزة ليس حالة ثابتة بل يمكن أن يتأثر بعوامل مثل التوتر والقلق وعدم التركيز، لذلك فإنه من المهم ممارسة الصبر والاستمرار في تطوير التيقظ الذهني من خلال الممارسات المناسبة في البرامج الإرشادية التي تقوم على أساس القياس المباشر والمعالجة بالجلسات التي تدعم نواح الضعف ورفع مستوى هذه التيقظ، من خلال حسن ما تتضمنه من محتوى ملائم لخصوصية لاعبي المبارزة في بيئتهم التدريبية، إذ أن "التيقظ الذهني يدعم الانتباه العالي والوعي الشامل، تتميز بتركيز عميق وحساسية متزايدة للتفاصيل والتجارب الحسية والعواطف والأفكار، يتم تحقيق التيقظ الذهني بوساطة التركيز على اللحظة الحالية وممارسة الانتباه الشامل للتجارب الداخلية والخارجية". (Tanay & Other, 2013, 192) ، وأنه "تعد مناهج الإرشاد النفسي حالياً واحداً من الأساليب المستخدمة في التدريب لأجل إيجاد اتجاهات جديدة لدى الرياضيين من خلال تعديل السلوك لأنه عملية تعليمية تقوم على نظريات ومبادئ التعلم ليصبح الشخص متوافقاً مع المتطلبات الاجتماعية الحالية والمستقبلية من خلال علاقة تتألف بين المرشد وهو الشخص الذي تم اعداده وتدريبه على طرائق واساليب الإرشاد النفسي والمسترشد وهو الشخص أو العميل الذي يتلقى عملية الإرشاد". (إبراهيم، 2005، ص24)، إذ إن "الجلسات الإرشادية تلعب دوراً حاسماً في دعم التيقظ الذهني وتعزيزه ، حيث توفر الدعم والتوجيه اللازمين

لتطوير المهارات والاستراتيجيات المرتبطة بالتيقظ الذهني، إذ تعمل الجلسات الإرشادية على تمكين الأفراد من الوعي بأنماط الانتباه والتفكير والتصرفات غير الفعّالة التي قد تؤثر سلباً على التيقظ الذهني، وتوفر الأدوات والتقنيات لتحسينها". (Evans & Reeves, 2008, 348)، وأنه "ممكن للإرشاد النفسي أن يساعد الأفراد في تعلم تقنيات الاسترخاء والتأمل والتركيز، وتحسين مهارات التنظيم الذهني والتفكير الإيجابي، وتطوير استراتيجيات التعامل مع التشتت الذهني والضغط النفسية". (Piet & Hougaard, 2011, 1335)، كذلك فإنه "يؤدي الإرشاد النفسي دوراً مهماً في تعزيز اليقظة الذهنية بوساطة تزويد الأفراد بالمهارات والاستراتيجيات اللازمة لتحسين الوعي والانتباه والتركيز. يعمل الإرشاد النفسي على تعزيز الوعي بالعوامل التي قد تؤثر سلباً على اليقظة الذهنية وتوفير الأدوات اللازمة لتحسينها". (Rempfer & Wang, 2017, 1561)، كذلك أن "التيقظ الذهني له فوائد عدة منها تقليل التشتت الذهني على اعتبار أنه أداة فعالة في التحكم في التشتت الذهني وتحسين التركيز على المهمة المطلوبة، وتحسين القدرة على اتخاذ القرارات غي أنه يلعب دوراً حاسماً في تحسين القدرة على اتخاذ القرارات السليمة والمدروسة، إذ أن الأشخاص الأكثر يقظة عقلياً يكونون عادةً أكثر قدرة على تحليل الحقائق وتقييم الخيارات المتاحة، وتقليل التوتر وتعزيز الاستقرار العاطفي على اعتبار أن تطوير التيقظ الذهني يعزز الوعي العاطفي ويُمكن الفرد من التعامل بشكل أفضل مع التحديات العاطفية وتقليل التوتر والقلق. (Tang & Other, 2015, 215)

#### 4-الخاتمة :

إنّ مقياس التيقظ الذهني للاعبين المباراة يصلح لما أعد له ويتمتع بالاسس والمعاملات العلمية لاداة القياس السايكومتري في علم النفس الرياضي، وإن إعداد البرنامج الإرشادي المستند لتنمية التيقظ الذهني بالمبارزة يلائم لاعبي سلاح الشيش الشباب في رياضة المبارزة لأندية المبارزة الشباب، ويساعد تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي في تنمية التيقظ الذهني لدى لاعبي سلاح الشيش الشباب، ومن الضروري الاهتمام بالبرامج الإرشادية التي تعنى بتنمية مستوى النواحي الذهنية في الابحاث الأكاديمية في علم النفس الرياضي لما لها من مردودات إيجابية للاعبين.

#### المصادر:

- إبراهيم سلمان؛ الإرشاد النفسي اسسه وتطبيقاته : اريد ، عالم الكتب الحديثة، 2010.
- أحلام مهدي عبد الله، الكفاية الذاتية المدركة وعلاقتها باليقظة الذهنية والوظائف المعرفية لدى طلبة الجامعة: إطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية للعلوم الإنسانية (أبن رشد)، 2012.

- إيهاب البيلاوي؛ أساليب التوجيه والإرشاد النفسي المدرسي: مصر جامعة الزقازيق، كلية التربية، مصر، (ب، ت).
- سعد أنور بطرس السندي؛ اليقظة الذهنية وعلاقتها بالنزعة الاستهلاكية لدى موظفي الدولة، جامعة بغداد، كلية الاداب، رسالة ماجستير، 2010.
- طوني صغيني، تطوير اليقظة في الحياة اليومية ، مجلة الإسكندرية الالكترونية العدد (415) ، المقال مترجم عن مقال بالانكليزية لطوني صغيني، منشور في مجلة ميستيرا، العدد الثالث، آذار 2011 ، ص20-21.
- عامر سعيد الخيكاني وآخرون؛ الدليل في الارشاد النفسي .. تطبيقاته في الرياضة : العراق، النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2016.
- عبد الرحمن الخالدي، الوعي الذاتي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية: المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز، 2014.
- عبد الله صالح الحصين؛ الضغط النفسي (محاولة للفهم .. وللتعامل)، مقالة منشورة على الموقع الالكتروني(2010) : <http://www.cksu.com/vb/uploaded>
- محمد إبراهيم عيد؛ مقدمة في الارشاد النفسي : القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية، 2005.
- Dosenbach, N. U., Visscher, K. M., Palmer, E. D., Miezin, F. M., Wenger, K. K., Kang, H. C & Petersen, S. E. (2006). A core system for the implementation of task sets. *Neuron*, 50(5), 799-812.
- Dosenbach, N. U., Visscher, K. M., Palmer, E. D., Miezin, F. M., Wenger, K. K., Kang, H. C., & Petersen, S. E. (2006). A core system for the implementation of task sets. *Neuron*, 50(5), 799-812.
- Evans, D. R., & Reeves, R. (2008). Mindfulness and the counseling process. *Journal of Mental Health Counseling*, 30(4), 341-355.
- Fan, J., McCandliss, B. D., Sommer, T., Raz, A., & Posner, M. I. (2002). Testing the efficiency and independence of attentional networks. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 14(3), 340-347.
- Keng, S. L., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. *Clinical psychology review*, 31(6), 1041-1056.
- Piet, J., & Hougaard, E. (2011). The effect of mindfulness-based cognitive therapy for prevention of relapse in recurrent major



*depressive disorder: A systematic review and meta-analysis. Clinical psychology review, 31(6), 1032-1040.*

- Raz, A, & Buhle, J. (2006). *Typologies of attentional networks. Nature Reviews Neuroscience, 7(5), 367-379.*
- Rempfer, M. V., & Wang, S. C. (2017). *A systematic review of mindfulness-based interventions for college students: Mindfulness skills for emotional well-being, mental health, and prevention of risky behaviors. Mindfulness, 8(6), 1559-1574.*
- Tanay, G., Bernstein, A., & Van Beek, I. (2013). *Adaptive and maladaptive attentional focus in distress: The role of mindfulness. Emotion, 13(1), 187-197.*
- Tang, Y. Y., Hölzel, B. K., & Posner, M. I. (2015). *The neuroscience of mindfulness meditation. Nature Reviews Neuroscience, 16(4), 213-225.*

### ملحق (1) يوضح المقياس بصورته الأولية كما ورد من مصدره

ت	فقرات (قبل التعديل)	الحكم والملاحظات
		تبقى كما هي تصلح بهذا تحتاج تُدمج مع تُحذف قبل التعديل التعديل تعديل آخر فقرة أخرى
1	أجد نفسي قادراً على الاصغاء الى أحد الأشخاص وأن أعمل اشياء اخرى في الوقت نفسه.	
2	أنا محب للاستطلاع .	
3	ينشغل جزء من تفكيري بعيداً عن العمل الذي أقوم به.	
4	أستخدم كل الأدوات المتاحة لتحسين قدرتي على الفهم.	
5	أحاول حل المشكلات سواء أكانت سارة أم مزعجة.	
6	لدي القدرة على ابتكار الحلول المجردة للمشكلات .	
7	أميل إلى القيام بعدد من الاشياء في الوقت نفسه.	
8	أحصر نفسي بطريقة واحدة لحل المشكلات التي تواجهني .	
9	استخدم بعض استراتيجيات التفكير الجديدة لمواجهة المواقف الصعبة.	
10	لا أرى جميع المواد الدراسية مترابطة مع بعضها.	
11	استخدم خبراتي السابقة لمواجهة المشكلات المشابهة في المستقبل .	
12	اشعر اني أوجه اليا دون ان اكون على وعي بما افعله .	
13	من السهل ان اصاب بالشروذ الذهني.	
14	أحاول الاستفادة من آراء زملائي لحل مشكلة معينة .	

15	أمتك القدرة على التنبؤ بالاحداث.
16	أتشوق لمعرفة ما الذي سأتعلمه من ملاحظتي للاشياء التي تثير انتباهي.
17	من الصعب ان أجد الكلمات التي أصف بها ما أفكر فيه.
18	أنا على وعي بكل ما لدي من أفكار ومشاعر للآخرين.
19	أجد نفسي بانه يجب ان أفكر بطريقة (أنا أفكر إذن أنا موجود).
20	لدي فضول لمعرفة ما يدور في عقل الآخرين .
21	اندمج في الفعاليات مع الآخرين دون أن أكون متأكداً اني منتبه اليهم.
22	أنا شخص مرن أتجاه اي مشكلة حياتية .
23	لا استطيع الحكم فيما إذا كانت أفكاري جيدة أو غير جيدة.
24	أودي وظائف والمهام الموكلة الي بشكل آلي دون أن أعني ما افعله.
25	أتحدث عن أخطائي وأجدها سبيلاً لأتعلم منها.
26	أميل إلى تقييم ما أنجزه من عمل.
27	لا استطيع مواجهة المشكلات دون أن يتدخل أي شخص معي لحلها.
28	أنا على وعي بالعواقب الوخيمة لأفعالي.
29	لا أميل إلى التخطيط للاشياء التي سأقوم بها .
30	أميل الى تجريب كل ما هو جديد.
31	أحكم على الأمور التي تستحق الاهتمام وما لا قيمة لها من خبرتي.
32	أتمتع بروح الدعابة والفكاهة.
33	أشعر بالقلق من أي تطورات تحدث في حياتي .
34	لا أجيد اختيار الكلمات التي تصف إحساسي.
35	أنتقل كل الأفكار السارة وغير السارة.
36	أمتك أفكار غير عقلانية.

### ملحق (2) يوضح اسماء الخبراء

ت	الاسم	اللقب العلمي والتخصص	مكان العمل الرسمي
1	عصام محمد عبد الرضا	أ.د علم النفس الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
2	علي يوسف البياتي	أ.د علم النفس الرياضي	متقاعد/جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
3	سلمان عبد الواحد كيوش	أ.د علم النفس العام	جامعة بغداد /كلية التربية ابن رشد

4	علي حسين الحلو	أ.د علم النفس العام	جامعة بغداد /كلية التربية ابن رشد
5	فارس سامي يوسف	أ.د. اختبارات	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	عزه عبد الرزاق حسين	أ.د علم النفس العام	جامعة بغداد/كلية التربية للبنات
7	عبد الكريم فاضل	أ.د. تدريب مبارزة	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
8	شيماء عبد العزيز اصعيد	أ.د علم النفس التربوي	جامعة بغداد/كلية التربية ابن رشد
9	ضياء عبد الله النعيمي	أ.د طرائق تدريس	جامعة بغداد/كلية التربية ابن رشد
10	زهرة شهاب أحمد	أ.د اختبارات وقياس	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	مصطفى حسن عبد الكريم	أ.د. تدريب مبارزة	الجامعة المستنصرية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضية
12	إيمان حمد شهاب الجبوري	أ.د علم النفس الرياضي	الجامعة المستنصرية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضية
13	علي سلمان عبد	أ.د اختبارات وقياس	الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
14	مؤيد عبد الرزاق حسو	أ.د علم النفس الرياضي	جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
15	هويدة علي اسماعيل	أ.د علم النفس الرياضي	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
16	رحيم حلو الزبيدي	أ.د علم النفس الرياضي	جامعة ميسان/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
17	سوسن هدود عبيد	أ.د علم النفس الرياضي	جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
18	علي عودة محمد	أ.م.د علم نفس العام	الجامعة المستنصرية /كلية الاداب/قسم علم النفس
19	علي هاشم الوائلي	أ.م.د علم النفس الرياضي	جامعة القادسية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
20	ايمان عباس علي	أ.د علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
21	سدلي جاسم عضيد	أ.د علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
22	سعد عباس عبد الجابري	م.د علم النفس الرياضي	جامعة تكريت - كلية التربية الرياضية
23	فلاح حسن	م.د علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية

### ملحق (3) يوضح التيقظ الذهني للاعبي المبارزة بصورته النهائية

ت	عبارات الفقرات	تنطبق	تنطبق	تنطبق	لا تنطبق
		علي دائماً	علي غالباً	علي احياناً	علي نادراً
1	أحسن الإصغاء للآخرين في الوقت نفسه لتدريباتي بالمبارزة.				
2	أحب إستطلاع مهارات جديدة تدعم أدائي بالمبارزة.				
3	ينشغل تفكيري بمسارات أداء المهارات بالمبارزة بعيداً عن المشتتات.				
4	أميل لاستعمال الأدوات المساعدة لتحسين أدائي بالمبارزة.				
5	أجد الحلول لمختلف المشكلات التي تعترض أدائي بالمبارزة.				
6	أبتكر تشكيلات حركية تثبت حركة الذراع الحرة تساعدني على أدائي بالمبارزة.				

7	أتقن حركات متعددة من أوضاع مختلفة لتدريباتي بالمبارزة.
8	أحدد نفسي باداء تشكيلة حركية محددة عند أدائي بالمبارزة.
9	أستدعي معلوماتي السابقة عند أدائي بالمبارزة.
10	أربط مهارات المبارزة بعضها مع بعض عند أدائي.
11	أربط خبراتي السابقة مع المواقف المشابهة لأدائي الآتي بالمبارزة.
12	أعي بما أوديه خلال مراحل أدائي بالمبارزة.
13	أسيطر على تشتتي الذهني خلال أدائي بالمبارزة.
14	أستفيد من أداء زملائي لتصحيح أدائي بالمبارزة.
15	أنتبأ بنتائج دقة الطعن بسلاح الشيش في المبارزة.
16	أتشوق لمعرفة توقعي بنتائج دقة الطعن بسلاح الشيش في المبارزة.
17	أعبر بتمكن عن تيقظي بما أفكر فيه عن أدائي بالمبارزة.
18	أميز بين مشاعري تجاه كل من زملائي المبارزين.
19	أحدد نفسي بوجوب التفكير بطريقة توصلني لأفضل أداء بالمبارزة.
20	يهمني إستطلاع رأي زملائي عن أدائي بالمبارزة.
21	أندمج مع زملائي على بساط المبارزة بالانتباه إليهم.
22	أتميز بالمرونة في حل مشكلاتي المختلفة في بساط المبارزة.
23	أتمكن من تقييم تشكيلي الحركية لأدائي بالمبارزة.
24	أعي بتطبيق كل مهمه محددة خلال أدائي بالمبارزة.
25	أشخص أخطائي لأتجاوزها في المراحل القادمة من أدائي بالمبارزة.
26	أميل إلى تقييم كل مرحلة من أدائي بالمبارزة.
27	أواجه مشكلات أدائي بالمبارزة بدون مساعدة أي شخص.
28	أعي بنوع تشجيع مدربي لأدائي بالمبارزة.
29	أخطط لرسم التشكيلة الحركية الخاصة بأدائي بالمبارزة.
30	أميل الى تجريب التكنولوجيا المساعدة في إتقان دقة الطعن بسلاح الشيش في المبارزة.
31	أهتم بتقييم ما له صلة بأدائي في المبارزة.
32	أشعر بقبول زملائي لي على بساط المبارزة.
33	أثق بتمكني من مواجهة أي تطورات قد تحدث على بساط المبارزة.
34	أجيد وصف إحساسي عن نجاح دقة الطعن بسلاح الشيش في المبارزة.
35	أقبل مختلف الأفكار التي تساعدني في إتقان دقة الطعن بسلاح الشيش في المبارزة.
36	أمتلك أفكار عقلانية حول طبيعة ادائي بالمبارزة.

#### ملحق (4) إنموذج من مخطط البرنامج الإرشادي النفسي المستند إلى تنمية التيقظ الذهني

##### للاعبي المبارزة

الجلسة الثانية : تحسين القدرة على التمييز اليقظ مدة الجلسة : (45) دقيقة

ت	الموضوع	تنمية وتحسين التمييز اليقظ لدى لاعبي المبارزة
1	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الحاجة إلى تنمية الشعور بالتمييز اليقظ لدى لاعبي المبارزة بطريقة صحيحة .
2	هدف الجلسة والأهداف	تعريف طلاب كلية الشرطة بمعنى وأهمية التمييز اليقظ، أي ان يتمكن لاعبي المبارزة في المجموعة الإرشادية من الاتي:

3	الاستراتيجيات والفنيات	معرفة كيفية تنمية التمييز اليقظ لديهم. معرفة كيفية تقدير تحسين التمييز اليقظ بدون الوصول إلى تشتتهم الذهني من خلال التحكم بالانتباه والتركيز لما هو مهم للواجب المطلوب بدون إفراط أو مبالغة في طاقة التركيز.
4	النشاطات المقدمة	التمييز اليقظ وتأثيره في إتمام المهمات المطلوبة من لاعب المباراة، (مناقشة مستفيضة عن الجوانب التطبيقية لفائدته لهم) تعتمد الباحثة إلى تقديم التفسيرات والتوضيحات اللازمة لمفهوم التمييز اليقظ، ويقصد به بأن اللاعبين اليقظون ذهنياً يبدون عند التمييز إبداعاً عند توليدهم للأفكار الجديدة أو الفعالة وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الإنجاز في المباراة والتي نتج عنها نوعاً معيناً من النشاط والفاعلية والمثابرة. تعرض الباحثة للاعبين في المجموعة الإرشادية مقطع فيديو لمحاضرة علمية لمدة (15) دقيقة، ثم يُطلب منهم تدوين المعلومات المهمة والمعلومات غير المهمة التي شاهدوها في ورقة لغرض معرفة كيفية تنمية التمييز اليقظ بأسلوب واقعي، من ثم تعتمد الباحثة إلى مناقشة هذه المعلومات معهم. تعرض الباحثة مجموعة من الصور المُعبرة بوساطة برنامج (Power Point)، من ثم يوضح أهمية وفائدة التمييز اليقظ إذا عمد لاعب سلاح الشيش في المباراة في التمكن من تنميته وتحسينه لمواجهة الأحداث والمواقف المختلفة سيما في تنفيذ مختلف التمرينات في الوحدة التدريبية أو المواقف الخطئية وتطبيق المهارات في المنافسة .
5	التقويم	تطلب الباحثة من لاعبي المجموعة الإرشادية تلخيص أهم ما جاء بمحاور الجلسة ومناقشة مدار فيها، ومن ثمّ تشخيص السلبيات والإيجابيات في الجلسة.
6	التطبيقات	تطلب الباحثة من لاعبي المجموعة الإرشادية ذكر أهم الفوائد التي يمكن أن تتحقق في تنفيذ مختلف التمرينات في الوحدة التدريبية أو المواقف الخطئية وتطبيق المهارات في المنافسة عند تنمية وتحسين التمييز اليقظ.

تحسين الاداء الإداري لدى اندية إقليم كردستان - العراق بكرة السلة من وجهة نظر كوادرها  
الإدارية والفنية

*Improving the administrative performance for basketball clubs in the  
Kurdistan Region - Iraq from the point of view of its administrative and  
technical cadres*

سرتيب عمر عولا

محمود سردار سلام

كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية

كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية

جامعة صلاح الدين

جامعة صلاح الدين

*Prof. Dr. Srtib Omar Ola*

*Mahmoud Sardar Salam*

*College of Physical Education and  
Sport Sciences*

*College of Physical Education and  
Sport Sciences*

*Salahaddin University*

*Salahaddin University*

تحسين علي اسماعيل

كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية

جامعة صلاح الدين

*Prof. Dr. Tahseen Ali Ismail*

*College of Physical Education and Sport Sciences*

*Salahaddin University*

الكلمات المفتاحية: تحسين الأداء الإداري، اندية كرة السلة، الكوادرها الإدارية والفنية.

**Keywords: Improving the administrative performance, basketball clubs,  
administrative and technical cadres**

**المخلص:**

يعد موضوع الأداء الإداري هام للغاية على مستوى التنظيم ويمثل أحد العوامل المهمة التي تستخدم في تقويم الإدارة، ولذلك لان الأداء لا يعد انعكاساً لقدرات كل فرد ودفاعيته فحسب، وإنما هو انعكاس لأداء هذه التنظيمات ودرجة فاعليتها، وإذا كان الاهتمام بالأداء يساعد التنظيم على تخطي مراحل حياته بنجاح فأنه يساعد المسؤولين في التنظيمات المختلفة أيضاً على اتخاذ القرارات التي ترتبط بإدارتها مثل تخطيط القوى العاملة، إعادة تشكيل البناء التنظيمي، هيكل الحوافز والأجور والتدريب والتطوير. ويهدف البحث الى اعداد مقياس تحسين الأداء الإداري لدى اندية في إقليم كردستان - العراق بكرة السلة من وجهة نظر كوادرها الإدارية والفنية. وتعرف مستوى تحسين الأداء الإداري لدى اندية في إقليم كردستان - العراق بكرة السلة من وجهة نظر كوادرها الفنية والإدارية. وتم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته للمشكلة المراد بحثها لتحقيق أهداف، وتمثل عينة البحث من الأعضاء الفنية والإدارية لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان العراق والبالغ و البالغ عددهم (150) شخصا يمثلون (18) نادياً، قام الباحثون

بتقسيم عينة البحث على جزأين أحدهما للبناء و الآخر للتطبيق، إذ بلغت عينة البناء من (88) شخصاً، من مجتمع البحث الكلي وبنسبة مئوية مقدارها (58.67%) من المجتمع و بواقع (10) أندية، أما عينة التطبيق فكانت (62) شخصاً من مجتمع البحث الكلي وبنسبة مئوية مقدارها (41.33%) من المجتمع و بواقع (8) نادي و عولجت البيانات الأحصائية من خلال برنامج الحاسوب (spss). واستنتج الدراسة الى صلاحية مقياس تحسين الاداء لدى الاندية كرة السلة في اقليم كردستان - العراق من وجهة نظر كوادرها الإدارية والفنية. و أظهر المستوى الكلي للابعاد تحسين الاداء لدى الاندية كرة السلة في اقليم كردستان - العراق من وجهة نظر كوادرها الإدارية والفنية بمستوى مرتفع. و توصلت الدراسة الى ضرورة زيادة الاهتمام بتحسين الاداء لدى الأندية الرياضية بلعبة كرة السلة التي ترتبط بكل ما هو جديد في إدارة الرياضة.

### **Abstract:**

*The issue of administrative performance is very important at the level of the organization and represents one of the important factors that are used in evaluating the administration, and therefore because performance is not considered a reflection of the capabilities and motivation of each individual only, but rather it is a reflection of the performance of these organizations and the degree of their effectiveness, and if interest in performance helps the organization to overcome the stages of its life Successfully, it also helps officials in different organizations to make decisions related to their management, such as manpower planning, reshaping the organizational structure, incentive and wage structure, and training and development .The research aims to Building a questionnaire of Improving the administrative performance for basketball clubs in the Kurdistan Region - Iraq from the point of view of its administrative and technical cadres. And Identifying the level of Improving the administrative performance for basketball clubs in the Kurdistan Region - Iraq from the point of view of its administrative and technical cadres. The researchers adopted the descriptive survey method for suitability to achieve the research objectives ,The research community included (150) persons from the administrative and technical cadres of basketball team They represent (18) clubs ,The researchers divided the research community into two parts ,one for construction and the other for application ,Where the construction sample consisted of (88) presons ,With a percentage of (58.67%) of the total research community ,with (10) clubs. As for the application sample ,it consisted of (62) individuals from the total research community ,with a percentage of (41.33%) from the total community ,with (8) clubs. The data were processed statistically through the program (spss). The researchers drew several conclusions ,including, The validity of the Improving the administrative performance questionnaire*

*for basketball clubs in the Kurdistan Region - Iraq from the point of view of its administrative and technical cadres. And*

*The overall level of the Improving the administrative performance of basketball clubs in the Kurdistan Region-Iraq appeared from the point of view of its administrative and technical staff at a high level. The study concluded that there is a need to increase the interest in improving the performance of sports clubs in the game of basketball, which is related to everything new in sports management.*

## 1- المقدمة:

إنَّ الأداء الإداري الفعال يتضمن كيفية التعامل مع التعقد والتنوع والغموض الحادث في بيئة العمل، ويعتمد النجاح الإداري على ثقة المديرين في الموارد الداخلية للمنظمة ومدى قدرتهم على تهيئة مناخ مناسب يساعد المرؤوسين على إنجاز أعمالهم بأفضل صورة ممكنة. وبالنظر إلى أهمية التطوير كتوجه استراتيجي للمؤسسات أصبحت المراهنة على انشاء ادارة للتطوير الإداري مواكبة للتطورات والتغيرات قناعة راسخة لدى معظم المسيرين لما للتطوير من قدرة على انشاء ويجاد التميز والتفرد للمؤسسة عن باقي المؤسسات وبلوغ مستويات عالية من الاداء المتميز. وهذا الاخير عرفه (السلمي،2003، 23) بأنه " حالة من الإبداع الإداري والتفوق التنظيمي والذي يتحقق من خلال مستويات غير عادية من الاداء والتنفيذ للعمليات الانتاجية ، المالية وغيرها في المؤسسات بما ينتج عنه نتائج وانجازات تتفوق على ما يحققه المنافسون ويرضى عنها العملاء واصحاب المصلحة في المؤسسة. علما أن الأندية الرياضية تمثل أحد أهم المؤسسات التربوية التي تُسهم بشكل كبير في تكوين الشخصية المتكاملة في النواحي البدنية والاجتماعية والصحية والنفسية والفكرية والترويحية من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، وتقدم الأندية الرياضية خدمات مباشرة لأعضائها ومع انتشار هذه الأندية تتكامل الخدمات المقدمة لقطاع عريض في المجتمع، وتتمثل أهم هذه الخدمات في توفير المنشآت الرياضية المختلفة وأجهزة وأدوات ومرافق مصاحبة لإقامة المنافسات الرياضية، وتكوين الفرق الرياضية وتوفير المدربين والإداريين لتدريب وإدارة شؤون هذه الفرق فضلاً عن رعاية اللاعبين المنضمين للمنتخبات القومية، وقد أدت المنافسة الشديدة بين الأندية الرياضية بما تقدمه من خدمات رياضية واجتماعية وترفيهية إلى احتياجها الشديد إلى عمليات التطوير والتحسين المستمر لهذه الخدمات لتحقيق الميزة التنافسية ومواكبة التغيير والتطوير التقني على المستوى العالمي.(الشتيحي،2009، 355)

**مشكلة البحث:** بما ان الحركة الرياضية تعاني عامة من عدة المشاكل ( الإدارية، المالية....الخ) لذا يحاول الباحثون قدر الإمكان الوقوف على مستوى الأداء الإداري في الأندية



والمؤسسات الرياضية لان التطور الإداري مفتاح للتغلب على الكثير من المشاكل التي تعاني منها الأندية.

لذا يحاول الباحثون الوقوف على كيفية وضع الحلول العلمية الناجحة لتلك المشاكل والازمات المالية والإدارية والرياضية في اطار هذا البحث.  
يمكن حصر مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية:

- ما دور القيادة الادارية و أعضاء الهيئة الادارية لتحقيقه و تطوير إدارة النشاطات الرياضية بلعبة كرة السلة في الاندية الرياضية بإقليم كردستان - العراق بالتعاون مع إدارة الاندية و الاتحاد كرة السلة؟

- ما مقدار ما يمتلكونه الأعضاء الإداريين والفنيين من ابعاد تحسين الاداء؟

#### هدف البحث:

1- بناء مقياس تحسين الاداء لدى الاندية كرة السلة في اقليم كردستان- العراق من وجهة نظر كوادرها الإدارية والفنية.

2- تعرف مستوى الأداء الاداري لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان- العراق من وجهة نظر كوادرها الفنية والإدارية

#### 2- إجراءات البحث الميدانية:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة الدراسة الحالية.

#### 2-2 مجتمع وعينة البحث :

حدد الباحث مجتمع البحث والمتمثل بالأعضاء الفنية والإدارية لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان العراق والبالغ عددهم (170) شخص. وقد اختارهم الباحث بالطريقة العمدية ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة التي بلغت (150) شخصاً الذين يمثلون نسبة (88%) من مجتمع البحث، وذلك بسبب التزاماتهم الاجتماعية والحالة الصحية الغير جيدة لبعضهم الاخر. وبما ان عدد افراد الهيئة الإدارية لبعض اندية إقليم كردستان- العراق تتكون من (5-7) او (9) افراد لذا وجبة الملاحظة، كما مبينة في الجدول (1).

2-2-1 عينة البناء : تكونت عينة البناء من (88) شخصاً الذين يمثلون نسبة (58.67) من كوادرها الإدارية والفنية لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان العراق والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة .

2-2-2 عينة التطبيق: تمثلت عينة التطبيق من (62) شخصاً الذين يمثلون نسبة (58.67) من كوادرها الإدارية والفنية لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان العراق. وقد حصل الباحثون على (55) استمارة صالحة للتحليل الاحصائي.

## الجدول (1) يبين عدد افراد عينة البناء و التطبيق

عينة التطبيق		عينة البناء		ت		
الكوادر الفنية	أعضاء هيئة الادارية	الكوادر الفنية	أعضاء هيئة الادارية			
3	5	نادي سنحاريب	2	6	نادي سولاف	1
2	5	نادي قلعة ارييل	2	7	نادي جيهان	2
2	5	نادي سولاف جديد	2	6	نادي خبات	3
2	4	نادي نفط شمال	3	7	زاخو	4
2	5	نادي اسو	2	7	نادي بيشمركة سليماني	5
2	4	نادي افروديت	3	7	دهوك	6
2	5	نادي الفتاة	3	5	نادي هيرش	7
2	5	نادي اكاد	2	6	نادي درينديخان	8
			2	7	نادي سيروان جديد	9
			3	6	نادي غاز شمال	10
55	8	88	10	المجموع الكلي		

### 2-3 أدوات البحث

تعد الأدوات التي يستخدمها الباحث عنصراً أساسياً يستعين به لحل مشكلة بحثه و أدوات البحث هي الوسيلة أو الطريق التي يستطيع بها الباحث حل مشكلة ما، إذ مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة" (محبوب، 2003، 163). استخدم الباحثون أكثر الدراسات مقاييس تم بناؤها، و هذه الدراسة تتشابه في الشق الثاني في بناء مقياس تحسين الاداء ، من خلال المصادر العربية والأجنبية، الشبكة المعلوماتية والمقابلة الشخصية.

### 2-3-1 وسائل جمع المعلومات

استعان الباحثون بالأدوات والوسائل الاتية لغرض إتمام البحث و هي:

- المصادر و المراجع العربية و الأجنبية.
- المقابلة الشخصية.
- استمارة المقياس تحسين الاداء للاندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق بلعبة كرة السلة.
- استمارة جمع و تفرغ البيانات.

#### 2-4 إجراءات البحث الميدانية:

تحقيقا للهدف الأول وهو بناء مقياس التخطيط الاستراتيجي اعتمد الباحث الخطوات الاتية:

#### 2-4-1 تحديد محاور استبانة تحسين الاداء:

من أجل تحديد محاور البحث وتثبيتها تم توزيع محاور البحث المقترحة على المتخصصين في المجال لتحديد صلاحية وأهم المحاور ، إذ تم عرض (5) محاور لتحسين الأداء .وبعد الحصول على إجابات المتخصصين اصبحت المحاور (4) محاور لمقياس تحسين الاداء وكما موضح في جدول (2) إذ حذفت المحور الخامس.

#### جدول (2)

يبين أبعاد تحسين الاداء وأهميتها النسبية ونسبة اتفاق الخبراء

ت	المحاور تحسين الاداء	نسبة الاتفاق
1	الفعالية	92%
2	الكفاءة	88%
3	الجودة	84%
4	الابداع	92%
5	المرونة	68%

2-4-2 صياغة فقرات استبانة قام الباحثون للوصول إلى الأبعاد الخاصة باستبانة تحسين الاداء المطلوب بنائه، بالاطلاع على الأدبيات والمصادر والأبحاث المتعلقة بهذه الأبعاد، ومن خلال الاستفادة منها قام بصياغة (37) فقرة.

#### 2-4-3 تحديد بدائل الإجابة عن فقرات الاستبانة

اختار الباحث مقياس ليكرت الخماسي للإجابات وهذه البدائل هي: (أوافق بشدة- أوافق - أوافق الى حد ما- لا أوافق- لا أوافق بشدة) وتحمل الأوزان (5 - 4 - 3 - 2 - 1) على التوالي.

#### 2-5 صدق استبانة تحسين الاداء

تحقق الباحث من صدق الاستبانة باستخدام عدّة أنواع منها، وهي صدق المحتوى، والصدق الظاهري (صدق المحكمين).

## 2-5-1 صدق المحتوى

لوصول إلى صدق محتوى استبانة تحسين الاداء لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان - العراق، راجع الباحثون المصادر، والأدبيات والبحوث العلمية، والدراسات بهدف جمع المعلومات المتعلقة بالتحسين الأداء وجمعها لاستخراج الأبعاد التي من الممكن أن يشكل من خلالها البناء الرئيس للاستبانة، والتي ساعدت الباحثين بدورها في رسم صورة واضحة وشاملة مكنته من صياغة الفقرات الخاصة بكل بعد من هذه الأبعاد.

وبعد إجراءات صدق المحتوى، وبناء على توجيه الخبراء تم اجراء الصدق الظاهري للمقياس.

## 2-5-2 الصدق الظاهري (صدق المحكمين)

بعد أن تم جمع وصياغة عبارات المقياس بصيغتها الاولية تم عرضها من خلال استمارة استبانة مكونة من المحاور والفقرات تحسين الاداء على مجموعة من المتخصصين في مجال الادارة الرياضية والادارة العامة في الجامعات العراقية والخارجية لغرض إبداء الرأي حول صلاحية المحاور والفقرات، والبالغ عددهم (19) متخصصاً، ويبين الجدول (3) آراء ونسبة اتفاق المختصين في مدى صلاحية الفقرات لمقياس تحسين الأداء.

### الجدول (3)

يبين نسبة اتفاق الخبراء على فقرات استبانة التخطيط الاستراتيجي

ت	اتفاق الخبراء			ت	اتفاق الخبراء		
	الموافقون	غير الموافقون	النسبة المئوية للاتفاق		الموافقون	غير الموافقون	النسبة المئوية للاتفاق
1	17	2	89%	19	15	4	79%
2	18	1	94%	20	15	4	79%
3	16	3	84%	21	18	1	94%
4	13	6	68%	22	18	1	94%
5	16	3	84%	23	16	3	84%
6	18	1	94%	24	16	3	84%
7	12	7	63%	25	15	4	79%
8	14	5	73%	26	15	4	79%
9	11	8	57%	27	9	10	47%
10	15	4	79%	28	17	2	89%
11	16	3	84%	29	11	8	57%
12	15	4	79%	30	18	1	94%
13	16	3	84%	31	17	2	89%
14	11	8	57%	32	11	8	57%

15	17	2	89%	33	15	4	79%
16	13	6	68%	34	15	4	79%
17	10	9	52%	35	17	2	89%
18	17	2	89%	36	15	4	79%
				37	16	3	84%

## 2-6 التجربة الاستطلاعية

ان التجربة الاستطلاعية لها عدد من الأهداف أهمها:

- تعرف مدى وضوح الفقرات وتعليمات المقياس.
  - احتساب الوقت المستغرق للإجابة.
  - الإجابة عن الاستفسارات والتساؤلات ان وجدت.
  - اعداد الصورة النهائية للفقرات قبل القيام بتحليلها احصائيا (مصطفى، 2002، 199).
- قام الباحث بالتجربة الاستطلاعية على ( 8 ) افراد من ضمن العينة الرئيسة ولم يستبعدوا من التجربة الرئيسة ، وقد تبين للباحث أن فقرات المقياسين غير مفهومة من الناحية اللغوية لبعض الأعضاء الإداريين والمدرسين ، مما أدى إلى الصعوبة واستغراق وقت طويل عند الإجابة على المقياس ، لذا لجأ الباحثون إلى ترجمة المقياس إلى اللغة الكردية " لكي يتمكن المستجيب من فهمها والإجابة عنها بشكل أسهل . فقد تم إعادة تطبيق المقياس على العينة التي تجيد اللغة الكوردية فتبين إن التعليمات و الفقرات وبدائل المقياسين واضحة ومفهومة للإداريين والمدرسين وبفارق وقت أقل في الإجابة ، مقارنة عن التطبيق الأول.

## 2-7 القدرة التمييزية للفقرات (الصدق التمييزي) :

لحساب القدرة التمييزية لفقرات مقياسي تحسين الاداء وبهدف استبعاد الفقرات غير المميزة والابقاء على الفقرات المميزة. إذ يشير (سلام العمري وفؤاد مصطفى، 1996، 155) نقلاً عن (Eble) إلى أنّ الهدف من تحليل الفقرات للإبقاء على الفقرات ذات التمييز العالي وهي الفقرات الجيدة في الإختبار " إن الكشف عن القوة التمييزية يجري من خلال معرفة الدرجة الكلية لإجابة أفراد العينة قيد الدراسة ثم ترتيب الاستمارات تنازلياً ، بعدها يتم اختيار مجموعتين طرفيتين بواقع 27% من العينة الكلية التي أخضعت للقياس، مجموعة عليا ممثلة بالأفراد الحاصلين على أعلى الدرجات، ومجموعة دنيا ممثلة بالأفراد الحاصلين على أوطأ الدرجات.(الصمادي، الدرايع، 2003، 67) بين المستجيبين طبق المقياس على العينة المكونة من (88) فرداً من أعضاء الهيئة الإدارية وكوادر الفنية لأندية كرة السلة في إقليم كردستان العراق ولتحقيق ذلك اتبع الباحث الخطوات الآتية:

-استخراج الدرجة الكلية لكل مقياس على حدى بعد تصحيحها.

-ترتيب الدرجات للمستجيبين بشكل تنازلي من اعلى درجة الى أقل درجة.  
تعيين ما نسبته (27%) من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات العليا و(27%) من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا.

تم استخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق في كل فقرة بين هاتين المجموعتين المتطرفتين إذ بلغ نسبة الـ (27%) لكلا الربيعين (24) استمارة، واتضح من خلال القيم التائية لدلالة الفروق ان الفقرات كلها مميزة عند مستوى دلالة (0.05). كما موضح في جدول (4) القدرة التمييزية لمقياسي تحسين الاداء.

#### الجدول (4)

يبين ( القوة التمييزية) بقيم (ت) المحتسبة لفقرات المقياس

الابعاد	ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة
		- س	+ ع	- س	+ ع		
الاجابة	1	4.500	.589	3.20	.832	2.111	.000
	2	4.083	1.017	3.541	1.215	2.399	.001
	3	4.208	.658	4.208	.721	.768	.447
	4	4.166	1.007	3.291	1.082	2.982	.006
	5	4.291	.624	3.287	1.160	3.158	.001
	6	4.923	.734	3.583	.829	3.049	.002
	7	4.445	.476	3.353	.880	1.195	.239
	8	4.000	.884	3.958	.999	1.323	.193
	9	4.416	.653	2.875	.850	3.796	.000
	10	4.166	.761	2.978	1.267	3.256	.000
القائمة	11	4.250	.846	3.416	.974	3.212	.003
	12	4.291	.690	2.976	.907	4.596	.000
	13	4.333	.637	2.666	1.090	5.004	.000
	14	4.500	.659	2.875	1.075	2.854	.000
	15	4.125	.899	3.291	.999	3.682	.004
	16	4.343	.564	3.014	1.041	2.955	.000
	17	3.958	.690	3.125	.797	3.932	.000
	18	4.250	.896	2.916	.717	4.603	.000
	19	4.291	.806	3.458	1.178	2.639	.006
	20	4.333	.816	3.000	.884	5.764	.000
21	4.541	.508	3.33	.868	4.072	.000	

.121	1.585	1.102	3.208	.701	4.333	22
.016	2.523	1.075	3.875	.916	3.833	23
.077	1.816	1.020	3.541	.564	4.565	24
.007	3.952	1.473	3.208	.761	4.166	25
.001	4.411	1.142	3.500	.659	4500	26
.005	2.656	.931	3.541	.858	3.708	27

يتضح في جدول (4) ان القيم التائية المحسبة لفقرات المقياس التحسين الاداء تراوحت ما بين (2.111 - 5.004) و هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1.99) عند درجة حرية (86) ومستوى الدلالة (0.05)، مما تدل ان فقرات المقياس مميزة باستثناء الفقرات (3,7,8,22,24) اذ بلغت قيمة (ت) المحسبة (0,768 ، 1,195 ، 1,323 ، 1,585 ، 1,816) وهي اصغر عند مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية، لذا تدل على أن الفقرات غير مميزة، فقد تم حذفها.

## 2-18 الاتساق الداخلي:

قام الباحثون باحتساب معامل الاتساق الداخلي للمقياس كالاتي، إيجاد كل من معامل الارتباط بين درجات كل فقرة مع درجة البعد الذي تنتمي اليه، ومعامل الارتباط بين درجات كل فقرة مع درجات الكلية للمقياس تحسين الاداء لجميع افراد العينة البناء والبالغ عددهم (88) فردا ، وعليه تحذف الفقرة التي يكون معامل ارتباطها بالدرجة الكلية واطناً باعتبار ان الفقرة لا تقيس الظاهرة التي يقيسها الاختبار بأكمله . ولمعرفة الدلالة الاحصائية فقد تم مقارنتها مع قيمة (ر) الجدولية (0.204) عند درجة حرية (86) ونسبة احتمالية الخطأ  $\geq (0.05)$  وكانت القيم الخاصة بفقرات القائمة جميعها دالة كما في الجدول المرقم (5).

## الجدول (5)

يبين الاتساق الداخلي لفقرات استبانة تحسين الاداء

البعد	الفقرة	ارتباط الفقرة مع درجة البعد		ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للأداة	
		درجة الارتباط	مستوى الدلالة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
البناء	1	.543	.000	.615	.000
	2	.582	.000	.377	.000
	3	.552	.000	.303	.000
	4	.776	.000	.547	.000
	5	.607	.000	.466	.000
التأهيلية	1	.805	.000	.746	.000
	2	.692	.000	.616	.000

3	.635	.000	.561	.000
4	.697	.000	.603	.000
5	.817	.000	.730	.000
6	.784	.000	.692	.000
1	.500	.000	.526	.000
2	.678	.000	.532	.000
3	.579	.000	.441	.000
4	.695	.000	.583	.000
5	.497	.000	.286	.000
6	.583	.000	.561	.000
1	.552	.000	.717	.000
2	.456	.000	.290	.000
3	.601	.000	.303	.000
4	.629	.000	.341	.000
5	.467	.000	.291	.000

## 9-2 ثبات المقياس:

لغرض التحقيق من توافر الثبات في المقياس استخدمت طريقة إعادة الاختبار و كذلك معامل الفا كرونباخ.

## 2-9-1 طريقة التجزئة النصفية:

لاستخراج معامل ثبات بهذه قام الباحثون باستخدام استجابات عينة البناء (88) استمارة متضمنة (6) فقرات بلغ معامل الارتباط (0.813).

## 2-9-2 طريقة ألفا كرونباخ:

استخدمت طريقة معامل ألفا كرونباخ لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس نظراً لأنه يتم تصحيح الفقرات على نحو ثنائي، إذ بلغت قيمة معامل ثبات (0.835). قيم الثبات المستخرجة للمقياس تدل على توافر مستوى عال من خاصية الثبات فيه.

## 2-10 وصف مقياس التخطيط الاستراتيجي بصورته النهائية:

يتكون مقياس التخطيط الاستراتيجي من (4) ابعاد، ذات (5) بدائل (أتفق تماماً- أتفق-أتفق الى حد ما- لا أتفق- لا أتفق تماماً)، كما في ملحق (1)، و موزعة على (4) أبعاد وكلها فقرات إيجابية في اتجاه البعد، وكالاتي :



- 1- بعد ابداع ويضم (6) فقرات وأرقامها كما يأتي : (17\13\9\5\1)
  - 2- بعد الفاعلية ويضم (6) فقرات وأرقامها كما يأتي : (21\18\14\10\6\2)
  - 3- بعد الكفاءة ويضم (5) فقرات وأرقامها كما يأتي : (22\19\15\11\7\3)
  - 4- بعد الجودة ويضم (5) فقرات وأرقامها كما يأتي : (20\16\12\8\4)
- 2-11 طريقة تقييم مستوى الفقرات تحسين الاداء:**

لغرض اعطاء الصيغة العلمية لتقييم مستوى فقرات المقياس واستناداً إلى مصادر العلمية اعتمد الباحثان النسب المئوية على وفق ماياتي:

- (80% ) فأكثر مستوى مرتفع جداً.
- (70%) الى (79%) مستوى مرتفع.
- (60%) الى (69%) مستوى متوسط.
- (50%) الى (59%) مستوى مخفض.
- أقل من (50%) مستوى مخفض جداً. (الدليمي, 2012, 61).

**2-12 تطبيق المقياس بصورته النهائية:**

تم تطبيق أداة بحث التخطيط الاستراتيجي و تحسين الأداء على عينة التطبيق البالغ (62) أفراد من مجموع (8) ناديا موزعين على المحافظات الإقليم كوردستان بتاريخ 2022\07\10 الى 2022\08\10

**2-13 المعالجات الاحصائية :**

استخدم الباحث المعالجات الاحصائية الآتية عن طريق استخدام الحزمة الإحصائية (SPSS) :

- النسبة المئوية
- الوزن المئوي
- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار (ت) لعنيتين مستقلتين

وعولجت البيانات بإستخدام الحزمة الاحصائية SPSS

**3- عرض النتائج البحث وتحليلها ومناقشتها:**

3-1 عرض نتائج الهدف الاول الذي ينص على بناء مقياس تحسين الاداء لدى اندية كرة السلة في إقليم كوردستان - العراق من وجهة نظر كوادرها الفنية والإدارية وقد تحقق هذا الهدف من خلال اجراءات البحث في الباب الثالث.

## الجدول (6)

يبين المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والوزن نسبي والترتيب للاستجابات أفراد عينة الدراسة على مستوى الإبعاد تحسين الأداء لدى اندية كرة السلة

و	الإبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	مستوى الموافقة	الترتيب
1	الإبداع	18.000	2.460	72	مرتفع	4
2	الفاعلية	22.600	2.941	75.33	مرتفع	3
3	الكفاءة	22.836	2.706	76.12	مرتفع	2
4	الجودة	19.309	2.523	77.23	مرتفع	1
	المتوسط الكلي تحسين الاداء	20.686	2.657	75.17	مرتفع	

### 3-2-1 تحليل النتائج ومناقشتها:

يبين جدول (6) نتائج قيم الأوساط الحسابية إذ تراوحت بين (18.000-22.836) والانحراف المعياري بين (2.460-2.941) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي ككل (2.686) بأنحراف معياري (2.657)، و جاء بوزن نسبي (75.17) ، وهذا يشير أن درجة تقدير مستوى الكلي الاداء الاداري لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان- العراق من وجه نظر كوادرها الفنية والإدارية بمستوى مرتفع. وقد بين مستوى بعد الجودة لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان- العراق من وجه نظر كوادرها الفنية والإدارية بمرتبة الأولى، بوسط حسابي قدره (19.309) وانحراف معياري قدره (2.523) و وزن نسبي قدره (77.23) بمستوى مرتفع ، ان الجودة يحرص على خلق بيئة يتم فيها تحسين مهارات الفرد وأنظمة العمل بشكل مستمر ، من أجل تحقيق الجودة والتميز في الأداء باستخدام الوسائل كافة التي تؤدي إلى مراقبة العمل وتحديد أنواع الانحرافات (كاظم، 2000:17). ويعزو الباحثون ذلك إلى أن أعضاء الهيئة الإدارية والكوادر الفنية جادون في عملهم ويهتمون بتطوير المؤسسة بشكل جيد.

وجاء بعد الكفاءة لدى اندية كرة السلة في إقليم كردستان- العراق بالمرتبة الثانية بوسط حسابي قدره (22،836) وانحراف معياري قدره (2،706) و وزن نسبي قدره (76،12) بمستوى مرتفع، تعد الكفاءة الادارية من أنسب الوسائل لتمكين المؤسسة من تحقيق التميز بعدها مفهوماً استراتيجياً يسهم في تحسين اداء المؤسسة ونتاجيتها، الأمر الذي بدوره . يتحقق من خلال الادارة بكفاءة وفاعلية، وكذلك عن طريق صناعة استراتيجيات المؤسسة او من خلال تنفيذ هذه الاستراتيجيات بممارسات مختلف الفعاليات والانشطة الخاصة بالموارد البشرية من استقطاب واختيار وتدريب، وتعويض للموظفين في المؤسسة (ديسلر ، 2014 ، 56).

وجاءت ابعاد ( الفاعلية) و (الابداع) بالمراتب ( الثالثة والرابعة) على التوالي بأوساط حسابية (22.600) ، (18.000) ، وانحرافات معيارية (2.941) ، (2.460) على التوالي. وجاءت هذا البعدين بمستويات (مرتفعة) لكن بدرجات اقل من بعدين الثالث والرابع. يعزو الباحثون إلى أن الفاعلية قد كانت مرتفعة بسبب إن الجهود المبذولة والاستمرارية والعمل الجاد حيث (برحومة،2008،60) يشير الى ان الفاعلية هي عملية مستمرة ومتفاعلة تهدف إلى توجيه الجهود نحو تحقيق أهداف مشتركة باستخدام الموارد المتاحة وتحقيق الكفاءة عندما يكون هنالك تنظيم ورقابه. يستخدم عادة لفظ الفاعلية في مجال الإدارة ليعبر عن تحقيق الأهداف وتطبيق السياسات وفقا لما هو محدد لها. وكذلك يستخدم هذا اللفظ في عمليات التشغيل أو التصنيع ليعبر عن درجة تطابق كلما ارتفعت درجة الفاعلية والعكس صحيح. وكذلك الابداع كانت عالية يعزو الباحثون سبب ذلك الى الابداع التي يمتلكونه أعضاء الهيئة الإدارية لدى اندية كرة السلة وافكارهم الجديدة وهذا ما أشار اليه (الناصر،20،2018) ان الابداع هي الأفكار والسلوكيات الجديدة التي تختلف عن الأفكار والسلوكيات الموجودة حاليا، وإمكانية تغيير السلوك نتيجة لهذه الأفكار بما يساهم في إيجاد حلول للمشاكل وزيادة أداء المنظمة وتطويرها.

#### 4- الخاتمة:

من خلال النتائج التي ظهرت توصل الباحثون إلى صلاحية مقياس تحسين الاداء لدى الاندية كرة السلة في اقليم كردستان- العراق من وجهة نظر كوادرها الإدارية والفنية، وأظهر المستوى الكلي للابعاد تحسين الاداء لدى اندية كرة السلة في اقليم كردستان- العراق من وجهة نظر كوادرها الإدارية والفنية لبعض الاندية بمستوى مرتفع. اما لدى بقية الأندية فكانت النتائج تتراوح بين مستوى (منخفض و متوسط)، ويوصي الباحثون إلى زيادة الاهتمام بتحسين الاداء لدى الأندية الرياضية بلعبة كرة السلة وبحسب المتطلبات العصرية المتماشية مع تطور مستوى الألعاب الرياضية كافة ومنها كرة السلة.

#### المصادر:

- إيمان زغلول راغب (2002): التنمية الإدارية وتقويم أداء مديري الإدارات بالتعليم ما قبل الجامعي في جمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراة، كلية التربية جامعة عين شمس، القاهرة.
- بسام العمري وفؤاد مصطفى السلطان ؛ درجة تحقيق حاجات الإنسان بالزمن لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية : (مجلة دراسات عليا عمان الأردن المجلة 323 العلوم التربوية 3 العدد الأول 1996م).
- ديسلر (2014): ادارة الموارد البشرية ترجمة محمد عبدالعال، وعبد المحسن جودة. دار المريخ للنشر، القاهرة، مصر.

- شاهين ماجد (2010): فاعلية وعدالة نظام تقييم أداء العاملين في الجامعات الفلسطينية وأثره على الأداء الوظيفي والولاء التنظيمي والثقة التنظيمية رسالة ماجستير . الجامعة الإسلامية غزة.
- عبد الله الصمادي وماهر الدرابيع (2003): القياس والتقويم النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق ، عمان.
- عبدالحميد برحومة(2018): الكفاءة والفعالية في مجالات التصنيع والإنتاج مجلة الإقتصاد والمالية، دورية أكاديمية محكمة تصدر عن المركز الجامعي بالوادي العدد الأول ، جانفي.
- علاء حاكم الناصر (2018): الثقافة التنظيمية وعلاقتها بالأبداع الاداري لدى عمداء الكليات ومعاونيهم مجلة البحوث التربوية والنفسية.
- علي السلمي (2002): مفاهيم الإدارة المعاصرة، ملتقى الإدارة العليا، الغرفة التجارية والصناعية بالرياض، مملكة العربية السعودية.
- عمرو مصطفى الشتيحي: "حقيبة خرائط رقابية لتقييم مستوى الأداء الإداري بالأندية الرياضية المصرية"، بحث منشور، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط، العدد (٢٨)، الجزء الثالث مارس ٢٠٠٩م.
- كاظم محمود خضر (2000): إدارة الجودة الشاملة ، دار المسيرة للنشر و التوزيع، عمان.
- مصطفى، صلاح عبد المجيد(2002): الادارة المدرسية في ضوء الفكر الاداري المعاصر، ط3، دار المريخ، الرياض.
- وجيه محجوب (2003): البحث العلمي ومناهجه مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد.

بناء اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية  
الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق

***Building the Photographical Memory Test for the Legal Rules of  
Arbitration Signs in Volleyball for Forth Stage Students in Colleges of  
Physical Education and Sport Sciences in Iraq***

حسام فاضل عباس

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

[husamfathil8@gmail.com](mailto:husamfathil8@gmail.com)

***Hussam Fadhil Abass  
Physical education and sport  
sciences college  
university of Diyala***

بسمة نعيم محسن

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

[Dr. basmanaem@jmail.com](mailto:Dr.basmanaem@jmail.com)

***Bassma Naeem Muhsin  
Physical education and sport  
sciences college  
University of Diyala***

الكلمات المفتاحية : اختبار الذاكرة الصورية ، اشارات التحكيم القانونية ، الكرة الطائرة

***Keywords: Photographical Memory Test, legal arbitration signs,  
Volleyball***

الملخص:

هدفت الدراسة الى بناء اختبار الذاكرة الصورية لقواعد اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة على طلاب الصف الرابع في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق ، وتطرق الباحثان الى اهم الادبيات والمصادر المتعلقة بموضوع بحثهما وكذلك الى الدراسات المرتبطة وبيان أوجه التشابه والاختلاف .

استعمل الباحثان المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي ، لانه افضل المناهج وأيسرها للوصول الى تحقيق اهداف البحث وقد حدد مجتمع البحث بطلاب الصف الرابع في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق ، والبالغ عددهم (1867) طالباً حسب احصائيات التسجيل في كل جامعة ، موزعين على (18) كلية ، وقسمت العينة كالاتي ( 43 ) طالباً للتجربة الاستطلاعية ، و ( 312 ) طالباً للتجربة الرئيسية ، وبأجراء التجارب الاستطلاعية تم التأكيد من صلاحية الاختبار وتحقيق خصائصه العلمية ( الصدق والثبات والموضوعية ) فضلا عن قدرته على تمييز عينة البحث ، وأجريت المعالجات الاحصائية المناسبة لعملية البناء . وتم التوصل الى الاستنتاجات الاتية التي تضمنت ما يأتي : بناء اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية لطلاب السنة الدراسية الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق وفي حدود مجتمع البحث ، تم التوصل الى (98) عبارة موزعة على ثمانية مجالات . ومن خلال

الاستنتاجات السابقة يوصي الباحثان بضرورة استخدام اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية لتعرف مستوى طلاب السنة الدراسية الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعات العراقية ، وكذلك ضرورة التأكيد على توزيع الحصص الخاصة بمادة الكرة الطائرة لطلاب الصف الرابع بشكل متوازن ما بين المادة النظرية الخاصة بقانون اللعبة و اشارات التحكيم القانونية وما بين المادة العملية الخاصة باستراتيجيات اللعب ، وكذلك اجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة وعلى مراحل اخرى من اجل الارتقاء وتطوير المناهج التعليمية لمادة الكرة الطائرة في الجامعات العراقية .

### **Abstract**

#### ***The objective of the research***

*The research aims at building the photographic memory test for the legal rules of arbitration signs in volleyball for forth stage students in colleges of physical education and sport sciences in iraq. The two researchers talked about the most important literary sources related to the subject of their research, as well as related studies and show the similarities and differences.*

*The researcher had been used the descriptive method in the survey method and the standard levels, because it is the best and easiest method to reach the achievement of the research objectives. The research collection has been identified with fourth-stage students in the colleges of physical education and sport sciences in Iraq, they are around (1867) students according to registration statistics in each university, distributed among (18) colleges, and the sample was divided as follows: (43) students for the exploratory experiment, (312) students for the main experiment, and (465) students for the legalizing sample. By conducting the exploratory experiments, it was confirmed that the test is valid and its scientific characteristics (honesty, stability, and objectivity) were achieved, as well as his or her ability to distinguish a sample of the research. An appropriate statistical treatments were conducted for the construction process.*

***These are the following conclusions which have resulted from the research as follows:***

*Building the photographic memory test for the legal rules of arbitration signs in volleyball for the forth stage students in colleges of physical education and sport sciences in Iraq and within the limits of the study of the research area , (98) phrases were resulted which distributed to eight fields, and standard marks have been set and levels were set for through the previous conclusions the two researchers recommend that it's necessarily and essential of using the photographic memory test in the legal arbitration signals in volleyball for students of the fourth stage in the colleges of physical education and sport sciences in Iraq. as well as the necessity of give a classes of volleyball for fourth-stage students in equal*

*and right way between the theoretical part of the rule of the game( volleyball) and legal arbitration signals and between the practical part of playing strategies, as well as make a similar studies to this study and at other stages in order to improve and develop educational syllabus in volleyball game in Iraqi universities.*

## 1- المقدمة

شهد عالمنا المعاصر ثورة علمية ومعلوماتية فاقت ما سبقتها من ثورات على مر العصور ، وهذه تتطلب قاعدة علمية قوية الاساس ، اذ انها تحتاج الى انسان مبدع مبتكر وبصير النافذة له القدرة على الافادة من التكنولوجيا الحديثة لمواكبة متطلبات العصر الحديث من اجل تأهيل طلبتنا لكي يكونوا مساهمين في هذا التطور السريع الذي يجتاح العالم .

وينتطلب الوصول الى مستويات عالية من التعلم ، استخدام مجموعة من الاجراءات التي يقوم بها المتعلم كالمعرفة والوعي بالأنشطة الذهنية التي تستخدم قبل واثناء وبعد عملية التعلم ولاسيما الذاكرة .

وتعد الذاكرة من العوامل الاساسية التي تساعد على الدوام النسبي لأثار الخبرة ، وهذا دليل مؤكد على حدوث التعلم وشرط اساسي لا بد منه لاستمرار عملية التعلم وارتقائها ، ولهذا فإن الذاكرة والتعلم تعد من الضروريات التي يشترط وجودهما معاً ، فبدون تراكم الخبرة ومعالجتها والاحتفاظ بها لا يمكن ان يكون هناك تعلم ، وبدون التعلم يتوقف تدفق المعلومات عبر قنوات الاتصال المختلفة وتتحول الذاكرة الى ذاكرة غير عاملة وتعد هذه الحالة علامه مرضية خطيرة ، فاذا كان التعلم يشير الى حدوث تغيرات تطراً على السلوك من جراء الخبرة السابقة فإن الذاكرة هي عملية تثبيت هذه التعديلات وحفظها وابقائها جاهزة للاستخدام .

وتعد الذاكرة الصورية من العوامل المساهمة في اكتساب الطلبة المعلومات الجديدة وتخزينها واعادة استخدامها وتجهيزها للاستفادة منها وفقاً لمتطلبات المهام الملقاة على عاتقهم وهذه المميزات تنفرد فيها الذاكرة مما يجعلها الاكثر تأثيراً في جعله يتذكر جميع الاشياء في حياته ، وعندما تكون هنالك مشاكل فيها يؤدي الى قصور في نواتج التعلم وعليه يجب الاهتمام فيها لتكون هنالك نواتج جيدة من خلال اكتساب المعلومات والمعارف بصورة صحيحة وتخزينها من اجل توظيفها في المواقف المناسبة وخاصة عند تعلم قوانين الالعاب الرياضية ( محمد عبودي حسين : 2021 : 20 ) .

ان من الاهداف الرئيسية التي تسعى اليها كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة هي تعلم المهارات ومعرفة القوانين التي تحكم الاداء فيها لكافة الالعاب الرياضية ، ولاسيما لعبة الكرة الطائرة ، أذ أن جميع المناهج التعليمية الخاصة بلعبة الكرة الطائرة في الجامعات العراقية والمقررة من قبل القطاعية في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي تتضمن مفردات تخص المرحلة الثانية

والتي تشمل على تعلم تكنيك المهارات الاساسية لهذه اللعبة ، فضلا عن المرحلة الثالثة والرابعة والتي تتضمن مفردات تخص قانون اللعبة فضلاً عن استراتيجيات خطط اللعب الهجومية والدفاعية.

ويعد الجانب القانوني في لعبة الكرة الطائرة من الجوانب المهمة والرئيسة والذي لا يمكن اهماله ، والذي يعد حلقة وصل لطلاب السنة الدراسية الثالثة والرابعة يبين فهم قانون اللعبة ، وادائهم التحكيمي خلال الاختبارات العملية والتي تعد ضمن متطلبات نيل درجات الكرة الطائرة لطلاب هذه المرحلة ، وتكمن أهمية البحث بأن للذاكرة الصورية دورا اساسيا في عملية التعلم ودوره لدى طلاب الصف الرابع في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعات العراقية ، خاصة ما يتعلق بإشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة لأجل استدعاء الصور البصرية واسترجاعها التي تعلمها الطلاب خلال المواقف التي تعرض لهم في اثناء الوحدات التعليمية ، وبالتالي سعى الباحثان الى اجراء مثل هذه الدراسة للوقوف على مستوى اداء الطلاب بإشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة .

وتمحورت مشكلة البحث من خلال متابعة الباحثين واطلاعهم على اغلب المناهج التعليمية ، والمصادر والمراجع العلمية والبحوث والدراسات المشابهة لم يجدوا اي دراسة بحثية في مجال اختبار الذاكرة الصورية بإشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة ، ولكون المناهج التعليمية في مجال اللعبة تحتاج الى بذل المزيد من الجهد والتخطيط السليم لأجل الارتقاء بمناهج هذه اللعبة ، ولكون اغلب تدريسين مادة الكرة الطائرة في الجامعات العراقية في المرحلة الرابعة يعتمدون على التقويم الذاتي في اختبار طلبة السنة الدراسية الرابعة في اثناء ادوار التحكيم بالكرة الطائرة والتي تشمل ( الحكم الاول ، الحكم الثاني ، مراقبين الخطوط ) ولكي تكون عملية اختبار وتقييم طلبة السنة الدراسية الرابعة بشكل اكثر دقة وموضوعية ولأجل مواصلة التقدم ومواكبة التطورات الحديثة لغرض الافادة منها للعاملين في مجال تدريس لعبة الكرة الطائرة ، لجأ الباحثان الى بناء اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة والذي يشتمل على جميع مجالات قانون الكرة الطائرة من حيث اخطاء اللاعبين المهاجم والمدافع عند الشبكة فضلاً عن اخطاء لعب الكرة . وان اهداف البحث هو بناء اختبار الذاكرة الصورية لقواعد اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة على طلاب الصف الرابع في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق ، اما مجالات البحث فتتضمن المجال البشري : طلاب الصف الرابع في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق للعام الدراسي ( 2022 - 2023 ) . المجال الزمني : ( الفترة من 1 / 9 / 2022 ولغاية 13 / 3 / 2023 ) المجال المكاني : القاعة النظرية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق .



## 2- منهجية البحث وإجراء ته الميدانية :

1-2 منهج البحث : اعتمد الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته في حل مشكلة البحث .

## 2-2 مجتمع البحث وعينته :

يعد مجتمع البحث من الامور المهمة في عملية إجراء البحث ، ويعرف مجتمع البحث بأنه " جميع الافراد ، او الاحداث ، أو الاشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث ( محمد عبد الفتاح الصريفي : 2002 : 185 ) .

إذ تمثل لغرض إجراء البحث وتنفيذ مفرداته ، حدد مجتمع البحث الحالي المتمثل بطلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة السنة الدراسية الرابعة للدراسة الصباحية في جامعات العراق كافة للعام الدراسي (2022-2023) والبالغ عددهم (1867) طالب، إذ جرى استبعاد أقسام التربية الرياضية لكون وجود اختلاف في عدد الوحدات التعليمية ، واستبعدت جامعات (إقليم كردستان) وذلك لكون أغلب طلابها لا يتكلمون اللغة العربية الصحيحة واعتذر الباحثان عن ترجمة الاختبار الى اللغة العربية وذلك للحفاظ على المعنى الحقيقي للاختبار، إذ توزعت على بناء اختبار الذاكرة السورية العدد البالغ (312) طالباً جرى اختيارهم بصورة عشوائية من مجتمع البحث وبلغت نسبتها (16.71%)، والجدول (1) يبين توزيع اعداد طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق لبناء اختبار الذاكرة السورية

اسم الجامعة	عدد الطلاب	عينة الاستطلاعية		عينة البناء	
		عدد العينة	نسبتها	عدد العينة	نسبتها
بغداد	234	10	4.27	65	27.78
البصرة	130	-----	-----	-----	-----
المستنصرية	120	7	5.83	25	20.83
تكريت	75	-----	-----	30	40
القادسية	125	-----	-----	-----	-----
بابل	148	-----	-----	27	18.24
الانبار	70	-----	-----	-----	-----
كربلاء	110	6	5.45	30	27.27
ميسان	68	-----	-----	-----	-----
كركوك	83	-----	-----	35	42.17
واسط	142	-----	-----	-----	-----
ديالى	157	20	12.74	75	47.77
سامراء	19	-----	-----	-----	-----

-----	-----	-----	-----	78	ذي قار
34.72	25	-----	-----	72	المنثى
-----	-----	-----	-----	148	الموصل
-----	-----	-----	-----	44	القاسم الخضراء
-----	-----	-----	-----	44	الكوفة
16.71	312	2.30	43	1867	المجموع

### 3-2 وسائل جمع المعلومات

استعمل الباحثان الوسائل الاتية: المصادر والمراجع العربية والاجنبية ، المقابلات الشخصية للخبراء والمختصين ، الملاحظة ، الاختبارات والقياس ، استبانة استطلاع آراء الخبراء والمختصين في تحديد مجالات اختبار الذاكرة الصورية ، استبانة استطلاع آراء الخبراء والمختصين في تحديد أسئلة اختبار الذاكرة الصورية بصورته الاولية ، اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة بصورته النهائية ، فريق العمل المساعد ، شبكة الانترنت المعلوماتية ، الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية ( SpSS ) .

### 2-3-1 الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث:

جهاز حاسوب ( لاب توب ) نوع HP كوري الصنع عدد (1) ، كامرة جهاز محمول نوع (Infinix) عدد (1) ، حاسبة إلكترونية يدوية المنشأ صيني نوع ( JOINUS ) عدد (1) . أقلام ، القاعات النظرية في الجامعات العراقية ، ساعة توقيت نوع ( G sport POLO ) عدد (1)

### 2-4-4 تحديد متغيرات البحث :

2-4-4-1 خطوات بناء اختبار الذاكرة الصورية: تم بناء اختبار الذاكرة الصورية ، على وفق الخطوات العلمية التي يمكن اتباعها عند بناء الاختبار .

2-4-4-2 تحديد الظاهرة المطلوب قياسها : ان الظاهرة التي يهدف البحث الى قياسها هي الذاكرة الصورية للطلاب في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة .

2-4-4-3 الغرض من بناء الاختبار : هدف الدراسة هو بناء اختبار الذاكرة الصورية وتطبيقه على طلاب الصف الرابع في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق .

2-4-4-4 المحددات النظرية لبناء الاختبار :. تم الاعتماد على الادبيات النظرية في بناء اختبار الذاكرة الصورية لقواعد اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة ، أذ تم اعتماد أسلوب العبارات اللفظية في بناء عبارات الاختبار (رائد سلمان داود : 2019 : 60).

### 2-4-5 تحديد مجالات اختبار الذاكرة الصورية :

لغرض تحديد مجالات اختبار الذاكرة الصورية تم الاطلاع على المصادر العلمية (محمد حسن الوزني و سوادي حسين الجبوري : 2017) ( عدي جاسب : 2021 ) ذات الصلة

بموضوع البحث ، للإفادة منها في وضع مجالات الاختبار وتم الاعتماد على آراء السادة الخبراء اعضاء اللجنة العلمية لإقرار عنوان البحث وايضا تحديد مجالات الاختبار ، تم اعداد استبانة موجهة الى الخبراء والمختصين في مجال الكرة الطائرة ، لتحديد أهم مجالات اختبار الذاكرة الصورية ، فقد اشتملت على ( 8 ) مجالات وهي (اشارات التحكيم القانونية للتوقيات والتأخيرات وفترات الراحة ، اشارات التحكيم القانونية لسلوك المشاركين ، اشارات التحكيم القانونية لأخطاء الارسال ، اشارات التحكيم القانونية لأخطاء الضربة الهجومية ، اشارات التحكيم القانونية لأخطاء المركز والدوران ، اشارات التحكيم القانونية لأخطاء لعب الكرة ، اشارات التحكيم القانونية لأخطاء اداء الصد ، اشارات التحكيم القانونية لأخطاء اللاعب عند الشبكة ) .

## 2-4-6 تحديد صلاحية المجالات

بالاستناد الى ما سبق وبعد تصميم الاستمارة عرضت على (13) خبيراً ومختصاً ضمن اختصاص الكرة الطائرة ، لأبداء آرائهم في صلاحية مجالات الاختبار المقترحة والتي تتلائم مع اختبار الذاكرة الصورية ، وفي ضوء نتائج الاستبانة تم اعتماد المجالات كافة لأنها حصلت على موافقة جميع الخبراء والمختصين ، وتم الاخذ بالملحوظات المهمة التي ابداهها السادة الخبراء في صلاحية جميع المجالات ، وتحليل آراء الخبراء احصائياً وبعد جمع البيانات وتفريقها استخدم الباحثان (كأ) لتعرف المجالات الصالحة ، أذ تم اعتماد المجالات كافة والجدول (2) يبين ذلك .

## الجدول (2)

يبين نتائج مربع كا<sup>2</sup> لآراء الخبراء والمختصين حول صلاحية مجالات اختبار الذاكرة الصورية

ت	اسم المجال	يصلح	لا يصلح	قيمة كا	قيمة كا	مستوى دلالة
1	إشارات التحكيم القانونية للتوقيات والتأخيرات وفترات الراحة	13	0	13	معنوي	
2	إشارات التحكيم القانونية لسلوك المشاركين	12	1	9.308	معنوي	
3	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء الارسال	13	0	13	معنوي	
4	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء الضربة الهجومية	12	1	9.308	معنوي	3.84
5	إشارة التحكيم القانونية لأخطاء المركز والدوران	13	0	13	معنوي	
6	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء لعب الكرة	13	0	13	معنوي	
7	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء أداء الصد	12	1	9.308	معنوي	
8	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء اللاعب عند	13	0	13	معنوي	

الشبكة

7-4-2 جدول مواصفات

بناءً على ما تقدّم تمّ إعداد الخارطة الاختبارية لمحتوى المادة التعليمية بمادة قانون الكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية الرابعة في كُليّة التربية البدنيّة وعلوم الرياضة بالعراق ، وتم اعداد جدول المواصفات اعتماداً على الوزن النسبي لكلّ مجال بحسب عدد الوحدات التعليمية لكل مجال وعلى وفق الخطوات الآتية ( ليلي السيد فرحات : 2008 : 107 ) .

1- استخراج الوزن النسبي للوحدات =  $\frac{\text{عدد الوحدات التعليمية لكل مجال}}{100}$  مجموع الوحدات التعليمية لكل المجالات

2- تحديد عدد العبارات المراد وصفها في الاختبار: حُدد عدد عبارات الاختبار بحيث تكون العبارات المختارة ممثلة للمادة التعليمية وكذلك تمثّل مجالات الاختبار المراد تحقيقها كافة. وحُدّدت (104) عبارة .

3- استخراج عدد العبارات الممثلة لكلّ مجال من مجالات المادة التعليمية بواسطة المعادلة الآتية: عدد العبارات لكل مجال =

$$\text{عدد العبارات لكلّ مجال} = \frac{\text{الوزن النسبي لكل مجال} \times \text{العدد الكلي للعبارات}}{100}$$

ومما تقدم جرى اعداد جدول المواصفات ، كما مبين في الجدول (3)

جدول (3)

يبين جدول مواصفات اختبار الذاكرة الصورية

ت	عدد	عدد الاوزان	عدد العبارات	عدد العبارات الكلي
		الساعات النسبية	لكل مجال	
1	6	23.076	24	اشارات التحكيم القانونية للتوقفات والتأخر الراحة
2	4	15.384	16	اشارات التحكيم القانونية لسلوك المشاركين
3	4	15.384	16	اشارات التحكيم القانونية لأخطاء الارسال
4	4	15.384	16	اشارات التحكيم القانونية لأخطاء الضربة
5	2	7.692	8	إشارة التحكيم القانونية لأخطاء المركز وا

6	اشارات التحكيم القانونية لأخطاء لعب الك	2	7.692	8
7	اشارات التحكيم القانونية لأخطاء اداء الك	2	7.692	8
8	اشارات التحكيم القانونية لأخطاء اللاعب	2	7.692	8
	المجموع	26	100	104

#### 2-4-8 صياغة عبارات اختبار الذاكرة الصورية ( بصيغته الاولية ):

وتمت صياغة (104) سؤالٍ لاختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة وتم عرضها على (13) خبيراً ومختصاً.

#### 2-4-9 اعداد عبارات الاختبار وتجميعها :

تم عرض هذه العبارات والبالغ عددها (104) عبارة على (13) خبيراً في مجال اختصاص الكرة الطائرة لغرض الحكم عليها من حيث صياغة العبارات او صلاحيتها في اختبار الذاكرة الصورية ، وقد ترك للخبير حرية الموافقة او الحذف او اجراء اي تعديل على عبارات الاختبار وكذلك بدائل الاجابة ، وتحليل اراء السادة الخبراء إحصائياً استخدام اختبار ( Chi Square ) . وقد كانت ملاحظة السادة الخبراء على النحو الاتي :- تم حذف (6) عبارة لعدم صلاحيتها . تم تعديل صياغة مجموعة من العبارات على نحو افضل من الخبراء . تم اعتماد صياغة الاختبار من متعدد ( لأربعة بدائل ) . وفي ضوء هذه التعديلات تم اعتماد ( 98 ) عبارة والتي يتم تطبيقها على عينة البناء والجدول (4) يبين اراء الخبراء وقيم ( Chi Square ) المحسوبة والجدولية للعبارات المقبولة وغير المقبولة .

#### الجدول (4)

يبين نتائج مربع كا<sup>2</sup> لآراء الخبراء حول صلاحية عبارات اختبار الذاكرة الصورية

المجال الأول	الخبراء			
	ت	يصلح	لا يصلح	قيمة كا المحسوبة
1	13	0	3.84	معنوي
2	12	1	9.308	معنوي
3	13	0	13	معنوي
4	11	2	6.23	معنوي
5	9	4	1.923	غير معنوي
6	12	1	9.308	معنوي
7	11	2	6.23	معنوي
8	13	0	13	معنوي
9	11	2	6.23	معنوي
10	12	1	9.308	معنوي
11	11	2	6.23	معنوي

معنوي		13	0	13	12
معنوي		6.23	2	11	13
معنوي		6.23	2	11	14
غير معنوي		1.923	4	9	15
معنوي		13	0	13	16
معنوي		9.308	1	12	17
معنوي		13	0	13	18
معنوي		9.308	1	12	10
معنوي		13	0	13	20
معنوي		13	0	13	21
معنوي		9.308	1	12	22
معنوي		13	0	13	23
معنوي		9.308	1	12	24
الخبراء					ت
مستوى الدلالة	قيمة كـا الجدولية	قيمة كـا المحسوبة	لا يصلح	يصلح	المجال الثاني
معنوي	3.84	6.23	2	11	25
معنوي		13	0	13	26
معنوي		9.308	1	12	27
معنوي		13	0	13	28
معنوي		13	0	13	29
معنوي		13	0	13	30
معنوي		9.308	1	12	31
معنوي		6.23	2	11	32
معنوي		13	0	13	33
معنوي		13	0	13	43
معنوي		9.308	1	12	35
غير معنوي		3.769	3	10	36
معنوي		9.308	1	12	37
غير معنوي		0.692	5	8	38
معنوي		13	0	13	39
معنوي		6.23	2	11	40
الخبراء					ت
مستوى الدلالة	قيمة كـا الجدولية	قيمة كـا المحسوبة	لا يصلح	يصلح	المجال الثالث
معنوي	3.84	9.308	1	12	41
معنوي		13	0	13	42
معنوي		13	0	13	43
معنوي		13	0	13	44
معنوي		9.308	1	12	45

معنوي		13	0	13	46
معنوي		6.23	2	11	47
معنوي		9.308	1	12	48
معنوي		6.23	2	11	49
معنوي		9.308	1	12	50
غير معنوي		3.769	3	10	51
معنوي		9.308	1	12	52
معنوي		13	0	13	53
معنوي		13	0	13	54
معنوي		13	0	13	55
معنوي		6.23	2	11	56
الخبراء					ت
مستوى الدلالة	قيمة كـا الجدولية	قيمة كـا المحسوبة	لا يصلح	يصلح	المجال الرابع
معنوي	3.84	6.23	2	11	57
معنوي		6.23	2	11	58
معنوي		6.23	2	11	59
معنوي		13	0	13	60
معنوي		13	0	13	61
معنوي		9.308	1	12	62
معنوي		13	0	13	63
معنوي		13	0	13	64
معنوي		13	0	13	65
معنوي		6.23	2	11	66
معنوي		9.308	1	12	67
معنوي		13	0	13	68
معنوي		13	0	13	69
معنوي		6.23	2	11	70
معنوي		9.308	1	12	71
معنوي		13	0	13	72
الخبراء					ت
مستوى الدلالة	قيمة كـا الجدولية	قيمة كـا المحسوبة	لا يصلح	يصلح	المجال الخامس
معنوي	3.84	9.308	1	12	73
غير معنوي		3.769	3	10	74
معنوي		6.23	2	11	75
معنوي		9.308	1	12	76
معنوي		13	0	13	77
معنوي		13	0	13	78
معنوي		13	0	13	79

معنوي	6.23	2	11	80	
				ت	
				المجال السادس	
مستوى الدلالة	قيمة كا الجدولية	قيمة كا المحسوبة	لا يصلح	يصلح	
معنوي	3.84	9.308	1	12	81
معنوي		13	0	13	82
معنوي		13	0	13	83
معنوي		13	0	13	84
معنوي		6.23	2	11	85
معنوي		9.308	1	12	86
معنوي		6.23	2	11	87
معنوي		9.308	1	12	88
					ت
					المجال السابع
مستوى الدلالة	قيمة كا الجدولية	قيمة كا المحسوبة	لا يصلح	يصلح	
معنوي	3.84	6.23	2	11	89
معنوي		9.308	1	12	90
معنوي		6.23	2	11	91
معنوي		9.308	1	12	92
معنوي		13	0	13	93
معنوي		6.23	2	11	94
معنوي		13	0	13	95
معنوي		6.23	2	11	96
					ت
					المجال الثامن
مستوى الدلالة	قيمة كا الجدولية	قيمة كا المحسوبة	لا يصلح	يصلح	
معنوي	3.84	13	0	13	97
معنوي		9.308	1	12	98
معنوي		6.23	2	11	99
معنوي		9.308	1	12	100
معنوي		13	0	13	101
معنوي		9.308	1	12	102
معنوي		13	0	13	103
معنوي		13	0	13	104

أن قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) عند درجة حرية (1-2) يساوي (1) والجدولية تساوي (3.84) .



## 2-4-10 وضع تعليمات اختبار الذاكرة الصورية

فقد جرت كتابة التعليمات في الصفحة الاولى من الاختبار وتضمنت ، فيما يأتي مجموعة من الاسئلة لقياس قدرتك على استحضار ذاكرتك الصورية لإشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة . المطلوب منك أن تجيب على هذه الاسئلة بسرعة ودقة ولا تجعل أحد الاسئلة يستغرق منك وقتاً أطول من اللازم فعامل الزمن مهم جداً فاذا وجدت صعوبة في سؤال ما ، اتركه وانتقل الى ما بعده ، لقد طلب من المستجيب ان تكون اجاباتهم عن طريق وضع اشارة (✓) على الاجابة الصحيحة من بين اربعة اختيارات لكل سؤال (1) للإجابة الصحيحة و(صفر) للإجابة الختأ ، علما ان درجة الاختبار الكلية هي (98) درجة ، وفي ضوء ما تقدم تم اعداد التعليمات الخاصة بالاختبار منها : ( من المهم وانت تقوم بعملية الاجابة عن اي عبارة من عبارات الاختبار ، لا بد ان تكون قرأت العبارة بتركيز عال . من الضروري عدم اهمال أي عبارة ، يرجى الاجابة عن عبارات الاختبار جميعها ، وعدم ترك أي عبارة من دون اجابة واعلم أن أجابتك سوف تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط . زمن الاجابة عن الاختبار ( 44 ) دقيقة) .

## 2-4-11 التجربة الاستطلاعية لاختبار الذاكرة الصورية

تعد التجربة الاستطلاعية " تدريباً للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله خلال اجراء الاختبار لتفاديها ( مروان عبد المجيد :2001 : 1 ) .  
قد لا تكون عبارات اختبار الذاكرة الصورية واضحة للمختبرين مثلما هي واضحة لدى الباحثان ، لذا قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من المختبرين للتعرف من خلالها على : رأي المختبرين في تعليمات الاختبار . التأكد من ملائمة عبارات الاختبار .الزمن الذي يستغرقه الاختبار . كفاءة فريق العمل المساعد . معرفة المشكلات التي تواجه الباحثين خلال عملهم ( زينب خلف مزهر : 2007 : 102 ) .

فقد طبق الاختبار على عينة استطلاعية من طلاب السنة الدراسية الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ( بغداد ، المستنصرية ، كربلاء ، ديالى ) والبالغ المجموع الكلي لافراد التجربة الاستطلاعية (43) طالبا تم اختيارهم بشكل عشوائي ، وجاءت نتائج التجربة الاستطلاعية ايجابية على نحو كبير لعدة اسباب ، منها حماس طلاب هذه الجامعات في تنفيذ ما مطلوب ، وكذلك اهتمام الباحثين وفريق العمل المساعد ، وقد اتضح أن العبارات من حيث الصياغة والمعنى واضح ومفهوم ، فضلاً عن خلو التجربة من السلبيات والمعوقات ، وكان الزمن المستغرق لأداء الاختبار يتراوح ما بين (30 - 58 ) وبمتوسط زمني قدره (44) دقيقة ، واجريت التجربة الاستطلاعية من يوم الاربعاء الموافق 14 - 22 / 12 / 2022 .

## 2-4-12 تنفيذ شروط الاختبار

سعى الباحثان الى ضبط العوامل المذكورة انفاً قدر استطاعته ، لضمان سلامة الاجراء من ناحية تهيئة الاجواء المناسبة للإجابة عن عبارات الاختبار ، فضلا عن ذلك استثارة رغبات المفحوصين في الاستجابة السريعة للاختبار والحرص على جعل التعليمات واضحة المعنى لتبسيط عملية اجراء اختبار الذاكرة الصورية وتحقيق الهدف منه .

## 2-4-13 التجربة الرئيسية لبناء اختبار الذاكرة الصورية :

بعد ان اصبح اختبار الذاكرة الصورية بتعليماته وعباراته (98) عبارة جاهز للتطبيق على عينة البناء وهم طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات ( بغداد ، مستنصرية ، تكريت ، بابل ، كربلاء ، كركوك ، ديالى ، المثنى ) والبالغ عددهم (312) طالباً وللعام الدراسي ( 2022 - 2023 ) ، طبق الاختبار في القاعات النظرية التابعة لهذه الجامعات وتم توثيق جميع اجراءات العمل اثناء بناء الاختبار في صور موثقة لكافة الجامعات ، ولغرض التحليل الاحصائي لعبارات الاختبار واختيار الصالحة منها واستبعاد غير الصالحة اعتمادا على القوة التمييزية ( اسلوب المجموعتين الطرفيتين والاتساق الداخلي ) لكل منهما وكذلك لاستخراج مؤشرات الصدق والثبات للاختبار ، وتم تطبيق الاختبار على عينة البناء خلال المدة الممتدة من (25 /12 /2022 ولغاية 12 /1 /2023 ) ، وبعد تنفيذ التجربة الرئيسية تم جمع البيانات الكترونياً الخاصة بأفراد مجموعة البناء وترتيبها في جداول تمهيداً لتحليلها احصائياً ، بعد ان تأكد من ان المختبر كان جاداً في الاجابة عن عبارات الاختبار من عدمه ، وعن طريق عملية التصحيح ظهر ان المختبرين من الطلاب جميعهم كانوا صادقين في اجابتهن عن الاختبار .

## 2-4-14 آلية تصحيح اختبار الذاكرة الصورية :

بعد عملية فرز استمارة الاجابة الخاصة بالاختبار لعينة البناء قام الباحثان بعمليات التحليل الاحصائي الاسئلة الاختبار ، ولاستخراج الدرجات والمؤشرات الاحصائية والمتمثلة بمعامل السهولة والصعوبة ، والقوة التمييزية ، ومعامل الصدق والثبات .

## 2-4-15 التحليل الاحصائي للاختبار

أن الهدف الاساس من تحليل عبارات الاختبار احصائياً هو تفقيح الاختبار وتحسينه نوعياً من اجل تحديد مقدار فاعليته كأداة تقويمية ، وهناك عدة اجراءات يجب اتباعها من لدن مصمم الاختبار بعد تصحيح استمارات الاجابة وفرزها ومن ابرز عمليات التحليل المتبعة هي :

## 2-4-15-1 استخراج معامل صعوبة العبارات وسهولتها

يسعى معامل السهولة والصعوبة الى جعل العبارات بأن لا تكون سهلة جداً بحيث يجيب عنها المفحوصون جميعهم ، وأن لا تكون العبارات بالمقابل صعبة يعتذر الاجابة عنها ، وبمعنى أنها تحقق توزيعاً اعتدالياً ، " وتعد الفقرات جيدة إذا تراوح معامل سهولتها وصعوبتها بين

( 0.40 - 0.80 ) في حين تعد فقرات الاختبار مقبولة اذا انحصرت معاملات سهولتها وصعوبتها بين ( 0.20 - 0.80 ) " ( ميخائيل امطانيوس : 1996 : 98 ) .

وتقدر صعوبة الفقرة بالنسبة المئوية ، فاذا كانت النسبة المئوية للطلاب الذين اجابوا عن العبارة اجابة صحيحة مرتفعة ، تعد العبارة غير جيدة لأنها سهلة بحيث تمكن أكبر عدد من الطلاب الاجابة عنها ، واذا كانت نسبتهم المئوية منخفضة تعد الفقرة غير جيدة ايضا لأنها صعبة بحيث لم يتمكن سوى عدد قليل من الطلبة من الاجابة عنها ، ويتم حذف العبارات التي تحصل على نسبة ( 0.19 ) فأقل ، "والسؤال الجيد في نظر اهل الاختصاص هو الذي يقترن فيه معامل السهولة والصعوبة من ( 0.50 ) " ( عبد الواحد الكبيس : وريع هادي : 2008 : 149 ) .

ولإيجاد معامل الصعوبة والسهولة للعبارات بهذا الاسلوب يتطلب اتباع الخطوات الاتية تطبيق عبارات الاختبار على مجموعة المعنىة بالبناء وتصحيحها لمعرفة الدرجة الكلية التي حصل عليها كل فرد في الاختبار . ترتيب الدرجات التي حصل عليها المختبرون تنازلياً من أعلى درجة الى ادنى درجة . استقطاع نسبة (30%) من المفردات (عينة البناء ) للاختبار التحصيلي ، والباغ عددهم ( 312 ) طالبا من الاعلى ، واستقطاع نسبة (30%) من الدرجات من الاسفل الذين حصلوا على ادنى الدرجات ليبنوا أفراد الدرجة الدنيا ، إذ بلغ عدد اجابات طلاب المجموعة العليا (94) درجة ، والدرجة الدنيا (94) درجة . ايجاد عدد الاجابات الصحيحة للطلاب من عبارات الاختبار ولكلا المجموعتين يستخرج معامل السهولة ( صلاح الدين محمود علام : 1986 : 284 ) .

وبناءً على ما سبق جرى حساب معامل السهولة لمفردات الاختبار ككل والجدول (5) يبين معاملات السهولة والصعوبة لمفردات الاختبار ، حتى نستبعد كل عبارة تحصل على درجة سهولة تقل عن (20%) فما دون ودرجة صعوبة (80%) فأكثر ( محمد نصر الدين رضوان : 2006 : 327 ) .

$$\text{عامل السهولة} = \frac{\text{ص}}{\text{ص} + \text{خ}}$$

أذ أن ص = عدد الاجابات الصحيحة ، خ = عدد الاجابات الخاطئة .

والعلاقة بين السهولة والصعوبة علاقة عكسية مباشرة أي أن :

$$\text{معامل السهولة} = 1 - \text{معامل الصعوبة}$$

$$\text{معامل الصعوبة} = 1 - \text{معامل السهولة}$$

### الجدول (5)

يبين معامل السهولة ومعامل الصعوبة لعبارات اختبار الذاكرة الصورية

معامل الصعوبة	معامل السهولة	رقم السؤال	معامل الصعوبة	معامل السهولة	رقم السؤال
0.49	0.51	50	0.35	0.65	1
0.56	0.44	51	0.36	0.64	2
0.48	0.52	52	0.43	0.57	3
0.59	0.41	53	0.46	0.54	4
0.48	0.52	54	0.44	0.56	5
0.57	0.43	55	0.56	0.44	6
0.48	0.52	56	0.48	0.52	7
0.59	0.41	57	0.56	0.44	8
0.48	0.52	58	0.49	0.51	9
0.48	0.36	59	0.49	0.51	10
0.59	0.45	60	0.55	0.45	11
0.56	0.44	61	0.47	0.53	12
0.57	0.43	62	0.55	0.45	13
0.48	0.51	63	0.49	0.51	14
0.59	0.44	64	0.55	0.45	15
0.48	0.52	65	0.56	0.44	16
0.61	0.39	66	0.43	0.57	17
0.54	0.46	67	0.46	0.54	18
0.53	0.47	68	0.49	0.51	10
0.63	0.37	69	0.56	0.44	20
0.54	0.46	70	0.48	0.52	21
0.53	0.47	71	0.43	0.57	22
0.46	0.54	72	0.46	0.54	23
0.49	0.51	73	0.49	0.51	24
0.56	0.44	74	0.56	0.44	25
0.51	0.49	75	0.48	0.52	26
0.62	0.38	76	0.45	0.55	27
0.59	0.41	77	0.63	0.37	28
0.51	0.49	78	0.42	0.58	29
0.49	0.51	79	0.56	0.44	30
0.52	0.48	80	0.53	0.47	31

0.63	0.37	81	0.56	0.44	32
0.59	0.41	82	0.59	0.41	33
0.47	0.53	83	0.55	0.45	43
0.65	0.34	84	0.54	0.46	35
0.67	0.49	85	0.59	0.41	36
0.65	0.37	86	0.55	0.45	37
0.42	0.58	87	0.54	0.46	38
0.55	0.45	88	0.61	0.39	39
0.54	0.46	89	0.64	0.36	40
0.56	0.44	90	0.59	0.41	41
0.53	0.47	91	0.55	0.45	42
0.41	0.59	92	0.54	0.46	43
0.42	0.58	93	0.56	0.44	44
0.55	0.45	94	0.53	0.47	45
0.59	0.41	95	0.56	0.44	46
0.55	0.45	96	0.52	0.48	47
0.54	0.46	97	0.66	0.34	48
0.61	0.39	98	0.53	0.47	49

#### 2-4-15-2 استخراج معامل التمييز لعبارات اختبار الذاكرة الصورية

يعرّف مؤشر التمييز بأنّه "مؤشر صدق العبارة، والذي يُعدُّ أحد الإجراءات المهمة بالنسبة لتحليل العبارة" (محمد نصرالدين رضوان: 2006: 327).

ولحساب معامل التمييز لعبارات الاختبار تم استعمال طريقة ترتيب الدرجات جميعها التي حصل عليها الطلاب من الأعلى الى الأدنى والبالغ عددهم ( 188 ) طالب ، جرى اختيار (30%) لكُلّ مجموعة للمجموعة العليا وللمجموعة الدنيا .

اذ بلغ للمجموعة العليا (94) طالب والمجموعة الدنيا (94) طالب ، واستخراج النتائج الصحيحة للطلاب في كلّ عبارة من عبارات الاختبار، ثمّ تطبيق المعادلة الآتية:

$$ت = \frac{\text{مج ص ع} - \text{مج ص د}}{\text{مج ص ع} + \text{مج ص د}}$$

إذ إنّ ت = معامل التمييز.  $0.5 (ع + د)$

مج ص ع = مجموع الإجابات الصحيحة للمجموعة العليا.

مج ص د = مجموع الإجابات الصحيحة للمجموعة الدنيا.

ع = عدد أفراد المجموعة العليا.

$d =$  عدد أفراد المجموعة الدُّنيا.

فالقُدرة التميّزية للعبارة تعني: "مدى قدرتها على التمييز بين الطلبة ذوي المستويات العليا والدُّنيا أو بين المجموعتين العليا والدنيا بالنسبة إلى الصفة، التي يقيسها الاختبار" (احمد عودة وفتحي مكايي : 1998 : 293 ).

"وبعد تطبيق معادلة قوّة تمييز العبارة وبالعودة إلى ما جاء به إيبيل (Ebel) من معايير لمقارنة القدرة التميّزية للعبارات المميزة" (ابتسام صاحب وموسى زيوني : 2014 : 58) .  
وفيما يأتي المعايير المعتمدة في الجدول (6)، إذ في ضوءها جاءت عبارات الاختبار جميعها مميزة ، والجدول (6) يبيّن ذلك.

### الجدول (6)

يبين معامل إيبيل لمقارنة القدرة التميّزية.

تقويم العبارات	دليل التنفيذ
عبارات جيدة جداً.	0.40 فأعلى
عبارات جيدة، إلى حدّ المقبول، لكنها يمكن أن تخضع للتحسين.	0.34 – 0.30
عبارات حدية تحتاج إلى تحسين.	0.29 – 0.20
عبارات ضعيفة، تحذف أو يتم تحسينها.	أقل من 0.19

وبما ان جميع عبارات اختبار الذاكرة الصورية حصلت على مستوى يتراوح ( 0.40 ) فأعلى ،  
اذن جميع عبارات الاختبار هي عبارات جيدة جداً .

### جدول (7)

يبين معاملات تمييز عبارات اختبار الذاكرة الصورية

معامل التمييز	رقم السؤال	معامل التمييز	رقم السؤال
*0.66	50	*0.62	1
*0.48	51	*0.71	2
*0.59	52	*0.72	3
*0.55	53	*0.63	4
*0.56	54	*0.71	5
*0.59	55	*0.56	6
*0.68	56	*0.48	7
*0.67	57	*0.59	8
*0.66	58	*0.48	9

*0.57	59	*0.57	10
*0.44	60	*0.48	11
*0.41	61	*0.59	12
*0.48	62	*0.48	13
*0.65	63	*0.59	14
*0.68	64	*0.48	15
*0.48	65	*0.55	16
*0.62	66	*0.56	17
*0.61	67	*0.66	18
*0.67	68	*0.67	10
*0.57	69	*0.48	20
*0.44	70	*0.59	21
*0.54	71	*0.48	22
*0.52	72	*0.57	23
*0.48	73	*0.48	24
*0.49	74	*0.55	25
*0.66	75	*0.45	26
*0.77	76	*0.41	27
*0.75	77	*0.49	28
*0.57	78	*0.52	29
*0.67	79	*0.76	30
*0.65	80	*0.59	31
*0.49	81	*0.53	32
*0.59	82	*0.66	33
*0.66	83	*0.51	43
*0.68	84	*0.63	35
*0.67	85	*0.58	36
*0.65	86	*0.55	37
*0.67	87	*0.54	38

*0.67	88	*0.56	39
*0.65	89	*0.53	40
*0.55	90	*0.66	41
*0.66	91	*0.59	42
*0.67	92	*0.55	43
*0.71	93	*0.54	44
*0.45	94	*0.61	45
*0.56	95	*0.64	46
*0.53	96	*0.57	47
*0.66	97	*0.68	48
*0.59	98	*0.71	49

(\*) تعني العبارة جيدة جدا

#### 2-4-16 الأسس العلمية لعبارات اختبار الذاكرة الصورية :

##### 2-4-16-1 الصدق:

يعد الصدق من أهم الخصائص السيكومترية التي ينبغي توافرها في الاختبار والقياس لأنه يؤشر قدرة الاختبار والقياس على قياس ما يجب قياسه فعلاً ، " وهو اختبار نمطي يضعه الباحث لإثبات مدى صدق الاختبار وتجانس الظاهر والداخلي بوصفه وسيلة صادقة للاختبار والقياس ( عكلة سليمان وهند سليمان : 2016 : 159).

يُعدُّ الصدق واحداً من المؤثرات التي يجب توافرها في الأداة الاختبارية المعتمدة في قياس أي صفة أو قدرة والظواهر الرياضية الأخرى، والصدق في هذا المجال يعتمد على عاملين أساسيين : قياس الصفة أو السمة المراد قياسها (أي غاية إجراء الاختبار). طبيعة العينة المراد دراستها (الأفراد المختبرين أو الخاضعين للاختبار، التي يستلزم أن تمثل المجتمع المأخوذة منه أفضل تمثيل). وقد تم تحقيق صدق اختبار الذاكرة الصورية على وفق أنواع الصدق الاتي :

##### أولاً - صدق المحتوى:

يقصد به "مدى تمثيل الاختبار للجوانب التي وضع لقياسه وذلك عندما يكون الاختبار مخصصاً لتمثيل المحتوى الذي يراد اختباره" (فائزة عبد الجبار احمد وغادة محمود جاسم: 2019 : 72).



ويهدف صدق المحتوى إلى معرفة مدى تمثيل الاختبار أو المقياس لجوانب السمة أو الصفة أو القدرة المطلوب قياسها، وعمّا إذا كان الاختبار أو المقياس يقيس جانباً محدداً من هذه الظاهرة أم يقيسها كلها، وبمعنى آخر يهدف إلى بيان ارتباط الجانب المقيس بغيره من الجوانب الأخرى بالنسبة للظاهرة، ويعدّ هذا النوع هو القاعدة الأساسية لكلّ نوع من أنواع الصدق، ولا يخلو أي اختبار من هذا النوع من الصدق (تأثر داود سلمان القيسي : 2018 : 31 ) .

وهناك نوعان من صدق المحتوى هما:  
أ- **الصدق المنطقي ( Logical Validity ) :**

ان هذا النوع من صدق المحتوى يتحقق من خلال التعريف الدقيق للمتغير المدروس الذي يقيسه الاختبار وهو ( الذاكرة الصورية ) ، وكذلك من خلال تغطية عبارات الاختبار لمساحة ذلك المتغير، فقد عد هذا النوع من الصدق متوفراً في اختبار الذاكرة الصورية من خلال تحديد هذا الاسلوب ، وكذلك من خلال تغطية عبارات الاختبار للمتغير المدروس سواء كان ذلك بالنسبة للباحثين أم بالنسبة للمحكمين عندما وافقوا على صدق العبارات في اختبار هذا الاسلوب .

ب- **الصدق الظاهري ( Face Validity ) :**

ان افضل طريقة في استخراج الصدق الظاهري لأي اختبار هي عرض عباراته على مجموعة من المحكمين للحكم على مدى صلاحيتها لقياس المتغير المدروس ، فقد تحقق ذلك في هذا الاختبار من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين وموافقهم حول صلاحية عبارات الاختبار وتعليماته وبدائله لاختبار هذا المتغير ( Allen : 1979 : 96 ) .

ثانياً- **صدق البناء :**

يطلق على صدق البناء أيضاً صدق التكوين الفرضي لأنه يعتمد التحقق التجريبي من مدى مطابقة درجات الاختبار للمفاهيم التي تم اعتمادها في بنائه ، ويمكن تعريف صدق التكوين الفرضي انه " المدى الذي يكون به تفسير الاداء على الاختبار في ضوء بعض التكوينات الفرضية المعينة ( علاوي ورضوان : 2000 : 268 ) .

ويعد هذا النوع من الصدق من اكثر انواع الصدق ملائمة لبناء الاختبارات والمقاييس ، لانه يعتمد التحقق التجريبي من مدى تطابق درجات العبارات مع الخاصية أو المفهوم المراد قياسه ، وقد تم التحقق من صدق البناء وتحقيق هذا النوع من الصدق في اختبار الذاكرة الصورية من خلال مؤشرين هما :

### أ - استخدام القوة التمييزية بأسلوب العينتين المتطرفتين :

أن قدرة العبارات على التمييز بين الطلاب الذين يمتلكون ولا يمتلكون الذاكرة الصورية يعد دليلاً على صدق البناء لعبارات الاختبار ، وقد تحقق ذلك حينما جرى حساب القوة التمييزية لعبارات الاختبار باستعمال المجموعتين الطرفيتين ، وبذلك تم بقاء العبارات الجيدة لأنها مميزة بأجمعها كما هو مبين في جدول (8) .

#### الجدول(8)

يبين القدرة التمييزية لعبارات اختبار الذاكرة الصورية

العبارات	المجاميع	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	الدلالة
1	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	14.438	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.309	0.464	0.048			
2	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	11.707	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.404	0.493	0.051			
3	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	22.131	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.160	0.368	0.038			
4	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	29.637	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.096	0.296	0.031			
5	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			
6	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			
7	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			
8	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			
9	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			
10	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			
11	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			
12	المجموعة العليا	94	1.000	0.000	0.000	93.000	.000	معنوي
	المجموعة الدنيا	94	0.011	0.103	0.011			

معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	13
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	14
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	15
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	24.932	0.033	0.323	0.883	94	المجموعة العليا	16
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	17
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	18
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	20.524	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	19
			0.040	0.387	0.181	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	20
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	21
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	22
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	23
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	24
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	25
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	26
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	14.438	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	27
			0.048	0.464	0.309	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	28
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	29
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	

معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	30
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	31
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	32
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	65.406	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	33
			0.015	0.145	0.021	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	34
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	35
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	36
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	37
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	38
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	17.219	0.043	0.419	0.777	94	المجموعة العليا	39
	.		0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	14.978	0.046	0.450	0.723	94	المجموعة العليا	40
	.		0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	41
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	42
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	43
	.		0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	44
	.		0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	45
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	46
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	

معنوي	.000	10.768	0.051	0.497	0.574	94	المجموعة العليا	47
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	13.541	0.048	0.469	0.681	94	المجموعة العليا	48
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	49
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	50
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	51
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	52
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	20.278	0.039	0.378	0.830	94	المجموعة العليا	53
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	54
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	21.875	0.037	0.358	0.851	94	المجموعة العليا	55
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	56
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	19.574	0.040	0.387	0.819	94	المجموعة العليا	57
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	58
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	59
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	60
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	7.398	0.051	0.491	0.394	94	المجموعة العليا	61
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	62
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	63
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	

معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	64
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	7.571	0.051	0.493	0.404	94	المجموعة العليا	65
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	11.255	0.051	0.493	0.596	94	المجموعة العليا	66
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	29.332	0.029	0.281	0.915	94	المجموعة العليا	67
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	36.588	0.023	0.226	0.947	94	المجموعة العليا	68
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	10.768	0.051	0.497	0.574	94	المجموعة العليا	69
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	31.302	0.027	0.264	0.926	94	المجموعة العليا	70
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	36.588	0.023	0.226	0.947	94	المجموعة العليا	71
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	65.406	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	72
			0.015	0.145	0.021	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	73
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	74
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	52.728	0.015	0.145	0.979	94	المجموعة العليا	75
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	16.720	0.044	0.426	0.766	94	المجموعة العليا	76
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	19.368	0.039	0.378	0.830	94	المجموعة العليا	77
			0.015	0.145	0.021	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	65.054	0.011	0.103	0.989	94	المجموعة العليا	78
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	79
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	40.326	0.021	0.203	0.957	94	المجموعة العليا	80
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	

معنوي	.000	9.047	0.052	0.503	0.489	94	المجموعة العليا	81
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	53.113	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	82
			0.018	0.177	0.032	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	33.668	0.025	0.246	0.936	94	المجموعة العليا	83
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	13.541	0.048	0.469	0.681	94	المجموعة العليا	84
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	85
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	86
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	21.041	0.038	0.368	0.840	94	المجموعة العليا	87
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	88
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	65.406	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	89
			0.015	0.145	0.021	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	90
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	91
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	13.218	0.049	0.473	0.670	94	المجموعة العليا	92
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	65.406	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	93
			0.015	0.145	0.021	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	8.286	0.052	0.500	0.447	94	المجموعة العليا	94
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	95
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	93.000	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	96
			0.011	0.103	0.011	94	المجموعة الدنيا	
معنوي	.000	65.406	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	97
			0.015	0.145	0.021	94	المجموعة الدنيا	

معنوي	.000	65.406	0.000	0.000	1.000	94	المجموعة العليا	98
			0.015	0.145	0.021	94	المجموعة الدنيا	

### ب- الاتساق الداخلي ( علاقة العبارة بالمجموع الكلي )

لقد تحقق صدق الاتساق الداخلي لاختبار الذاكرة الصورية بوساطة المؤشرات

الآتية:

#### 1- معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لاختبار الذاكرة الصورية :

لغرض بيان صدق الاتساق الداخلي لاختبار الذاكرة الصورية في الكرة الطائرة ، أستعمل صيغة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجة العبارة الواحدة والدرجة الكلية للاختبار ولأفراد عملية البناء جميعهم والبالغ عددهم (312) طالباً، ولمعرفة نوع الدلالة الإحصائية تم استعمال القيمة العشوائية العظمى لمعامل الارتباط ، ويبين لنا الجدول (9) نتائج معامل الارتباط ، التي تمّ على أساسها عدم استبعاد أي عبارة عند مقارنتها مع قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (0.11) عند درجة حرية (310) ومستوى دلالة (0.05).

#### الجدول (9)

يبين معامل الارتباط بين درجة العبارة والمجموع الكلي لدرجات الاختبار

رقم السؤال	معامل الارتباط	نسبة الخطأ	عدد العينة
1	.431**	.000	312
2	.327**	.000	312
3	.230**	.000	312
4	.416**	.000	312
5	.161**	.004	312
6	.225**	.000	312
7	.207**	.000	312
8	.289**	.000	312
9	.331**	.000	312
10	.228**	.000	312
11	.452**	.000	312
12	.394**	.000	312
13	.295**	.000	312
14	.218**	.000	312
15	.246**	.000	312
16	.205**	.000	312
17	.472**	.000	312



312	.000	.501**	18
312	.000	.493**	10
312	.000	.204**	20
312	.000	.378**	21
312	.000	.500**	22
312	.000	.329**	23
312	.007	.152*	24
312	.000	.509**	25
312	.000	.214**	26
312	.000	.436**	27
312	.000	.371**	28
312	.000	.279**	29
312	.000	.532**	30
312	.000	.357**	31
312	.008	.150*	32
312	.000	.417**	33
312	.000	.293**	43
312	.000	.421**	35
312	.000	.440**	36
312	.001	.194**	37
312	.000	.238**	38
312	.000	.292**	39
312	.002	.176**	40
312	.000	.377**	41
312	.000	.282**	42
312	.000	.247**	43
312	.000	.202**	44
312	.000	.385**	45
312	.000	.422**	46
312	.000	.313**	47
312	.001	.180**	48
312	.000	.245**	49
312	.000	.203**	50
312	.000	.343**	51

312	.001	.187**	52
312	.000	.288**	53
312	.000	.277**	54
312	.000	.199**	55
312	.000	.282**	56
312	.000	.311**	57
312	.000	.405**	58
312	.000	.301**	59
312	.000	.374**	60
312	.000	.216**	61
312	.000	.304**	62
312	.000	.489**	63
312	.000	.385**	64
312	.000	.283**	65
312	.000	.280**	66
312	.000	.494**	67
312	.000	.328**	68
312	.000	.222**	69
312	.000	.502**	70
312	.000	.335**	71
312	.000	.369**	72
312	.000	.405**	73
312	.003	.168**	74
312	.006	.157*	75
312	.000	.271**	76
312	.000	.251**	77
312	.001	.194**	78
312	.000	.397**	79
312	.000	.309**	80
312	.001	.184**	81
312	.001	.192**	82
312	.000	.246**	83
312	.000	.242**	84
312	.002	.174**	85

312	.000	.196**	86
312	.000	.268**	87
312	.000	.444**	88
312	.002	.175**	89
312	.000	.197**	90
312	.000	.213**	91
312	.000	.225**	92
312	.000	.198**	93
312	.007	.153*	94
312	.000	.207**	95
312	.000	.287**	96
312	.000	.237**	97
312	.000	.240**	98

\* تعني ان السؤال دال عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية = 310

\*\* تعني ان السؤال دال عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية = 310

## 2- معامل الارتباط بين درجات المجالات والمجموع الكلي لاختبار الذاكرة الصورية :

تم استعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لاستخراج معاملات الارتباط بين درجات المجالات والدرجة الكلية للاختبار، إذ "إنه كلما كانت قيم معاملات ارتباط درجات مجالات الاختبار بالدرجة الكلية عالية كان ذلك دليلاً على توافر الاتساق الداخلي للاختبار بصفة كلية، إذ تُعدُّ الدرجة الكلية للاختبار المحكّ المستعمل للتحقق من صدقه" (ليلى السيد فرحات : 2008 : 68) .

ولأفراد مجموعة البناء والبالغ عددهم (312) طالبًا. ولمعرفة نوع الدلالة الإحصائية تم استعمال معامل الارتباط البسيط بين درجات المجال ودرجات الاختبار الكلي، ولتفسير المعنوية، ويبين لنا الجدول (10) نتائج معامل الارتباط، والتي تشير جميعها إلى كونها أعلى من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (0.11) عند درجة حرية (310) وبمستوى دلالة (0.05) لدالاتها الإحصائية.

### جدول (10)

يبين الاتساق الداخلي العلاقة بين درجة كل مجال مع الدرجة الكلية للاختبار

المجالات	اسم المجال	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	عدد العينة
المجال الأول	إشارات التحكيم القانونية للتوقيات والتأخيرات وفترات الراحة	.750**	.000	312

312	.000	.793**	إشارات التحكيم القانونية لسلوك المشاركين	المجال الثاني
312	.000	.716**	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء الإرسال	المجال الثالث
312	.000	.749**	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء الضربة الهجومية	المجال الرابع
311	.000	.543**	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء المركز والدوران	المجال الخامس
312	.000	.683**	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء لعب الكرة	المجال السادس
312	.000	.637**	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء اداء الصد	المجال السابع
312	.000	.558**	إشارات التحكيم القانونية لأخطاء اللاعب عند الشبكة	المجال الثامن

#### 2-16-4-2 الثبات:

إنّ الاختبار الجيد هو الاختبار الذي يتصف بالثبات، فالاختبار الثابت هو "الاختبار الذي يعطي النتائج نفسها أو مقارنة للعينة نفسها أو مشابهة لها وتحت الظروف نفسها يُعدُّ ثابتًا وإحصائيًا إذا ظهر معامل الارتباط معنويًا" (لوي غانم الصميدعي وآخرون : 2012: 120) .

وللتحقق من ثبات اختبار الذاكرة الصورية تم استعمال الطريقة الآتية:

#### أولاً - طريقة التجزئة النصفية:

تم اعتماد طريقة التجزئة النصفية لأنّها من أكثر طرائق الثبات استعمالاً وشيوعاً في الاختبارات المعرفية، ويرجع ذلك إلى أنّها تمتاز بتلافي عيوب بعض الطرائق الأخرى، ومن ذلك ما يأتي: تتلافى الآثار السلبية الناجمة عن اختلاف ظروف تطبيق الاختبار في حالة استعمال طريقة إعادة الاختبار. تتلافى أثر التذكّر والتعلّم والنسيان الناتج عن تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه. تمتاز بسهولة التطبيق والاقتصاد في الوقت والجهد والمال. ( يوسف لازم كماش و رائد محمد مشتت : 2013: 163) .

تجري عملية حساب معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار مرة واحدة على العينة (محمد صبحي حسانين : 2001: 146) .

وبعد ذلك تقسم عبارات الإجابة على قسمين، وغالباً ما تكون قسمًا زوجيًا، وقسمًا فرديًا لعبارات الاختبار، وتمثّل عبارات ذات التسلسل الفردي الجزء الأوّل للاختبار، في حين أنّ عبارات ذات التسلسل الزوجي تمثّل الجزء الثاني منه، وأنّ معامل الارتباط يجري عن طريق حساب علاقة الجزأين بعد التأكد من تجانسهما (weiner.Stewart:1994:62) .

وكان الارتباط بينهما (0.93) ، والحقيقة أنّ هذا المعامل ، الذي يجري بين الجزئين لا يبيّن في حقيقة الأمر ثبات الاختبار الكلي، وإنما يبيّن الثبات لنصف الاختبار، وحتّى يحصل الباحثون على معامل ثبات الاختبار بصورة كئيّة يعتمدون إلى تصحيح معامل الارتباط إحصائياً وذلك عن طريق استعمال معادلة (سبيرمان - براون)، وبعد حساب معامل ثبات الاختبار التحصيلي جاءت قيمته النهائية بمقدار (0.96) وهو ثبات عال.

## 2-4-16-3 الموضوعية:

الاختبار الموضوعي والقياس العلمي الدقيق لهما الدور الكبير في اعطاء المؤشر الحقيقي لما يمتلكه الطلاب من ذاكرة صورية ، إذ ان توفر مثل تلك الشروط يعني تقليل الاخطاء والسلبيات في تلك الوسائل وتداركها مما يجعلها ادوات دقيقة تساعد القائمين على الاختبار الى التوصل الى اهدافهم ، إذ ان التقييم باستخدام ادوات الاختبارات الموضوعية والعلمية تختلف نتائجها كلياً عن استخدام وسائل عادة ما تخضع للتحيز الشخصي والذاتي ( حنان عدنان عبيوب واخرون :2019 : 33 ).

أَنَّ تصحيح الاختبارات التي تشتمل على عبارات الاختيار من متعدد ، يكون عادة موضوعياً سواء كان يدوياً أو آلياً؛ لأنّ تصحيحها واستخراج نتائجها لا يتأثران بذاتية المصححين لاستعمالهم مفاتيح التصحيح الخاصة بكل اختبار، ولهذا لا يحتاج هنا إلى استعمال الموضوعية في اختبار الذاكرة الصورية لأنّ طريقة تصحيحه واحدة لا يختلف عنها اثنان.

## 2-4-17 الشكل النهائي لاختبار الذاكرة الصورية :

بعد تحليل البيانات إحصائياً، أصبح الاختبار كاملاً بصورته النهائية ، الذي تتكون مجموع عباراته (98) عبارة اختبارية، ولكلّ عبارة اربعة بدائل احدهما تمثّل الإجابة الصحيحة، أمّا طريقة التصحيح فتعطي درجة (1) للإجابة الصحيحة و(صفر) للإجابة الخاطئة أو المتروك.

## 2-5 الوسائل الاحصائية :

تم استعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية والتربوية ( Spss ) لتحليل نتائج الدراسة ، فضلا عن ذلك استعمال الوسائل الاحصائية الاخرى لاستخراج البيانات الخاصة بالبحث وعلى النحو الاتي : اختبار مربع كا<sup>2</sup>. معامل السهولة . معامل الصعوبة . معامل التمييز .معامل الارتباط السبب ( بيرسون ). ( t.test ) للعينات المستقلة . الوسط الحسابي الانحراف المعياري . النسبة المئوية . الوزن النسبي . الدرجة المعيارية الزائفة والتائبة معامل الالتواء . معادلة الفا كرنباخ. سبيرمان - براون. الخطأ المعياري

### 3- مناقشة النتائج

بعد ان تم التوصل الى بناء اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة ، تبين ان الذاكرة الصورية تمثل الجزء الحيوي من نظام الذاكرة الكلي ومركز الوعي في الادراك والفهم لنظام معالجة المعلومات فعندما نفكر بادراك شيء ما ، او نحاول تذكر حقيقة معينة نكون قد استخدمنا ذاكرتنا . اذ ان جميع الدراسات التي اجريت على الذاكرة الحسية البصرية أظهرت نتائج معظمها أن الكثير من المداخلات الحسية البصرية تتلاشى بسرعة بعد التعرض مباشرة للمثير وان الأثر الحسي البصري يبقى في الذاكرة جزء من الثانية يتم فيها استخلاص بعض المعلومات عن المدخل الحسي إذ يتم اختيار بعض الجوانب منه والتركيز عليها ليتم معالجتها لاحقاً، وهذه العمليات العقلية تتم على نحو لا شعوري وتكون مستمرة طالما هنالك تركيز للانتباه على المدخل الحسي (فخري عبد الهادي :2009: 47).

يعزا سبب هذه النتائج التي ظهرت الى نوع عملية التعلم المستخدمة ، فالذاكرة هي قدرة الانسان على الاحتفاظ بالمعلومات واسترجاعها في الوقت المناسب ، لذلك ترتبط الذاكرة ارتباطاً وثيقاً بعملية التعلم فكلما كان لدى المتعلم ذاكرة جيدة سوف تساعده على الاحتفاظ بعدد كبير من المعلومات السابقة . أن الانتباه الفعال والادراك العالي والتمثيل الدقيق لعمليات الترميز والخزن والاسترجاع تمتد بين العمق والتوسع بالمعلومات تبعاً لنوع عملية التعلم ( وسام صلاح وآخرون : 2021 : 21 ) .

كما يمكن أن تعزى اسباب النتائج التي ظهرت الى عملية استقبال المعلومات من قبل الطلاب أثناء اعطاء المادة التعليمية والطريقة والاسلوب الذي يتبعه التدريسيون في شرح المادة التعليمية الامر الذي يساعد على تكوين الصور الجديدة عن طريق تدوير واعادة الخبرات الماضية والتخيلات العقلية وحفظها في عين العقل . اذ ان الأبصار والتخيل هما اساس العمليات المعرفية باستخدام مهارات خاصة في المخ تعتمد على ذاكرتنا السابقة ( أحمد حسن القواسمة و محمد احمد ابو غزلة : 2013 : 128 ) .

وتم تأكيد هذه الحقيقة ايضاً بأن الذاكرة الصورية وظيفتها استقبال الصور الحقيقية للمثيرات الخارجية كما في الواقع ويحتفظ بها على شكل خيال وتعرف باسم ايقونة لذلك يطلق عليها اسم الذاكرة الايقونية Iconic Memory (فخري عبد الهادي : 2009 : 47 ) .

كما يعلل سبب مستوى النتائج التي ظهرت لاختبار الذاكرة الصورية في الجامعات العراقية الى عامل مهم جداً يجب الاهتمام به اثناء الوحدات التعليمية لمادة الكرة الطائرة وهو عامل الانتباه من قبل الطلبة من خلال توفير بيئة تعليمية مناسبة لعملية التعلم لتوفير أمكانية جذب انتباههم أثناء اعطاء المعلومات المتعلقة بمادة القانون والتي تعد العامل الاساسي في معالجة المعلومات . أن الذاكرة الصورية خاصة مهمة وهي قابليتها السريعة للمحو وهذا ما يجعل

انطباعاتنا البصرية أكثر حساسية حيث سنواجه مشكلة كبيرة إذا بقي كل ما نراه في بيئتنا البصرية لفترة طويلة جداً ، فالمعلومات البصرية تحفظ لفترة قصيرة جداً ، وقد يتم تحويلها الى تخزين قصير الامد أو تمحي اذا حلت محلها معلومة جديدة أخرى قبل ان تجد الوقت الكافي ليتم تحويلها الى مخزن ذاكرة اخرى ولهذا فأن هذا المخزن الحسي الصوري يحافظ ويسيطر على المعلومات الحسية كلها لمدة قصيرة وأن هذا المخزن له قابلية وسعة تخزين عالية جداً اذ يمكنه ان يستقبل عدداً هائلا من المعلومات لمدة قليلة جداً وبعدها تتلاشى المعلومات بسرعة اذا لم ينتبه لها ( حزيمة كمال عبد المجيد : 2011 : 80 ) .

وايضاً يفسر سبب النتائج التي ظهرت في اختبار الذاكرة الصورية لطلاب الجامعات العراقية الى استخدام النظام البصري ، اذ تعد حاسة النظر المصحوبة بالتدبير والتفكر هو العامل الاساسي الذي تتحول من خلاله الافكار والمعارف والمعلومات والاكتشافات في معرفة مواد قانون الكرة الطائرة ولاسيما اشارات التحكيم القانونية . أن الذاكرة الصورية من النشاطات والمهارات العقلية المهمة التي تستخدم التفكير البصري وبالتالي تساعد المتعلم في الحصول على المعلومات وتمثيلها وتفسيرها وحفظها ، ثم التعبير عنها وعن افكاره الخاصة بصرياً ولفظياً ، ولهذا فأن الذاكرة الصورية تكون فاعلة اكثر عندما تندمج عوامل الرؤية والتخيل في تفاعل نشط ( احمد حسن ومحمد احمد ابو غزلة ، 2013 : 127 ) .

كما يعزى اسباب النتائج التي ظهرت ايضاً الى التعبير الصوري الذي احتواه اختبار الذاكرة الصورية اذ تم تمثيل المعرفة الخاصة بمفردات مادة قانون الكرة الطائرة وضمن كافة مجالات الاختبار على شكل اداة صورية ادراكية فاعلة تحث الطلاب على استنكار واسترجاع وتحويل اللغة اللفظية المكتوبة واستخلاص المعلومات منه على شكل منظومة صورية . اذ ان الاشكال البصرية تعد ادوات مهمة لتمثيل المعرفة ليس فقط كأدوات ارشادية وتربوية لكن تعد سمات مرتبطة بعملية التفكير والتعلم اذ ساعدت الادوات الصورية في نجاح الكثير من بحوث العلماء ، وتساهم ايضاً الادوات البصرية على الربط بين عناصر العلاقات في الصورة المعروضة وايجاد التوافقات بينها والمغالطات فيها ( نادية حسين العفون ومنتهى مطشر ، 2012 : 176 ) .

#### 4- الخاتمة

توصل الباحثان الى الاستنتاجات الاتية والتي تمثلت في النتائج الاتية: بناء اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية لطلاب السنة الدراسية الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالعراق وفي حدود مجتمع البحث ، ان اقتران قانون لعبة الكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة يكون افضل في الاحتفاظ والتذكر مع استخدام اختبار الذاكرة الصورية لإشارات التحكيم القانونية بهذه اللعبة ، بناءً على نتائج التحليل الاحصائي واستخراج القدرة التمييزية لعبارات الاختبار تم التوصل الى (98) عبارة موزعة على

المجالات الاتية: . المجال الاول (إشارات التحكيم القانونية للتوقفات والتأخيرات وفترات الراحة )  
بواقع (24) عبارة .المجال الثاني (إشارات التحكيم القانونية لسلوك المشاركين ) بواقع (16) عبارة.  
المجال الثالث(إشارات التحكيم القانونية لأخطاء الارسال ) بواقع (16) عبارة. المجال الرابع  
( إشارات التحكيم القانونية لأخطاء الضربة الهجومية ) بواقع (16) عبارة .المجال الخامس (إشارة  
التحكيم القانونية لأخطاء المركز والدوران ) بواقع (8) عبارة .المجال السادس (إشارات التحكيم  
القانونية لأخطاء لعب الكرة ) بواقع ( 8 ) عبارة .المجال السابع (إشارات التحكيم القانونية لأخطاء  
أداء الصد ) بواقع ( 8 ) عبارة .المجال الثامن (إشارات التحكيم القانونية لأخطاء اللاعب عند  
الشبكة ) بواقع (8) عبارة .

**وبناءً على الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان :** بضرورة استخدام اختبار  
الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية لتعرف مستوى طلاب السنة الدراسية الرابعة في  
كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعات العراقية . ضرورة الارتقاء بمستوى المناهج  
التعليمية الخاصة بالكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية الرابعة واستخدام الاستراتيجيات الحديثة من  
اجل تطوير مستوى اداء الطلاب في اختبارات التحكيم العملية ولاسيما اختبار الذاكرة الصورية في  
اشارات التحكيم القانونية . ضرورة الاخذ بنتائج هذه الدراسة من قبل اللجان الخاصة بتطوير  
المناهج في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي . ضرورة التأكيد على توزيع الحصص الخاصة  
بمادة الكرة الطائرة لطلاب الصف الرابع بشكل متوازن ما بين المادة النظرية الخاصة بقانون اللعبة  
واشارات التحكيم القانونية وما بين المادة العملية الخاصة باستراتيجيات اللعب . ضرورة الاهتمام  
بالذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية لما لها من دور كبير وفعال في المعرفة القانونية  
بمادة الكرة لطائرة . ضرورة بناء اختبارات ذاكرة صورية في ألعاب فردية و فرقية اخرى. التوصية  
بإجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة وعلى مراحل اخرى من اجل الارتقاء وتطوير المناهج التعليمية  
لمادة الكرة الطائرة في الجامعات العراقية .

#### المصادر العربية والاجنبية :

- ابتسام صاحب موسى زويني؛ تحليل الفقرات: (جامعة بابل، كلية التربية الأساسية، قسم اللغة العربية، 2014م) .
- أحمد حسن القواسمة و محمد احمد ابو غزلة ؛ تنمية مهارات التعلم والتفكير والبحث ، (عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2013 ) .
- أحمد عودة وفتحي مكاوي؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية: (اريد؛ دار الامل، 1998م) .



- تائر داود سلمان القيسي؛ الطرق الإحصائية لحساب صدق وثبات الاختبارات والمقاييس باستخدام IBM SPSS Statistics version 24، ط1: (بغداد، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2018م) .
- حزيمة كمال المجيد ؛ الاسلوب المعرفي المجازفة - الحذر وعلاقته بالذاكرة الحسية : ط1، ( عمان ، دار صفاء والتوزيع ، 2011 ) .
- حنان عدنان عبوب و اخرون ؛ التقويم الموضوعي لاهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم ، ( مجلة علوم الرياضة ، 37- المجلد العاشر ، 2019 ) .
- رائد داود سلمان ، دور الاعلام الرياضي عبر مواقع لتواصل الاجتماعي في نشر الثقافة الرياضية وعلاقتها بشغف الملاعب ، 2019 .
- زينب خلف مزهر ، السلوك القيادي لدى مدرسي التربية الرياضية في المدارس الثانوية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي ، رسالة ماجستير كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى ( 2007 ) .
- صلاح الدين محمود علام ؛ تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي : ( الكويت ، جامعة الكويت ، 1986 ) .
- عبد الواحد الكبيسي و ربيع هادي ؛ الاختبارات التحصيلية المدرسية أسس بناء وتحليل أسئلتها : ( عمان ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، 2008 ) .
- عدي جاسب حسن ؛ القواعد الرسمية للكرة الطائرة ، 2021 .
- عكلة سليمان وهند سليمان ؛ الدليل الى البحث العلمي ، ( القاهرة ، مركز الكتاب الحديث للنشر ، 2016 ) .
- فائزة عبد الجبار احمد وغادة محمود جاسم ؛ الاسس العلمية للاختبار والقياس والتقويم ، (بغداد، مكتبة النور، 2019).
- فخري عبد الهادي ؛ علم النفس المعرفي : ط1 ، ( عمان ، دار اسامة للنشر والتوزيع ، 2009 ) .
- لؤي غانم الصميدعي (وآخرون)؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1: (أربيل، مديرية دار الكتب، 2012م) .
- ليلي السيد فرحات ؛ القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط1 : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2008 ) .
- محمد حسن الوزني و اخرون ؛ القواعد الرسمية للكرة الطائرة ، 2017 .

- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 ) .
- محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقييم في التربية الرياضية ، ط4 : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001 ) .
- محمد عبد الفتاح الصيرفي ؛ البحث العلمي الدليل التطبيقي للباحثين ، ط1: ( عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2002 ) .
- محمد عبودي حسين ، الاداء التحكيمي بدلالة الذكاء الميداني والذاكرة الصورية لحكام الدرجة الاولى بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة الكوفة ، 2021 .
- محمد نصر الدين رضوان ؛ المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية ، ط1 : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2006 ) .
- مروان عبد المجيد ابراهيم ؛ تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية ، ط1 ( عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001 ) .
- ميخائيل امطانيوس ؛ القياس والتقييم في التربية الحديثة : ( سوريا ، منشورات جامعة دمشق ، 1996 ) .
- نادية حسين العفون و منتهى مطشر عبد الصاحب ؛ التفكير أنماطه ونظرياته واساليب تعليمه وتعلمه ، ط1 ( عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2012 ) .
- وسام صلاح واخرون ؛ العمليات العقلية ومعالجة المعلومات : ط1 ، ( النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة ، 2021 ) .
- يوسف لازم كماش ورائد محمد مشتت؛ القياس والاختبار والتقييم في المجال التربوي والرياضي، ط1: (عمان ، دار دجلة للنشر، 2013م) .
- Weiner ,Stewart; Assessing individuals psychological and educational tests and maw sure meth: (New York. 1994) .
- Allen , M. J. &Yen, M. Introduction to Measurement theory, California ,Book/Cole,1979).

#### الملحق (1)

اختبار الذاكرة الصورية في اشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة بصورته النهائية بعد عملية البناء

عزيزي الطالب .....

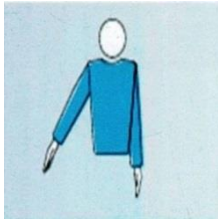
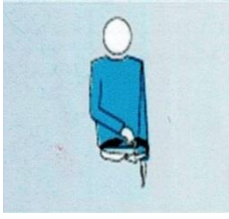


أسم الطالب .....

المرحلة .....  
الشعبة .....  
الجامعة .....

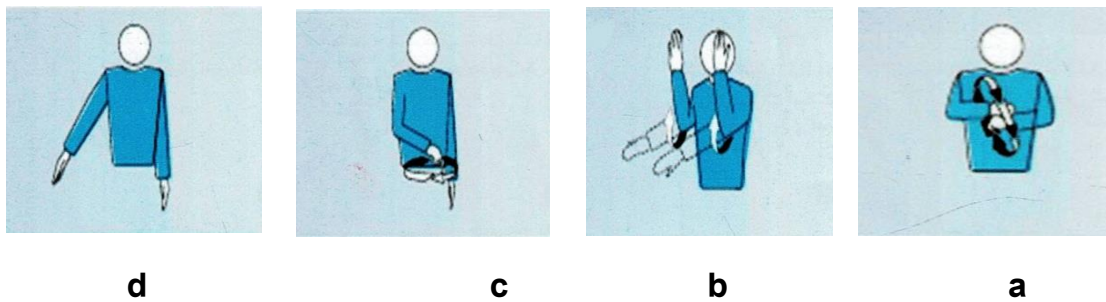
فيما يأتي مجموعة من العبارات لقياس قدرتك على استحضار ذاكرتك الصورية لإشارات التحكيم القانونية بالكرة الطائرة ، المطلوب منك أن تجيب على هذه الاسئلة بسرعة ودقة ولا تجعل أحد الاسئلة يستغرق منك وقتاً أطول من اللازم فعامل الزمن مهم جداً فإذا وجدت صعوبة في سؤال ما ، اتركه وانتقل الى ما بعده بحيث أن لا تترك اي سؤال دون اجابة ، وان وقت الاجابة الكلي للاختبار هو (44) دقيقة .

شكراً لإجاباتكم

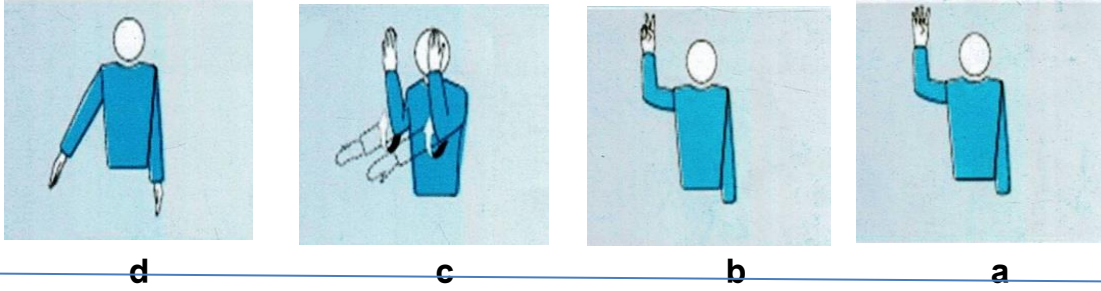
مثال توضيحي .:

الاختيار الصحيح	العبارات	ت
C	بعد ان ضرب اللاعب المرسل الكرة مست العصا الهوائية وعبرت الى ملعب الفريق المنافس وفي الوقت نفسه كان هناك خطأ مركز عند الفريق المستقبل ، عند حدوث هذه الحالة ولتحديد نوع الخطأ فأن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية .	1 -
	   	

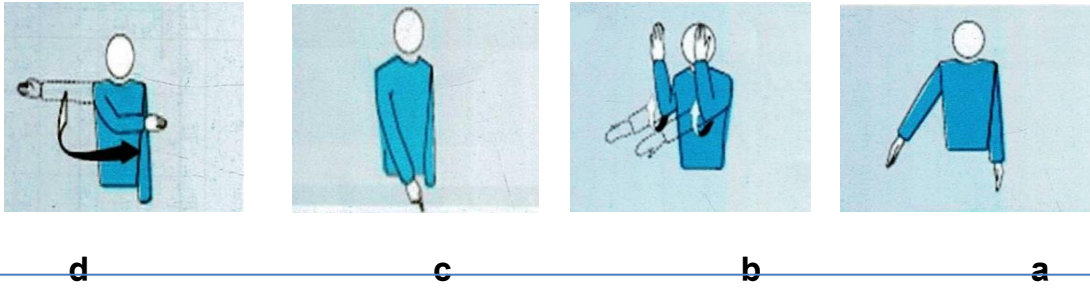
س1/ بعد ان ضرب اللاعب المرسل الكرة مست العصا الهوائية وعبرت الى ملعب الفريق المنافس وفي الوقت نفسه كان هناك خطأ مركز عند الفريق المستقبل ، عند حدوث هذه الحالة ولتحديد نوع الخطأ فأن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية



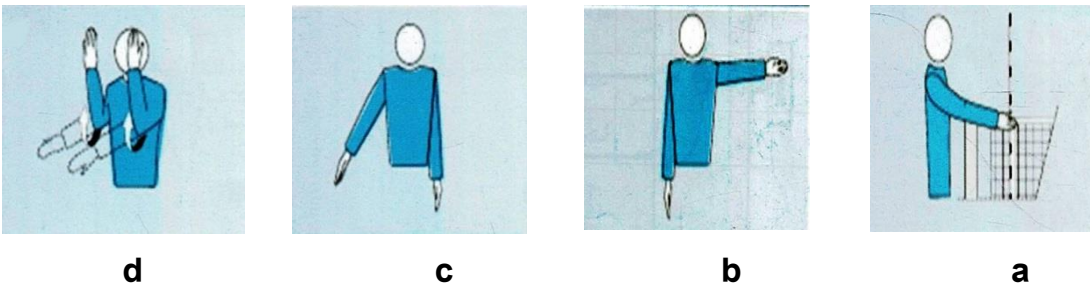
س2/ استقبال اللاعب المدافع الكرة ومست ساعده وصدرة بحركة غير متزامنة ، عند حدوث هذه الحالة ولتحديد نوع الخطأ فإن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية .



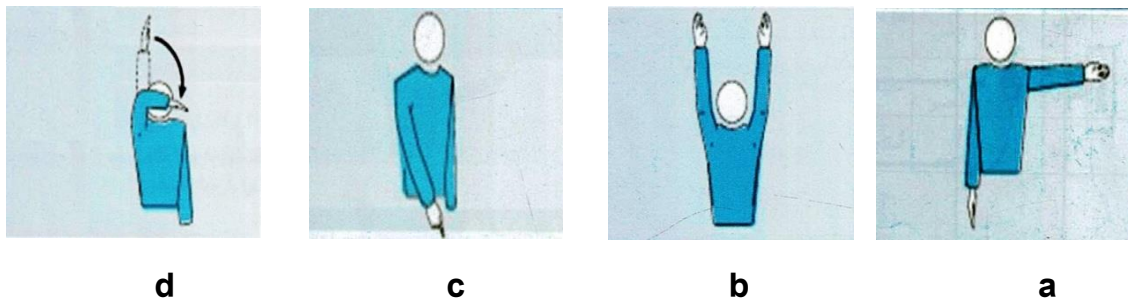
س3/ اثناء تنفيذ اللاعب المرسل ضربة الارسال أحد اقدمه خارج الخط الوهمي لتحديد منطقة الارسال ، عند حدوث هذه الحالة ولتحديد نوع الخطأ فإن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية .



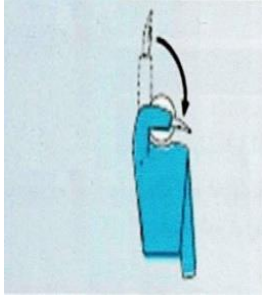
س4/ ضرب اللاعب المهاجم الكرة ضربة هجومية وسقطت الكرة خارج الخط الجانبي لملاعب الفريق المنافس ، عند حدوث هذه الحالة ولتحديد نوع الخطأ فإن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية .



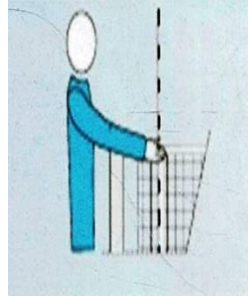
س5/ شارك لاعب الصف الخلفي بحائط صد مكتمل مع لاعبي الصف الامامي ، عند حدوث هذه الحالة ولتحديد نوع الخطأ فإن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية .



س6/ قام لاعبي حائط صد ثنائي بلمس اللاعب والكرة في مجال المنافس اثناء تنفيذ الضربة الهجومية من قبل اللاعب ، عند حدوث هذه الحالة ولتحديد نوع الخطأ فأن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية



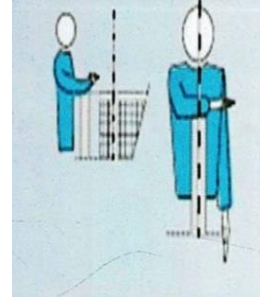
d



c



b

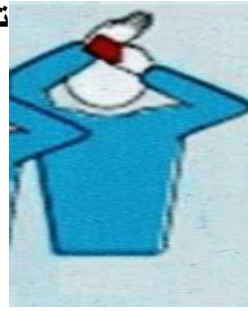


a

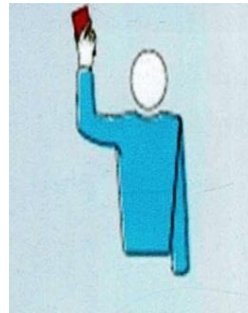
س7/ بعد انتهاء تبديلات الفريق طلب المدرب اكثر من مرة تبديل ، عند حدوث هذه الحالة ولحساب جزاء التأخير فأن الحكم الاول يشير بيده . تية .



d



c



b



a

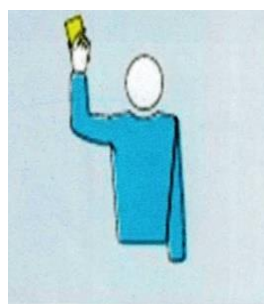
س8/ اثناء الوقت المستقطع قام احد اللاعبين بتكرار الاحماء بالكرة في المنطقة الحرة للمرة الثانية على الرغم من مجازاته بلفت نظر في المرة السابقة ، عند حدوث هذه الحالة ولمجازاة سوء السلوك فأن الحكم الاول يشير بيده بإحدى الاشارات الاتية .



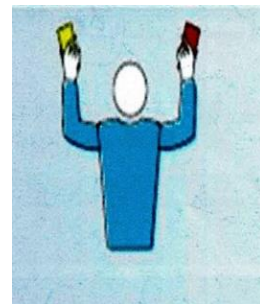
d



c



b



a

تأثير تدريبات الرشاقة التفاعلية في تطوير الارتكاز الزوجي والفردي والانتقال داخل الدائرة  
وبعض المتغيرات البدنية والبايوميكانيكية وانجاز رمي الثقل للشباب

*The effect of interactive agility training on the development of pair and individual support, movement within the circle, some physical and biomechanical variables, and the achievement of throwing weights for young men*

محمد مجيد صلال

الجامعة العراقية

كلية التربية للبنات

[mohammed1979.sallal@gmail.com](mailto:mohammed1979.sallal@gmail.com)

*Muhammad Majeed Salal*

*Iraqi University*

*College of Education for Girls*

**الكلمات المفتاحية:** الرشاقة التفاعلية - الارتكاز الزوجي والفردي - المتغيرات البدنية -  
البايوميكانيكية - رمي الثقل.

**Keywords:** *interactive agility - pair and individual support - physical variables - biomechanics - weight throwing.*

**المخلص:**

تكتسب تدريبات الرشاقة التفاعلية ميزة هي امكانية استخدام هذه التدريبات في تنمية القوة العظمى وزيادة التضخم العضلي ، وان تدريبات الرشاقة التفاعلية مثلها كاي تدريبات تخضع لأيادي التدريب الرياضي حيث يكون التقدم بطيء من البسيط الى المركب ومن الشده المنخفضة الى الشده المتوسطة ثم الشده القصوى كما تتميز بشده عالية في ادائها لذا يجب على اللاعب الحد اللازم من القوة العضلية والذي تسمح له بالأداء بصورة جيدة وتهدف الدراسة على اعداد تدريبات الرشاقة التفاعلية وتعرف تأثير هذه التدريبات في تطوير القدرات البدنية والبايوميكانيكية للاعب رمي الثقل للشباب ، وهدفت الدراسة الى اعداد تدريبات الرشاقة التفاعلية، والتعرف على تأثير تدريبات الرشاقة التفاعلية في تطوير الارتكاز الزوجي والفردي والانتقال داخل الدائرة وبعض المتغيرات البدنية والبايوميكانيكية وانجاز رمي الثقل للشباب، استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة طبيعة المشكلة بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي ، تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية المقصودة وهم لاعبو نادي ديالى لفعالية دفع الثقل والبالغ عددهم (6) لاعبين وتمثل العينة ما نسبته (100%) من مجتمع البحث، وشملت اجراءات البحث الميدانية (اختبارات القدرات البدنية وقياس المتغيرات البايوميكانيكية) وقد طبقت هذه التدريبات ضمن القسم الرئيس من الوحدة التدريبية واستغرقت من 45-50 دقيقة بواقع (2) وحدة في الأسبوع

لمدة (8) أسابيع، في ضوء النتائج التي حصل عليها الباحث استنتج ومن خلال تحليل نتائج البحث ومناقشتها الى إن تدريبات الرشاقة التفاعلية كانت ذات تأثير في تطوير القدرات البدنية والمتغيرات البيوميكانيكية والانجاز لعينة البحث من خلال النتائج التي تم الحصول عليها، وظهرت النتائج تحسن في القوة الخاصة ومتغيرات الانطلاق والسرعة الخطية لبعض اجزاء الجسم ويوصي الباحثين ضرورة الاهتمام بتنوع الوسائل التدريبية المختلفة في عملية التدريب والتعلم والتنوع في استعمال طرائق التدريب الحديثة ووسائل التدريب المتنوعة والملائمة يعمل على كسر رتابة النمط الحركي للتدريبات المستخدمة وتطوير الانجاز الرياضي.

### **Abstract:**

*Interactive agility training gains an advantage, which is the possibility of using these exercises to develop great strength and increase muscle hypertrophy, and interactive agility training, like any other exercise, is subject to sports training, where the progress is slow from simple to complex, from low intensity to medium intensity, then maximum intensity, as it is characterized by high intensity In its performance, therefore, the player must limit the necessary muscle strength, which allows him to perform well. The study aims to prepare interactive agility exercises and to identify the impact of these exercises in developing the physical and biomechanical capabilities of youth weightlifting players. The study aimed to prepare interactive agility exercises, and to identify the effect of Interactive agility exercises in the development of marital and individual support, moving within the circle, some physical and biomechanical variables, and the achievement of throwing weights for young people. The researcher used the experimental approach to suit the nature of the problem by designing one experimental group with a pre and post test. Their number is (6) players, and the sample represents (100%) of the research community, and the field research procedures included (physical abilities tests and measurement of biomechanical variables). These exercises were applied within the main section of the training unit and lasted from 45-50 minutes, by (2) One unit per week for a period of (8) weeks. In light of the results obtained by the researcher, the researchers concluded, and by analyzing and discussing the results of the research, that the interactive agility exercises had an impact on the development of physical capabilities, biomechanical variables, and achievement of the research sample through the results obtained. The results are an improvement in the special strength, launch variables, and linear velocity for some parts of the body. The researchers recommend the need to pay attention to diversifying the different training methods in the process of training and learning.*

## 1. المقدمة:

تتطلب طبيعة الاداء والتدريب في مسابقات العاب القوى مجهوداً بدنياً ونفسياً كبيراً وتظهر اهمية بذل هذا المجهود بوضوح اذا ما كان الهدف هو الوصول الى المستويات العليا لذلك تتطلب عملية التدريب في هذه السباقات نوعية خاصة ومميزة من اللاعبين الذين يتمتعون بقدر كبير من قوة الارادة والصبر والتدريب المستمر .

من هنا جاءت اهمية التدريب الرياضي في مقدمة الحالات التي لاقت تطوراً ملحوظاً في الآونة الاخيرة وقد شمل هذا التطور الالعاب الرياضية كافة بأنواعها المختلفة حيث ان العلماء والمدربين الرياضيين وعلماء الرياضة يبحثون وبشكل دائم ومستمر عن الطريقة التدريبية الحديثة بهدف تحسين الاداء الرياضي واكتساب ميزة تنافسية .

ان مستوى التطور العالي والانجاز الرياضي في العالم وفي مختلف الالعاب الرياضية جاء من الربط بين العلوم المختلفة لغرض الاقتصاد في الوقت وتعزيز الاسس التقنية للمهارة الرياضية على وفق المتطلبات البدنية والحاجة اليها في تعزيز اهمية كل قدرة في تحقيق الانجاز وما يتميز به هؤلاء اللاعبون من قدرات بدنية وقياسات جسمية وتوفير شروط ميكانيكية للتنبؤ بنتائجهم وتحديد متطلبات اللعبة بما يتناسب مع هذه القدرات والشروط الميكانيكية والانجاز العالي والربط بين مسببات الحركة داخلياً وما يقابلها من مقومات خارجية في التأثير على الاداء الرياضي .

تدريبات الرشاقة التفاعلية احد وحدث هذه التقنيات المستخدمة في المجال الرياضي واذا نظرنا الى جميع الفعاليات الرياضية نلاحظ انها تتطلب الحركات السريعة سواء للطرف العلوي او الطرف السفلي او كليهما معاً وقد استطاعت تدريبات الرشاقة التفاعلية في تحسين كفاءة الاداء الرياضي من خلال تنمية هذا الجانب وقد اثبتت فعاليتها في تحسين القدرات البدنية والحركية للاعبين في العديد من الفعاليات الرياضية ومنها فعاليات الساحة والميدان وخصوصاً فعاليات الرمي (رمي الثقل) حيث تركز تدريبات الرشاقة التفاعلية على نموذج الجري السليم فضلاً عن الانماط الحركية الانفجارية في الرياضات التي تتطلب السرعة القصوى والرشاقة والسرعة الحركية لتحقيق الانجاز وهذا ما تحتاجه في رمي الثقل. (عمرو صابر واخرون:2017:78)

تعد تدريبات الرشاقة التفاعلية لنظام تدريبي متكامل يهدف الى تحسين التسارع والتوافق بين العين واليد والقدرات الانفجارية وسرعة الاستجابة، و تدريبات الرشاقة التفاعلية نظام تدريبي حديث ينتج عن تأثيرات متكاملة للعديد من القدرات البدنية داخل البرنامج التدريبي .

وتدريبات الرشاقة التفاعلية من التدريبات الاساسية لتطوير القدرات البدنية والتي تكتسب اهمية خاصة نظراً لدورها المرتبط بالأداء الرياضي وبالصحة على وجه العموم ولقد اصبحت تدريبات الرشاقة التفاعلية جزءاً مهماً من تدريبات الساحة والميدان وخاصة فعاليات الرمي الحديثة منها وقد تطورت وسائل التدريب ومنها القوة والسرعة واجهزتها لتصبح الجزء الاهم للتدريب من ناحية



التدريب العالي المباشر على الانجاز، وان تدريبات الرشاقة التفاعلية تؤدي الى تطوير القدرات البدنية الاساسية الضرورية في المنافسات الرياضية فضلاً عن تأثيرها في تطوير التحكم بالأداء وتطوير التكيف العصبي العضلي وزيادة سرعة الحركة لضمان تنفيذ الحركة والسرعة النهائية العالية . اذ ان استخدام تدريبات متنوعة في تطوير القدرات البدنية اصبح من المستلزمات الضرورية والملهمة، ان تدريبات الرشاقة التفاعلية تؤدي الى تحسين الاداء ومراحله وخاصة في فعاليات الرمي من خلال تطوير العضلات العاملة اذ اصبحت هذه التدريبات اساسية في تدريب رماة الثقل فضلاً عن التدريبات الاخرى من اجل ان يكون التدريب متكاملًا من كل الجوانب البدنية والمهارية (الفنية) . (عمرو صابر واخرون:2017:79)

ان تدريبات الرشاقة التفاعلية هو اسلوب يتم من خلاله تنمية القوة والسرعة وان هذه التدريبات تكتسب ميزة اخرى هي امكانية استخدام هذه التدريبات في تنمية القوة العظمى وزيادة التضخم العضلي . وان تدريبات الرشاقة التفاعلية مثلها كاي تدريبات تخضع لأيادي التدريب الرياضي حيث يكون التقدم بطيئاً من البسيط الى المركب ومن الشده المنخفضة الى الشده المتوسطة ثم الشده القصوى كما تتميز بشده عالية في ادائها لذا يجب على اللاعب الحد اللازم من القوة العضلية والذي تسمح له بالأداء بصورة جيدة وتهدف الدراسة على اعداد تدريبات الرشاقة التفاعلية وتعرف تأثير هذه التدريبات في تطوير القدرات البدنية والبايوميكانيكية للاعب رمي الثقل للشباب.

وان هذا البحث اضاف طريقة تدريبية حديثه لها دور في تطوير الاداء البدني والفني والبايوميكانيكي لفعاليات الرمي وخصوصاً فعالية رمي الثقل وتحسين عملية الانتقال داخل الدائرة بطريقة الدوران والارتكاز وهذا بدوره يؤدي الى ثبات اللاعب وتحسين الاداء وبالتالي الحصول على نتائج عالية.

**ويهدف البحث الى اعداد تدريبات الرشاقة التفاعلية.** وتعرف تأثير تدريبات الرشاقة التفاعلية في تطوير الارتكاز الزوجي والفردي والانتقال داخل الدائرة وبعض المتغيرات البدنية والبايوميكانيكية وانجاز لاعبي رمي الثقل الشباب.

## **2- منهج البحث وجراءته الميدانية:**

**1.2. منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة طبيعة المشكلة بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي.

**2.2. عينة البحث:** تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية المقصودة وهم لاعبو نادي ديالى لفعالية دفع الثقل والبالغ عددهم (6) لاعبين وتمثل العينة ما نسبته (100%) من مجتمع البحث، تم إجراء التجانس للعينة باستخدام معامل الالتواء كما موضح في الجدول (1) وقد أظهرت النتائج

تجانس العينة إذ كان معامل الالتواء قليلاً ويعد هذا مؤشراً جيداً إذ كلما كانت هذه القيمة صفراً أو قريبة من الصفر دل ذلك على ان التوزيع اعتدالي أو قريب منه وبذلك تعد عينة البحث متجانسة .

### الجدول (1)

#### التجانس لأفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التواء
1	العمر	سنة	18.3333	18.5000	.81650	-.857
2	الكتلة	كغم	77.5000	75.0000	4.18330	1.537
3	الطول	سم	178.8333	179.0000	2.78687	.172
4	العمر التدريبي	سنة	3.6667	3.5000	.81650	.857
5	الانجاز	متر	11.8333	12.0000	.40825	-2.449

#### 3.2. الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

ساعة توقيت الكترونية عدد (2)، نوع (Casio)، يابانية الصنع، ميزان الكتروني، ألماني الصنع، ، كاميرا فيديو، عدد (2)، نوع كانون، حاسبة يدوية الكترونية صينية الصنع، شريط قياس طوله (50م)، مساطب مختلفة، صينية الصنع، شريط لاصق ملون، ائقال قانونية، سلالم ارضية.

#### 3.2. اجراءات البحث الميدانية :-

#### 1.3.2. اختبارات القدرات البدنية :-

#### أولاً: اختبار القوة الانفجارية للذراعين:

الهدف من الاختبار: قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والكتفين. (حسنين:2004:59)

الأدوات المستخدمة: كرة طبية زنة (3) كغم وشريط قياس وكروسي مع حزام تثبيت للجذع محكم. طريقة أداء الاختبار: يجلس المختبر على الكروسي والكرة الطبية محمولة باليدين فوق الرأس والجذع ملاصق لحافة الكروسي ، يوضع الحزام حول جذع المختبر ويمسك من الخلف بطريقة محكمة لغرض منع المختبر من الحركة للأمام في أثناء رمي الكرة باليدين، لتتم عملية رمي الكرة باليدين دون استخدام الجذع كما في الشكل رقم (3) ، ويعطى لكل مختبر ثلاث محاولات تسجل أفضلها .

التسجيل: تحسب المسافة بين الحافة الأمامية للكروسي وأقرب نقطة تضعها الكرة على الأرض.

#### ثانياً: اختبار القوة الانفجارية للرجلين:

- اختبار الوثب العمودي من الثبات لسارجنت: (علاوي ونصر الدين:1994:68)

## غرض Vertical Jump or Sergeant Chalk Jump test

- الاختبار : قياس القدرة العضلية للرجلين في الوثب العمودي لأعلى .
- الجنس والسن : مراحل السن من ( 9 ) سنوات وأكثر للبنين والبنات .
- الأدوات اللازمة :

- لوحة من الخشب ( سبورة ) مدهونة باللون الأسود عرض  $\frac{1}{2}$  م وطولها  $1 \frac{1}{2}$  م ، ترسم عليها خطوط باللون الأبيض والمسافة بين كل خط والآخر ( 2 ) سم .
- حائط أملس لا يقل ارتفاعه عن الأرض من 3.60 م .
- قطعة طباشير أو مسحوق جبس ، قطعة من القماش لمسح علامات الجبس بعد قراءة كل محاولات يقوم بها المختبر .
- يمكن الاستغناء عن السبورة بقطعة مدرجة من الخشب تثبت على الحائط .

### الإجراءات :

- تثبيت السبورة أو قطعة خشب على الحائط بحيث تكون الحافة السفلى لها على ارتفاع يسمح لأقصر مختبر بأن تؤدي الاختبار ويراعى أن تثبت اللوحة بعيداً عن الحائط بمسافة لا تقل عن (15) سم، حتى لا يحدث احتكاك بالحائط في أثناء الوثب لأعلى.

### وصف الأداء :

- يمسك المختبر قطعة من الطباشير طولها لا يقل عن  $2 \frac{1}{2}$  سم، ثم يقف مواجهاً للوحة ، ويمد الذراعين عالياً لأقصى ما يمكن ويحدد علامة بالطباشير أو مسحوق الماغنسيوم على اللوحة مع ملاحظة ملاصقة القدمين الأرض.
- يقف المختبر بمرجحة الذراعين لأسفل وإلى الخلف مع ثني الجذع للأمام والأسفل وثني الركبتين إلى وضع الزاوية القائمة فقط .
- يقوم المختبر بمد الركبتين والرفع بالقدمين معاً للوثب لأعلى مع مرجحة الذراعين بقوة للأمام ولأعلى للوصول بهما إلى أقصى ارتفاع ممكن، حيث يقوم بوضع علامة بالطباشير على اللوحة أو الحائط في أعلى نقطة يصل إليها .
- يقوم المختبر بمرجحة الذراع القريبة للأمام ولأسفل عند الهبوط .

### تعليمات الاختبار :

- يجب أن يتم الدفع بالقدمين معاً من وضع الثبات .
- قبل القيام بالوثب لأعلى ، يقوم المختبر بمرجحة الذراعين للأمام ولأسفل لضبط توقيت الحركة ، وذلك للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن.
- يعطى المختبر من ثلاث إلى خمس محاولات متتالية وتحسب له نتيجة احسن محاولة.
- تؤخذ القياسات لأقرب (1) سم.

- الوثب لأعلى يكون بالقدمين معاً من وضع الثبات وليس بأخذ خطوة أو الارتقاء.
- عدم مد قطعة الطباشير خارج أصابع اليد حتى لا يؤثر ذلك على النتائج.
- يفضل وقوف المحكم على منضدة أو سلم بالقرب من اللوحة حتى يستطيع قراءة نتائج المحاولات المختلفة بوضوح.

#### إدارة الاختبار :

- **مسجل** : يقوم بالنداء على الأسماء وتسجيل النتائج.
- **مراقب** : يقوم بحساب الدرجات وملاحظة الأداء.

#### حساب الدرجات :

درجة المختبر هي عدد السنتمترات بين الخط الذي يصل إليه من وضع الوقوف والعلامة التي يصل إليها نتيجة الوثب لأعلى مقربة لأقرب (1) سم ، والشكل (7) يوضح طريقة أداء الاختبار .

ثالثاً: اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين: (البيك واخرون:2009:77)

اسم الاختبار: اختبار الاستناد الأمامي لمُدّة (10ثا).

الهدف من الاختبار: قياس القدرة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين.

الأدوات: ساعة توقيت، واستمارة تسجيل.

طريقة الأداء: يقوم المختبر من وضع الانبطاح المائل (الاستناد الأمامي) بثني المرفقين ومدّهما بأقصى عدد ممكن في زمن قدره (10 ثا)، وغير مسموح بالتوقف في أثناء الأداء، ويلاحظ استقامة الجسم في أثناء مراحل الأداء ضرورة ملامسة الصدر للأرض عند ثني المرفقين ومدّ الذراعين كاملاً عند الصعود.

طريقة التسجيل: يسجل للمختبر عدد المحاولات الصحيحة التي قام بتنفيذها في زمن قدره (10ثا).

ثانياً: اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين:

اسم الاختبار: ثلاث حجلات لأبعد مسافة ممكنة: (علو:2008:76)

الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين، ومن وضع الاستعداد.

الأدوات المستخدمة : ساعة توقيت، بورك التأشير، صفارة، شريط قياس، استمارة تسجيل.

وصف الأداء : يقف اللاعب خلف خط البداية وبعد سماع الإشارة يقوم بالحجل بخط مستقيم وبأقصى سرعة.

- يضع اللاعب قدمه خلف خط البداية.
- يعمل اللاعب على مدّ الرجلين بقوة ، ودفع الارض بالقدمين للوثب للأمام ولثلاث وثبات متتالية إلى أبعد مسافة ممكنة مع بقائها في وضع الاستعداد.

**التسجيل :** تقاس المسافة من الحافة الداخلية لخط البداية وحتى آخر أثر يتركه اللاعب عند ملامسته القدم الخلفية للأرض، ويعطي اللاعب محاولتين ويسجل المسافة الأفضل.

### 2.3.2. المتغيرات البايوميكانيكية:

- الارتكاز الفردي: هو الفترة الزمنية المحصورة من لحظة رفع الرجل اليمين عن الأرض الى لحظة مس الرجل اليمين الأرض مرة اخرى في مرحلة الانتقال الى الرمي .
- الارتكاز الزوجي: هو الفترة الزمنية المحصورة من لحظة مس الرجل اليمين الأرض في اثناء وضع الرمي الى لحظة رفع الرجل اليمين عن الأرض مرة اخرى في مرحلة الرمي والتخلص من الاداة .
- سرعة الانطلاق: هو معدل السرعة المحسوب من قسمة مسافة الانطلاق المحسوبة من لحظة ترك الأداة من يد الرامي إلى ما بعد الانطلاق على زمن الانطلاق.
- زاوية الانطلاق: هي الزاوية المحصورة بين الخط الأفقي المار من مركز ثقل المقذوف في في أثناء بدء الطيران والمسار الذي يرسمه مركز ثقل الطيران.
- ارتفاع نقطة الانطلاق: وهي المسافة العمودية المحصورة من نقطة مركز النقل لحظة تركه يد الرامي مقاسة إلى الأرض.
- السرعة الزاوية لمفصل المرفق للذراع الرامية لحظة الرمي: تم قياسها عن طريق عدد الدرجات المقطوعة لمفصل المرفق على زمنها.
- السرعة الخطية للنقل لحظة الرمي: قيست عن طريق قياس المسافة الخطية المقطوعة للنقل من لحظة وضع الرمي إلى لحظة ترك النقل من يد الرامي وتقسيمها على الزمن.
- القوة اللحظية المطلقة المبذولة للذراع الرامية لحظة الرمي: تم استخراج هذا المتغير عن طريق حساب السرعة المحيطية لكل من العضد والساعد لحظة الرمي مضروب في كتلة الذراع ومقسوم على الزمن اللحظي على وفق القانون الآتي:
- $ق = (كتلة الذراع مع كتلة النقل في س م) تقسيم الزمن اللحظي$
- القوة = الكتلة في (م) / (ن).<sup>2</sup>

### 5.2. التجارب الاستطلاعية:

- أجرى الباحث بالتجربة الاستطلاعية يوم الاربعاء بتاريخ 2023/2/3 على لاعبين من مجتمع العينة الرئيسة وعددهم (3) لاعبين، وكان الهدف من هذه التجربة هو:-
1. تعرّف طريقة العمل، وكيفية تحديد الشدّة التدريبية لتنفيذها على عينة البحث.
  2. تحديد الوقت المناسب الذي تستغرقه التمرينات ووقت الراحة.
  3. تعرّف مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستعملة في التدريب.

4. مراجعة الإجراءات التنظيمية للوحدات التدريبية وتشكيلات التمارينات مع عينة البحث وفريق العمل المساعد.

5. تعرّف الزمن الذي يستغرقه أداء كل تمرين فيتسنى للباحث تنظيم زمن الوحدات التدريبية.

6. تعرّف مدى ملائمة التمرينات البدنية المستعملة في المنهاج التدريبي لمستوى العينة..

#### 6.2. الاختبارات القبليّة:

جرى تنفيذ الاختبارات القبليّة على عينة البحث وجرى تثبيت الظروف المتعلقة بتنفيذ الاختبارات من التسلسل والمكان إعداد وتهيئة استمارة تسجيل نتائج اختبار متغيرات البحث ، وتهيئة فريق العمل المساعد واطلاعهم على مفردات الاختبارات وتوزيع المهام فيما بينهم، وكذلك تهيئة الأدوات والأجهزة اللازمة لتطبيق الاختبارات والتأكد من صلاحيتها وغيرها ، لغرض تنفيذ الاختبارات القبليّة وتم تنفيذ اختبار (الانجاز) على ملعب نادي ديالى الرياضي، وذلك في يوم الاثنين الموافق 2023/2/15 حيث تم اجراء اختبار القدرات البدنية والانجاز، وجرى نصب كامرتين واستخراج

المتغيرات البايوميكانيكية قيد الدراسة من ناحية الأبعاد والارتفاعات بحسب ما يأتي:

1. الكاميرا الأولى: تثبت بشكل عامودي من الجانب الأيسر للرامي لاستخراج كُّل المتغيرات

حول المحور الأفقي للرياضي ومتغيرات الانطلاق، وكانت على بعد (6.30م) من

منتصف دائرة الرمي وبارتفاع (1.35م) من منتصف بؤرة الكاميرا للأرض

2. الكاميرا الثانية: جرى وضع الكاميرا الثانية بأعلى الدائرة بحيث كانت عدستها عمودية

على منتصف الدائرة وبارتفاع (3.50م) لاستخراج المتغيرات التي تقع على المحور

الطولي للرامي، وتم استخراج المتغيرات عن طريق برنامج التحليل الحركي (kinovea).

#### 7.2. التدريبات المستخدمة :

إطلاع الباحث على المصادر والدراسات السابقة، واستطلاع آراء الخبراء والمختصين عن وضع التدريبات وقد طبقت هذه التدريبات ضمن القسم الرئيس من الوحدة التدريبية واستغرقت من (30-44) دقيقة بواقع (3) وحدة في الأسبوع لمدة (8) أسابيع، إذ بلغ عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة وبواقع دورتين متوسطتين، و(3) وحدات تدريبية في الدورة الصغرى الواحدة تم تطبيق التمرينات باستعمال المقاومات كجزء من الوحدات التدريبية الكاملة، التي طبقت في الجزء من القسم الرئيسي للوحدة التدريبية.

- أكد الباحث على أداء التمرينات الحركية في بداية القسم الرئيس من الوحدة التدريبية من ثم

التمرينات البدنية والمهارية وخاصة في الأسبوع الأول والثاني .

- عمدت الباحث إلى استخدام التمرينات الحركية والبدنية والمهارية في تمرين واحد.

- تمت مراعاة تكرار كل تمرين بحسب درجه صعوبة التمرين وتنوع الواجب الحركي فيه.

- طبق الباحث مبدأ التنوع في التدريبات أي التغيير المستمر في التمارين إذ أن تدريبات المركبة تعتمد على التنوع في الواجب الحركي والتكرار القليل تجنباً لحدوث الملل.
- الاهتمام بضرورة إحماء اللاعب والتهدئة.
- استعمال مبدأ التنوع في أثناء الأداء في التمارين والشد والإحجام.
- بدأ تطبيق التدريبات للمدة من يوم الاحد المصادف ( 2023/ 3/7 ) ولغاية يوم الاحد المصادف ( 2023/5 /2).
- مدة تطبيق البرنامج التدريبي شهرين بواقع (8) أسابيع.
- طبقت التدريبات ضمن (24) وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد أيام الوحدة التدريبية ( السبت ،الاثنين ،الأربعاء )
- بلغ زمن الوحدة التدريبية (90) دقيقة جميع الوحدة التدريبية أي (القسم التحضيري والرئيسي والختامي)
- تم تطبيق التمرينات في الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية وبزمن يتراوح من (30-44) دقيقة.
- استخدم الباحث سلم اجتلي للرشاقة وشواخص وحواجز وموانع ومساطب بارنفاع(10-20-30) سم وكرات قدم .
- استخدم الباحث التدريب التكراري (90-100)% مع مدة راحة بينيه .
- اتبع الباحث التموج (3:1) (صعود : نزول) للشدة ولكل أسبوع وكانت خلال الشهر الأول والشهر الثاني.

## 8.2. الاختبارات البعيدة:

قام الباحث بإجراء الاختبارات البعيدة لعينة البحث في يوم الاربعاء الموافق 2023/ 5/10 الخاص بالمتغيرات، بعد انقضاء مدة التدريبات المستخدمة وقد راعو الباحث ان تكون الاختبارات كافة بالظروف نفسها التي تم فيها إجراء الاختبارات القبلية قدر الإمكان وضمن الوقت المحدد للتجربة.

## 9.2. الوسائل الاحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية ( SSPS ) لمعالجة النتائج.

### 3. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

#### 1.3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج متغيرات البحث وتحليلها ومناقشتها :-

##### الجدول (2)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات القدرات البدنية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
القوة الانفجارية للذراعين	متر	قبلي	3.342	0.208	0.085
		بعدي	3.983	0.075	0.031
القوة الانفجارية للرجلين	سم	قبلي	28.500	3.0167	1.232
		بعدي	41.000	4.000	1.633
القوة المميزة بالسرعة للذراعين	عدة	قبلي	9.833	1.169	0.477
		بعدي	13.833	1.169	0.477
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	متر	قبلي	4.992	0.335	0.137
		بعدي	6.200	0.261	0.106

يتبين لنا من الجدول (2) قيم الأوساط الحسابية وقيم الانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاختبارات القدرات البدنية.

##### الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق والخطأ المعياري وقيمة ت (T) المحسوبة لاختبارات القدرات البدنية

المتغيرات	س - ف	ع ف	قيمة (T)	نسبة الخطأ	الدالة
القوة الانفجارية للذراعين	0.642	0.193	8.126	0.000	دال
القوة الانفجارية للرجلين	12.500	4.324	7.081	0.001	دال
القوة المميزة بالسرعة للذراعين	4.000	2.191	4.472	0.007	دال
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	1.208	0.385	7.683	0.001	دال



أظهرت نتائج الجدول (3) قيم (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ وعند مقارنته بمستوى الدلالة البالغة (0.05) تبين أنّ الفروق معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي في اختبار القدرات البدنية لدى عينة البحث.

ويعزو الباحث سبب حدوث هذا التطور إلى طبيعة التدريبات التي طبقت على أفراد عينة البحث مما يعطي مؤشراً على تطور التحكم بالأداء الفني لمراحل الأداء، ومن وجهة نظر الباحث فإنّ تطور القدرة الانفجارية والسريعة للرجلين والذراعين عزّز من تحقيق الدوران الفعال بأقل زمن مما انعكس على مستوى المستوى الرقمي و ان زيادة مستوى القدرة الانفجارية السريعة ستؤدي إلى زيادة في انجاز جميع الاختبارات بقوة وسرعة عاليتين إذ إنّ معظم فعاليات الرمي لا تتوقف متطلبات المستوى الرقمي فيها على القوة العضلية فحسب بل غالباً ما تطلب ذلك إذ يتوقف ذلك على المقاومة إذ عندما تقل المقاومة تقل القوة وتزداد صفة السرعة على حسابها والعكس صحيح. (فرج:2008:13)

إنّ ظهور الفروق المعنوية في نتائج الاختبار القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية يدل على ان تمارين القدرة المستخدمة كانت مؤثرة في الحصول على هذه النتيجة، إذ إنّ التدريب الذي استخدم على الجهاز عملت على زيادة مقدار القدرة العضلية لعينة البحث، إذ إنّ زيادة القوة في عضلات الرجلين عن طريق تدريبات المقاومة يؤدي إلى سرعة الرجلين عليه بزيادة القوة العضلية مهمة للأشطة الرياضية المعتمدة على القدرة العضلية". (Tamper B, 1983,54)

ويرى الباحث أنّ التطور الذي حصل في مستوى القوة السريعة كان مؤثراً وبشكل واضح في تحسين المستوى الرقمي، إذ أشار (كمال الرضي) إلى إمكانية تطوير القوة السريعة من خلال إعطاء تمارين مشابهة بالأداء المطلوب في المنافسات لكن تكرار المجهود يجب أن يكون قليلاً. (الرضي:2004:42)

من الملاحظ ان مستوى القوة السريعة والانفجارية للرجلين قد تتطور نتيجة التدريبات المستخدمة على الجهاز بذلك فان تدريبات القوة السريعة والانفجارية يتطلب بذل جهد للتغلب على المقاومة في مجال متطلبات المسابقة التخصصية بالسرعة الحركية القصى ويتردد حركي عالٍ وقد أشار (Staper,1983,81) إلى ان تنمية القوة لعضلات الرجلين يؤدي إلى سرعة الأداء.

#### الجدول(4)

يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات البايو ميكانيكية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
الارتكاز الفردي	ثا	قبلي	0.185	0.006	0.002

0.003	0.006	0.151	بعدي		الارتكاز الزوجي
0.002	0.004	0.195	قبلي	ثا	
0.002	0.004	0.165	بعدي		سرعة الانطلاق
0.307	0.753	8.833	قبلي	م/ثا	
0.224	0.548	12.500	بعدي		زاوية الانطلاق
0.843	2.066	43.667	قبلي	درجة	
0.946	2.317	37.833	بعدي		السرعة الزاوية لمفصل المرفق للذراع الرامية لحظة الرمي
0.946	2.317	19.833	قبلي	د/ثانية	
0.365	0.894	25.000	بعدي		السرعة الخطية للتقل لحظة الرمي
0.307	0.753	8.833	قبلي	م/ثا	
0.333	0.816	12.667	بعدي		القوة اللحظية المطلقة المبذولة للذراع الرامية لحظة الرمي
24.28	59.47	892.50	قبلي	نيوتن	
28.86	70.71	1100.0	بعدي		الانجاز
0.167	0.408	11.833	قبلي	م	
0.167	0.408	12.333	بعدي		

يتبين لنا من الجدول (4) قيم الأوساط الحسابية وقيم الانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمتغيرات البايوميكانيكية استخدم الباحث اختبار (ت) للمجموعات المستقلة والجدول (5) يبين ذلك..

### الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق والخطأ المعياري وقيمة ت (T) المحسوبة للمتغيرات البايوميكانيكية

المتغيرات	س - ف	ع ف	قيمة (T)	نسبة الخطأ	الدلالة
الارتكاز الفردي	0.034	0.007	12.388	0.000	دال
الارتكاز الزوجي	0.030	0.004	16.432	0.000	دال
سرعة الانطلاق	3.667	0.816	11.000	0.000	دال
زاوية الانطلاق	5.833	3.764	3.796	0.013	دال
السرعة الزاوية لمفصل المرفق للذراع الرامية لحظة	5.167	2.229	5.679	0.002	دال

الرمي	3.833	1.329	7.064	0.001	دال
السرعة الخطية للثقل لحظة الرمي	207.500	87.393	5.816	0.002	دال
القوة اللحظية المطلقة المبذولة للذراع الرامية لحظة الرمي	0.500	0.447	2.739	0.041	دال
الانجاز					

أظهرت نتائج الجدول (5) قيم (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ وعند مقارنته بمستوى الدلالة البالغة (0.05) تبين أن الفروق معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي في للمتغيرات البايوميكانيكية.

يظهر أن جميع قيم المتغيرات البايوميكانيكية قد تطورت لأفراد عينة البحث وهذا يدل على ان تدريبات الرشاقة التفاعلية قد أثرت في تطوير المتغيرات البايوميكانيكية إذ حصل تطور في القدرات البدنية للمجاميع العضلية العاملة وهذا التطور ارتبط بالأداء المهاري وكان تأثيرها واضحاً في المتغيرات الميكانيكية، ويعزو الباحث التطور الحاصل للمتغيرات البايوميكانيكية إلى التدريبات التي استخدمت والتي أسهمت في تطوير القدرة الانفجارية للذراعين والرجلين وتحسينهما، إذ ركز الباحث خلال هذه التدريبات على تعليم عينة البحث أسلوب المراحل الفنية خلال هذه التدريبات والتأكيد على تطوير القوة للعضلات بصورة جيدة إذ تعد مجموعة التمارين المتكررة والنشاطات الرياضية والتمارين المحددة للحفاظ على الشروط الميكانيكية. (Wilfpaish,2000,126)

إن التحسن الكبير في متغيرات الانطلاق والتعجيل المحصل جاءت نتيجة التدريبات التي تنفذ من خلال المنهاج التدريبي إذ إن استخدام أنواع عدة من القوة باستخدام كل الوسائل الممكنة كان هدفها الوحيد تطوير الشروط الميكانيكية للأداء، ولاسيماً زاوية وسرعة الانطلاق التي تؤثر حتماً في تحقيق المستوى الرقمي الجيد. (Bartlett,1999,46)

وتعد سرعة الانطلاق في مقدمة العوامل الميكانيكية المهمة المؤثرة على المسافة الأفقية للأجسام المقذوفة بزاوية مع الخط الأفقي سواء كانت المقذوفات بمستوى مختلف أو مماثل فكلما زاد الفرق بين مستوى الانطلاق والهبوط زاد زمن الطيران للأداة بالتالي زادت فرصتها في الحركة الأفقية للسرعة فتزداد المسافة الأفقية الإضافية التي تحققها ففي حالة تساوي كل من ارتفاع الانطلاق وزاوية الانطلاق فإن الأداة الأسرع سوف تقطع مسافة أفقية أكبر، وعليه يجب على الرامي أن يرمي الأداة بأكبر ما يمكن من السرعة لكي يحقق أكبر من مسافة أفقية قد اتفقت الكثير

من المصادر على أنّ زيادة سرعة الانطلاق (1) ثا يعني زيادة المسافة الكلية (4,59) م.  
(حسين:1998:424)

وبضيف (David A. Dainty & Robert, 1987:31) الى ان الزيادة في مستوى سرعة أجزاء الجسم تؤدي الى زيادة سرعة الانطلاق، وان القوى تؤثر بشكل وآخر في بقية المتغيرات الأخرى وهذا يعني إن هناك تبادلاً جيداً في التأثير بين القوى الداخلية والخارجية والذي يؤثر في المسار النهائي لمركز ثقل الجسم ومسار مركز ثقل الأداة، والذي له تأثيره في تحقيق الأداء الحركي الصحيح بانسياب عال وتحقيق قاعدة استناد تحقق للاعب اتزان حركي عال ومطلوب لضمان الاستمرار بالسرعة في أجزاء الجسم قيد البحث، وهذا يدل على تكامل الدفع في مفاصل الجسم العاملة وبالتالي يكون انطلاق الأداة بسرعة عالية .

إنّ الزيادة في مقدار القوة اللحظية للذراع الرامية ومع ثبات كتلة الثقل سيعطينا تغيير في كمية الحركة والسرعة الخطية للثقل، وهذا سوف يؤدي إلى محصلة القوى المؤثرة عبر مُدّة من الزمن إلى التغيير في كمية الحركة للثقل، ويأتي هذا عن طريق الحصول على أكبر مقدار من القوة اللحظية عن طريق تطبيق قانون نيوتن الثاني فإنه بثبات الكتلة وزيادة القوة يمكن الحصول على تعجيل عالي للثقل، وهذا ما يخدم الأداء الفني وما يرتبط بهذا الأداء من صفات بدنية أساسية.  
(الفضلي:2010:128)

ويذكر (جيمس هي: 2007:57) الى ضرورة زيادة السرعة الزاوية لأجزاء الجسم وذلك لزيادة سرعة الانطلاق المتجه للأداة، وخصوصاً في أنشطة المقذوفات، إذ يؤكد على ضرورة "ان يعتمد الرياضي على الحركة الدورانية السابقة للانطلاق للحصول على سرعة انطلاق عالية، بناءً على العلاقة بين السرعة المتجه المحيطية والسرعة الدورانية (السرعة المحيطية= السرعة الزاوية × نصف القطر)".

#### 4. الخاتمة :

في ضوء النتائج التي حصل عليها الباحث استنتج الباحث الى إن تدريبات الرشاقة التفاعلية كانت ذات تأثير في تطوير القدرات البدنية والمتغيرات البايوميكانيكية والانجاز لعينة البحث. وظهرت النتائج تحسن في القوة الخاصة ومتغيرات الانطلاق والسرعة الخطية لبعض اجزاء الجسم. ويوصي الباحث ضرورة الاهتمام بتنوع الوسائل التدريبية المختلفة في عملية التدريب والتعلم والتنوع في استعمال طرائق التدريب الحديثة ووسائل التدريب المتنوعة والملائمة يعمل على كسر رتابة النمط الحركي للتدريبات المستخدمة وتطوير الانجاز الرياضي.

## المصادر:

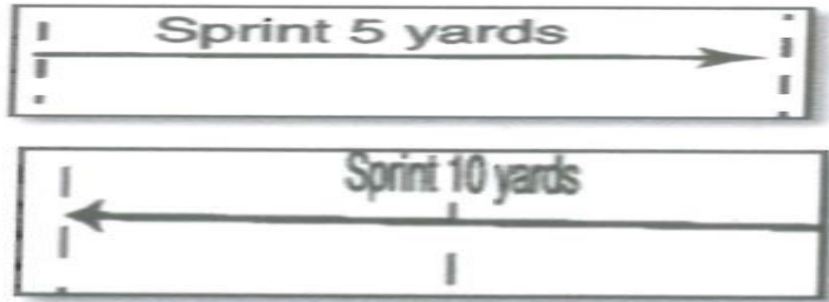
- جمال صبري فرج؛ الإعداد البدني للاعب كرة السلة، دار دجلة للنشر والتوزيع، (2008).
- جمال علاء الدين؛ بعض المقاييس والمعايير الموضوعية لتقييم مستوى الأداء المهاري في المجال الرياضي، بحث منشور كلية التربية الرياضية، (الاسكندرية، 1985).
- جيمس هي؛ الميكانيكية الحيوية لأساليب الاداء الرياضي: ترجمة ( عبد الرحمن بن سعد العنقري)(الرياض، دار جامعة الملك سعود للنشر، 2007).
- صريح عبدالكريم الفضلي، تطبيقات الياوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي: (عمان، دار دجلة، 2010).
- عبد الجبار كريم علو؛ تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والحركية مؤشرا لاختيار الأشبال لفعاليات القفز والوثب بألعاب القوى في مركز محافظة ديالى: (رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى، 2008).
- علي فهمي البيك ( وآخرون)؛ سلسلة الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي نظريات – تطبيقات، طرق قياس القدرات اللاهوائية والهوائية، ج2، ط1: (الإسكندرية، منشأة المعارف، 2009).
- قاسم حسن حسين؛ موسوعة الميدان والمضمار: (عمان، دار الفكر للطباعة، 1998).
- كمال الدين عبد الرحمن درويش ( وآخرون )؛ القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات – تطبيقات)، ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2002).
- كمال جميل الرضي؛ التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، ط1: (عمان، الجامعة الأردنية، 2004).
- عمرو صابر حمزة وآخرون؛ تدريبات الساكبو – الرشاقة التفاعلية – السرعة الحركية التفاعلية؛ (القاهرة؛ دار الفكر العربي؛ 2017).
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ اختبارات الأداء الحركي، ط3: ( القاهرة، دار الفكر العربي، 1994 ).
- محمد صبحي حسانين؛ التقويم والقياس في التربية البدنية ، ج2، ط2: ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987).
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1: ط6: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).
- Tamper B.; **Developing sprinters** : (Athletic Journal,1983).
- David A. Dainty & Robert W. Norman; **Standaizing Biomechanical Testing in Sport** , Human Kinetics Publishers , Inc, USA.1987.

- Wilpaish; **The Biomechanics of the discus throw the Conquest in athletics:** (2000).
- Bartlett; **The biomechanics of the discus throw:** (Sport Science, 1999).

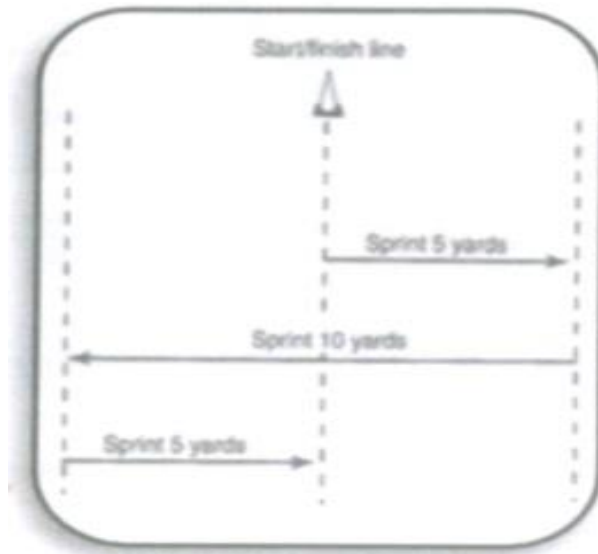
### الملحق ( 1 )

#### نماذج للتدريبات المستخدمة

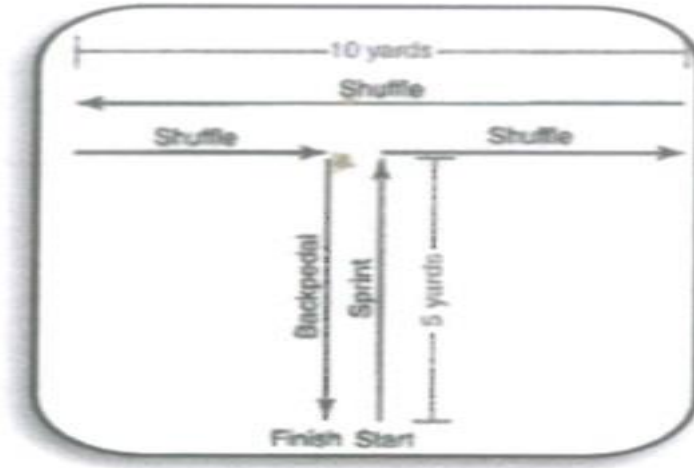
**تمرين A1:** العدو المكوكي ( 20 متر ) الوقوف / العدو اتجاه اليمين مسافة 5 متر ، ثم العدو لليسار 9 متر ، ثم العودة لعدو مسافة 5 متر حتى نقطة النهاية.



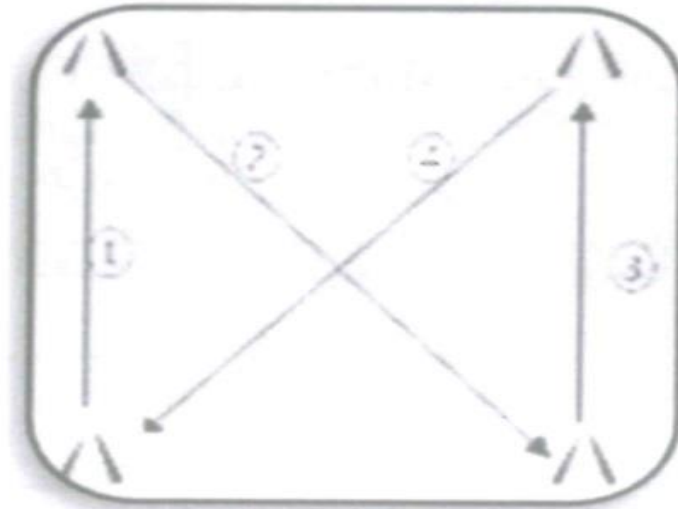
**تمرين A2:** العدو المكوكي المتنوع ( 20 متر ).



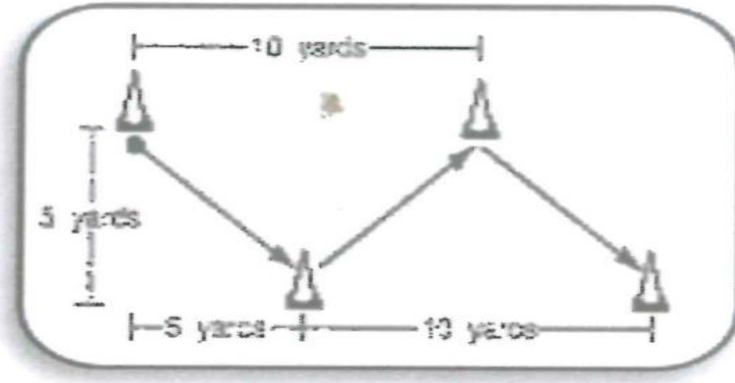
**تمرين A3:** العدو المكوكي ( 30 متر ) العدو للأمام 5م ، العدو تجاه اليمين 5م ، الدوران والعدو تجاه اليسار 9م ، الدوران تجاه اليمين والعدو 5م ، العدو للخلف حتى نقطة النهاية.



**تمرين A4:** تدريب الأقدام متعدد المهارات ( شكل X - 50 متر ) العدو الخلفي من القمع رقم ( 1 ) إلى القمع رقم ( 2 ) ، ثم قطع الملعب في اتجاه القمع رقم ( 3 ) ، ثم العدو في اتجاه القمع رقم ( 3 ) ، ثم قطع الملعب في اتجاه القمع رقم ( 4 ) .



**تمرين A5:** تدريب القطع السريع للأقدام ( شكل Z ) العدو من القمع رقم ( 1 ) ، الارتكاز علي القدم اليمنى ثم الدوران والقطع السريع في اتجاه القمع رقم ( 2 ) ، ثم العدو في اتجاه القمع رقم ( 3 ) ، ثم الارتكاز بقوة علي القدم اليسرى والقطع السريع للقمع حتى القمع رقم ( 4 ) .



## الملحق (2)

### نموذج لوحة التدريبية

هدف الوحدة: تطوير السرعة الحركية + سرعة انتقالية.

الزمن الكلي: من (43.66 د)

الشدة: (90-92 %).

النبض: 180 - 184 ن/د

الملعب : ملعب نادي ديالى الرياضي.

الأسبوع: الأول.

رقم الوحدة: الأولى.

التاريخ: 2023/3 / 7

اليوم:

الوقت:

التمرين	زمن أداء التمرين	الشدة	التكرار	الراحة بين التكرار	المجاميع	الراحة بين المجاميع	زمن التمرين الواحد
A1	15 ثا	90%	3	90 ثا	1	180 ثا	495 ثا
A2	15 ثا	90%	3	90 ثا	1	180 ثا	495 ثا
A3	15 ثا	90%	3	90 ثا	1	180 ثا	495 ثا
A4	30 ثا	90%	3	90 ثا	1	180 ثا	540 ثا
A5	15 ثا	90%	3	90 ثا	1	-	225 ثا



فاعلية وحدات تعليمية وفقاً للسيطرة الدماغية في التفكير الحاذق وتعلم بعض المهارات  
الاساسية بكرة القدم لطلاب الرابع الاعدادي

*The effectiveness of educational units according to brain control in  
dexterous thinking and learning some basic football skills for fourth  
preparatory students*

محمد جمال جيايد

*Mohammad Jamal Chiad*  
*omhamdjamalchiad@gmail.com*

الكلمات المفتاحية: الوحدات التعليمية- السيطرة الدماغية -التفكيرالحاذق -المهارات الاساسية  
بكرة القدم.

*Keywords: educational units - brain control - dexterous thinking - basic  
football skills*

الملخص:

تعتمد لعبة الكرة القدم على المهارات الاساسية كقاعدة مهمة تبنى عليها هذه اللعبة للتقدم في مستوى الأداء، ومن خلال ما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في تعرف " اثر الوحدات التعليمية وفقاً للسيطرة الدماغية في التفكيرالحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للطلاب اما مشكلة البحث فتكمن بالإجابة عن الأسئلة الآتية هل للوحدات التعليمية وفقاً للسيطرة الدماغية تأثير ايجابي في التفكيرالحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم، وهل لسيطرة احد أنصاف المخ تأثير ايجابي في التفكير الحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم ، وهدف البحث إلى اعداد وحدات تعليمية وفقاً للسيطرة الدماغية في التفكير الحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة القدم للطلاب، وتعرف أثر الوحدات التعليمية وفقاً للسيطرة الدماغية في التفكيرالحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة القدم للطلاب.

اما اهم الاستنتاجات أن نتائج البحث تختلف باختلاف السيطرة الدماغية النصفية وإنها في الغالب لصالح المجموعة التجريبية وبخاصة النصفين المتكاملين، وإن الوحدات التعليمية المستخدمة في الدراسة الحالية أثرت إيجابياً في تعلم المهارات الاساسية وبشكل أفضل من المنهج المتبع، ويوصي الباحث، بضرورة الاهتمام بدراسة نصفي الدماغ والتركيز على وظائفهما معاً لما لهما من دور مهم في العمليات العقلية المتعددة من خلال استخدام طرائق التدريس المناسبة.

*Summary:*

*The football game depends on the basic skills as an important base on which this game is built to advance in the level of performance, and through the foregoing, the importance of the research lies in identifying "the effect of the educational units according to the brain control in the dexterous thinking and learning some basic skills in football for students. The research problem lies in the answer On the following questions, does*

*the educational units according to brain control have a positive effect on dexterous thinking and learning some basic skills in football, and does the control of one hemisphere of the brain have a positive effect on dexterous thinking and learning some basic skills in football? The basics of soccer for students, learning about the impact of educational units according to brain control in dexterous thinking, and learning some basic skills in soccer for students.*

*As for the most important conclusions, the results of the research differ according to the control of the brain hemispheres, and they are mostly in favor of the experimental group, especially the two integrated hemispheres, and that the educational units used in the current study have positively affected the learning of basic skills and better than the approach followed, and the researcher recommends, and the need to pay attention to studying the two hemispheres of the brain and focus on their functions together because of their important role in multiple mental processes through the use of appropriate teaching methods.*

## 1- المقدمة

تعد لعبة كرة القدم مجالاً رحباً للدراسة والبحث في جميع تفصيلاتها و للتطور التكنولوجي الحاصل في لعبة كرة القدم الأثر الكبير في المجالات كافة وتعد المناهج التعليمية احدى الوسائل المهمة في العملية التعليمية حيث ظهرت الكثير من الأفكار والأساليب الجديدة التي تهدف إلى تحسين عملية التعليم والتي يتم خلالها إيصال المعرفة والمعلومات الصحيحة للمتعلم مما يساعده على تحفيزه وزيادة رغبته في طلب المعرفة ولضمان الوصول الى الهدف المنشود اصبح واجب علينا اختيار مناهج مجدية تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين من حيث القدرات الفكرية والإبداعية والإدراكية والنفسية والبدنية وعند تطبيق وحدات تعليمية مدروسة على وفق اسلوب منظم سنعطى الفائدة المتوخاة وبالتالي تحقيق الهدف الذي وضعت من اجله اذا تعد الوحدة التعليمية البنية الاساسية لتعلم المهارات الاساسية لمختلف للاعب الرياضية الأمر الذي جعل المدرس بحاجة الى اختيار الأفضل منها من حيث اعدادها وتوقيتاتها وتطبيقها لغرض التوصل الى التعلم الامثل لمهارتها المتنوعة وبما أن المخ هو العضو الذي يسيطر على أفعال الإنسان وانفعالاته ويلعب دوراً خاصاً في السلوك والعمليات العقلية والمعرفية من تفكير وتذكر وفهم وتعلم وممارسة الألعاب وغيرها . لذا أصبح من المهم تنمية مهارات المخ لتحقيق التكامل على الرغم من الاختلاف بين مهارات كل نصف على حدة ، حيث تؤثر هيمنة احد النصفين على الآخر على المستوى المهاري والتطبيقي والمعرفي في الألعاب الرياضية ومنها لعبة الكرة القدم التي تحتاج إلى قدرات كبيرة في مجال الممارسة للعب ، كما يلعب التفكير الحاذق دوراً حيوياً في نجاح الأفراد وتقدمهم داخل المؤسسات التعليمية وخارجها إذ يعطي إحساساً بالسيطرة الواعية على التفكير ، مما ينعكس على تحسين مستوى التفكير الحاذق والأداء والثقة بالنفس ،وهو يقوم على الإدراك وأستعماله

يتطلب من الفرد نشاطاً عقلياً أكثر تعقيداً وصعوبة. وتعد لعبة الكرة القدم إحدى الألعاب الجماعية التنافسية التي أخذت مكان الصدارة في العالم ، وتحتاج الى متطلبات بدنية ومهارية عالية ، وتعتمد لعبة الكرة القدم على المهارات الاساسية كقاعدة مهمة تبنى عليها هذه اللعبة للتقدم في مستوى الأداء ، وأنها تعد السلم للإرتقاء نحو الإجادة والامتياز لذلك يجب توجيه الاهتمام الى مراحل تعلمها فهي تحتاج الى بذل الكثير من الجهد والممارسة في سبيل إتقانها. ومن خلال ما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في تعرف " اثر الوحدات التعليمية المعدة من قبل الباحث وفقا للسيطرة الدماغية في التفكير الحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للطلاب.

مشكلة البحث :حاول الباحث صياغة مشكلة البحث الاجابة الأسئلة الآتية هل للوحدات التعليمية وفقا للسيطرة الدماغية تاثير ايجابي في التفكير الحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم، وهل لسيادة احد أنصاف المخ تأثير ايجابي في التفكير الحاذق وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم .

#### هدفا البحث

1. اعداد وحدات تعليمية وفقا للسيطرة الدماغية

2. تعرف أثر الوحدات التعليمية. وفقا للسيطرة الدماغية

#### 2-2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث واعتمد الباحث تصميم المجاميع الضابطة والتجريبية كما موضح في التصميم الآتي

#### تصميم (1)

يوضح توزيع المجاميع الضابطة والتجريبية ذات الاختبارات القبليّة والبعدية

الخطوة ( 5 )	الخطوة ( 4 )	الخطوة ( 3 )	الخطوة ( 2 )	الخطوة ( 1 )	نوع السيطرة الدماغية	المجموعات	ت
		الاختبار البعني	المتغير المستقل	الاختبار القبلي			
الفرق بين المجاميع التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي	الفرق بين الاختبارين	مقياس التفكير الحاذق المهارات الاساسية (الدرجة- المناولة- الاخماد)	الوحدات التعليمية	مقياس التفكير الحاذق والمهارات الاساسية(الدرجة- المناولة-الاخماد)	أيسر	المجموعة التجريبية الأولى	1
					أيمن	المجموعة التجريبية الثانية	2
					متكامل	المجموعة التجريبية	3

					الثالثة	
			المنهج المتبع من قبل المدرس		المجموعة الضابطة الأولى	4
					المجموعة الضابطة الثانية	5
					المجموعة الضابطة الثالثة	6

2-2 مجتمع البحث وعينة: إن اختيار مجتمع البحث وعينته من الأمور المهمة التي يجب أن يراعيها الباحث لان العينة هي " الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه " (وجيه محجوب ؛ 2000 : 164) وعليه حدد الباحث مجتمع البحث وعينة كالأتي . تم اختيار مجتمع البحث وهم طلاب اعدادية القرطبي للبنين ، إذ تم تحديد عينة البحث والمتمثلة بطلاب الصف الرابع الاعدادي و المكونة من (66) طالبا و تم استبعاد (6) طلاب بسبب الحالة الصحية فقد اصبح عدد افراد العينة (60) طالبا، وقام الباحث باجراء تطبيق مقياس السيطرة الدماغية على افراد العينة من اجل تصنيفهم بحسب السيطرة الدماغية للطلاب وبعدها تم تقسيمهم باستخدام القرعة إلى (3) مجاميع تجريبية و(3) مجاميع ضابطة ، وهي كالاتي :

- أولا : المجموعة التجريبية وعددهم (29) طالب وهي كالاتي :
  - أ. مجموعة تجريبية أولى و يبلغ عددها ( 13 ) طالبا بسيادة مخية ( أيسر ) .
  - ب مجموعة تجريبية ثانية و يبلغ عددها ( 10 ) طالبا بسيادة مخية ( أيمن ) .
  - ج مجموعة تجريبية ثالثة و يبلغ عددها ( 6 ) طالبا بسيادة مخية ( متكامل ) .
- ثانياً : المجموعة الضابطة وعددهم (31) طالبا وهي كالاتي :
  - أ. مجموعة ضابطة أولى و يبلغ عددها ( 13 ) طالبا بسيادة مخية ( أيسر )
  - ب -ضابطة ثانية و يبلغ عددها ( 11 ) طالبا بسيادة مخية ( أيمن ) .
  - ج - ضابطة ثالثة و يبلغ عددها ( 7 ) طالبا بسيادة مخية ( متكامل )

## 2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث

### 1-3-2 الوسائل المستخدمة في البحث

المصادر والمراجع العربية والأجنبية وشبكة المعلومات الدولية . آراء الخبراء والمختصين .  
الاختبارات والمقاييس . فريق العمل المساعد الوسائل الإحصائية.

### 2.3.2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

مقياس السيطرة الدماغية ، جهاز حاسوب ( لاب توب ) . ساعة توقيت الكترونية عدد (2) . كرات  
قدم عدد ( 27 ) . أصباغ سبيرة . صافرة .

### 2-4 تحديد متغيرات البحث

#### 2-4-1 مقياس السيطرة الدماغية:

ان الباحث استند على تصنيف ماكرون في بناء مقياس السيطرة الدماغية إلى نتائج الدراسات التي أوضحت ارتباط النصف الأيسر من الدماغ بوظائف تختلف عن الوظائف المرتبطة بالنصف الأيمن من الدماغ عند معالجة المعلومات، ويتألف المقياس من (16) فقرة ملحق(2) لكلّ منها عبارتان (أ، ب)، تمثل إحداهما نشاط النصف الأيمن من الدماغ، وتمثل الأخرى نشاط النصف الأيسر من الدماغ، وفي بداية المقياس توجد مقدمة تعريفية بالمقياس وكيفية الإجابة عن فقراته، وقد طلب من كلّ فرد كتابة اسم الجامعة والكلية والتخصص وسنة الدراسة، وهل هو أيمن أم أيسر؟..). بسمه نعيم محسن ، 2010 : (110).

2-4-1-1 صدق المقياس . يعد الصدق خاصية سايكومترية تكشف عن مدى تأدية المقياس للغرض الذي اعده من اجله ، ويقصد به " قدرة الادوات على قياس ما وضعت لأجله او السمة المراد قياسها " (مصطفى باهي وعمران صبري ، 2007 : 82). وتحقق الباحث من صدق المقياس من خلال الصدق الظاهري خلال عرض المقياس على الخبراء وبعد الاطلاع على آراء وملاحظات السادة الخبراء جميعها واتفقهم على صلاحية المقياس لقياس ما وضع من اجله وبذلك يعد اتفاق الخبراء نوعاً من انواع الصدق الظاهري (Stanly & Kenneth Napkins ، 1982: 104.)

2-4-1-2 ثبات المقياس. (زهرة إبراهيم عبدالحق وصباح حمزة ، 2021:6). يُعدُّ الثبات شرطاً ضرورياً من شروط المقياس الجيد، ويمكن التحقق من ثبات المقياس وقد استعمل الباحث طريقة إعادة الاختبار حيث قام الباحث بإجراء اختبار على عينة قوامها (10) طلاب يوم الأحد الموافق 2022/2/29، وبعد مرور سبعة أيام جرى إعادته على العينة نفسها في يوم الأحد الموافق 2022/3/7، وجرى استخراج معامل ثبات المقياس والذي بلغ (0.920) ويعد معامل ارتباط جيد

2-4-1-3 موضوعية المقياس :الموضوعية " تعني التحرر من التحيز او عدم ادخال العوامل الشخصية فيما يصدر للباحث من احكام ، وترتبط الموضوعية وطريقة التصحيح اكثر من ارتباطها

بالمقياس نفسه و يرفق لكل مقياس طريقة التصحيح التي تشمل الاجابات الصحيحة او الخاطئة ويطلق عليها دليل تصحيح الاخطاء ("مصطفى محمود الامام وآخرون ، 1990: 147 - 148)وبما إن درجات المقياس لا يختلف عليها مصححان لذلك يعد المقياس موضوعية ولزيادة في التأكيد قام الباحث بتوزيع خمس استمارات على خمسة مصححين ومن ثم توزع نفس الاستمارات على خمسة مصححين وتم استخراج العلاقة بين النتيجةين وكانت علاقة الارتباط بين النتيجةين تامة (1) وبذلك يعد المقياس موضوعياً ، وبهذا تحققت الأسس العلمية للمقياس وكما مبين في الجدول (9)..

### الجدول (1)

يبين ثبات مقياس السيطرة الدماغية وموضوعيته.

ت	المتغيرات	الصدق	معامل الارتباط (الثبات)	نسبة الخطأ	الموضوعية
1	السيطرة الدماغية	0.959	0.920	0.000	1

2-5 تحديد المهارات المستخدمة في البحث: تم تحديد مهارات كرة القدم المستخدمة في البحث على وفق مفردات مادة كرة القدم المنهجية المعتمدة ضمن منهاج الوزارة ، وهذِهِ المهارات هي (مناولة-اخمد-درجة)

### 2-6 ترشيح الاختبارات:

2-6-1 مقياس التفكير الحاذق: بعد اطلاع الباحث على العديد من المقاييس التي تقيس الفروق الموجودة بين الأفراد ، تم اختيار المقياس الذي أعدته (رفاه محمد علي الصفار ، 2008 ) ومن ثم قامت (بسمة نعيم محسن) بتقنيه على المجال الرياضي، وقد ثبت صدق وثبات المقياس في صورته النهائية، وأستخدم لغرض تقسيم العينة اللواتي (يمتلكن تفكير حاذق ، ولايمتلكن تفكير حاذق) وقد اعتمدت في هذا المقياس على (احد عشر سمة) من سمات التفكير الحاذق وهذه السمات (المكونات) هي:-

1. العزم والتصميم والمثابرة.
2. الحد من التوتر والاثارة.
3. الاصغاء للآخرين والتعاون في التفكير (الذكاء الاجتماعي).
4. المرونة في التفكير.
5. التفكير في التفكير (ما وراء المعرفة).
6. تحري الدقة والصواب.
7. التساؤل وعرض المشكلة.

8. الخبرة السابقة وتطبيقها في مواقف جديدة.
  9. روح المغامرة.
  10. الاصاله والاستبصار والابداع.
  11. حب الاستطلاع أو التعلم المستمر.
- 2-6-1-1 مفتاح مقياس التفكير الحاذق:- يتكون مقياس التفكير الحاذق من (50) فقرة ، وأمام كل فقرة (5) بدائل، وهذه البدائل هي (ينطبق عليّ دائماً، ينطبق عليّ غالباً، ينطبق عليّ أحياناً، ينطبق عليّ نادراً، لا ينطبق عليّ) وتكون درجات تصحيحها تنازلياً (1,2,3,4,5) على التوالي لل فقرات الإيجابية والدرجات (5,4,3,2,1) لل فقرات السلبية وبذلك، تبلغ أقصى درجة يحصل عليها الطالب هي (250) درجة أما أدنى درجة فهي (50) درجة والمتوسط الفرضي فقد يبلغ (125) والملحق (2) يوضح المقياس.
- صدق المقياس : يشير (Stanley and Hopkins) أن "الصدق من الخصائص المهمة الواجب مراعاتها في بناء المقاييس النفسية ، والمقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي وضع من أجل قياسها بشكل جيد" ( Stanley , G . J & Hopkins , K . D . I , 1972, P: ) (101) . و تحقق الباحث من صدق المقياس بآستخراج الصدق الظاهري وبأتفاق الخبراء وكما موضح في الجدول (10) .
- ثبات المقياس: يعد الثبات شرطاً من شروط المقياس الجيد ، لذلك يعد حساب الثبات أمراً ضرورياً لأنه أحد مؤشرات التحقق من دقة المقياس وأتساق فقراته في قياس ما يجب قياسه ، ( Anastasia , A Psychological , 1976 :110) إنالثبات يشير الى درجة أستقرار الإختبار والتناسق بين أجزائه.
- . ويمكن التحقق من ثبات المقاييس والإختبارات بطرائق عدة وقد أستخدم الباحث طريقة إعادة الأختبار كما موضح في الجدول (6) .
- موضوعية المقياس: قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال الاختصاص وذلك لغرض التأكد من مدى صلاحية فقرات المقياس فضلاً عن وضوح تعليمات المقياس وطريقة آحتساب الدرجة ، فالموضوعية تعني "مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الإختبار ، وحساب الدرجات أو النتائج الخاصة به ."
- 2-7 ترشيح الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث:تم ترشيح أهم الاختبارات الخاصة بقياس المهارات الدرجه والإحماد والتهديف بكره القدم ، وعرضت الاستبانة على خبراء، وتم تفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً عن طريق استمارة تفرغ البيانات
- 3-8 الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث:
1. اسم الاختبار : الدرجه بين ( 5) شواخص ذهاباً وإياباً: (مفتي إبراهيم ، 1994: 222)

الهدف من الاختبار: قياس الدرجة.  
الأدوات المستخدمة: يحدد خط على بعد (2 م) من الشاخص الأول وخمسة شواخص متتالية المسافة بين الشواخص (1.5 م)، كرات قدم، ساعة توقيت، صافرة.  
إجراء الاختبار: بعد سماع المختبر إشارة البدء يقوم المختبر بدرجة الكرة بسرعة واجتياز الشواخص الخمسة والعودة أيضا بين الشواخص بالدرجة والوصول إلى خط البداية والنهاية بأسرع وقت وكما مبين في الشكل (1).  
التسجيل: يحسب الزمن لأقرب 1/100 من الثانية.

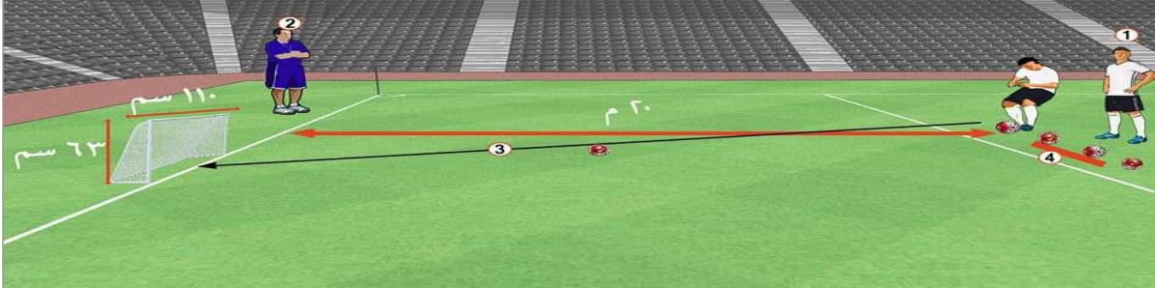


الشكل (1) يوضح اختبار الدرجة (الجري بالكرة).

2. اسم الاختبار: اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20 متر. (ثامر محسن اسماعيل وآخرون، 1991: 77).  
الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة.  
الأدوات المستخدمة: كرات قدم عدد (5)، وهدف صغير أبعاده (110سم×63سم).  
إجراءات الاختبار: يرسم خط بطول (1م) على مسافة (20م) عن الهدف الصغير، وتوضع كرة ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل (2).  
وصف الاختبار: يقف الطالب خلف خط البداية مواجهًا للهدف الصغير، ويبدأ عند إعطاء الإشارة بمناولة الكرة نحو الهدف لتدخل إليه، وتعطى لكل لاعب (5) خمس محاولات متتالية.  
التسجيل: تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي حصل عليها الطالب من مناولة الكرات الخمس وعلى النحو الآتي:

- درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل إلى الهدف الصغير.
- درجة واحدة إذ مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف.
- صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير





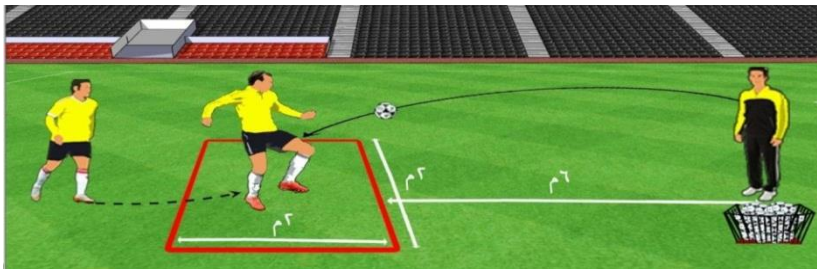
### الشكل (2) يوضح اختبار المناولة.

3. اسم الاختبار: إيقاف الكرة (الاحماد) (زهير قاسم الخشاب، ومعتز يونس ذنون، 2014).
- الهدف من الاختبار: قياس مهارة الاحماد إيقاف الكرة واستعادة التحكم فيها باي من اجزاء الجسم عدا اليدين داخل مربع قياسه ( 2م) . الأدوات فهي :
- كرات قدم للصالات عدد (5) .
  - منطقة محددة بخطين متوازيين المسافة بينهما (6م) .

وصف الاختبار :- يقف الشخص الذي يرمي الكرة على خط المواجهة للمختبر الذي يبعد مسافة (6م) من منطقة الاختبار والبالغ قياسها (2×2 م) وعند سماع صوت صافرة البداية يقوم الشخص برمي الكرة بيده (كرة عالية) نحو المختبر الذي يقف خلف منطقة الاختبار ليتحرك نحو الكرة لإخمادها داخل منطقة الاختبار بأي جزء من أجزاء جسمه ما عدا (الذراعين)، ومن ثم العودة إلى خلف منطقة الاختبار، كما موضح بشكل (1).

طريقة التسجيل:

- تعطى درجتان لكل محاولة صحيحة وعدم خروج الكرة من المربع .
- تعطى درجة واحدة لكل محاولة صحيحة ووقوف الكرة على أحد خطوط المربع.
- تعطى صفر للمحاولة الخاطئة وخروج الكرة من المربع .
- الدرجة العظمى للاختبار (10) درجة .



### الشكل (3) يوضح اختبار احماد الكرة داخل مربع (2م) من مسافة (6م) بكل اجزاء الجسم

2 - 9 التجربة الاستطلاعية الاولى الخاصة بمقياس التفكير الحاذق:- قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على عينة من طلاب الرابع الاعدادي والبالغ عددهم (22) طالبا وذلك في يوم الثلاثاء الموافق 2021/1/10 في اعدادية القرطبي للبنين، إذ تم توزيع استمارات المقياس على العينة

الاستطلاعية في إحدى قاعات المدرسة وبعد الانتهاء من الإجابة عن فقرات المقياس تم جمع الاستمارات وذلك من أجل التوصل الى ما يأتي

1. معرفة مدى ملائمة المقياس لمستوى العينة ووضوح فقراته.
2. معرفة مدى ملائمة المكان لتنفيذ اختبار التفكير الحاذق فيه.
3. معرفة الوقت الذي سيستغرق لإجابة العينة الاستطلاعية.
4. إيجاد المعاملات العلمية للمقياس.

## 2- 10 الاسس العلمية لمقياس التفكير الحاذق :-

2- 10- 1 صدق المقياس: تم تحقيق هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء وتم فحص الفقرات وتقدير صلاحيتها من قبل الخبراء في قياس ما اعد لقياسه كما يبدو ظاهرياً من حيث ملائمتها ومدى مناسبتها لمستوى الطلاب

2- 10- 2 ثبات المقياس:- تم استخراج ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وتقيس هذه الطريقة التجانس الداخلي لفقرات المقياس ويدل تجانس فقرات المقياس على مدى اتساق واطر أداء المفحوصين على جميع الاسئلة التي يتكون منها المقياس. وتعتمد هذه الطريقة على تجزئة المقياس إلى جزئين متكافئين، والجزء الاول يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الارقام الفردية والجزء الثاني يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الارقام الزوجية ثم استخراج معامل الثبات بين مجموع درجات الجزئين باستخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون (Person) وبلغ معامل الارتباط بين الجزئين (0.886)، ألا أن هذه القيمة تمثل معامل ثبات نصف المقياس لذلك يتعين تعديل هذه المعامل على معامل ثبات الاختبار ككل، وعليه استخدم معادلة سبيرمان براون (Spearman Brown) وقد ظهر بأن معامل الثبات للمقياس ككل هو (0.939) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات كما في جدول(2)

### الجدول(2) يبين معامل الارتباط للثبات وموضوعية المقياس وقيمة (T) الجدولية

ت	المتغيرات	معامل ارتباط بيرسون	معامل الارتباط الموضوعية	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
1	التفكير الحاذق	0.886	0.995	0.632	معنوي

\* عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 8. وقيمة معامل ارتباط الكلي للتفكير الحاذق 0.939 .

2- 10- 3 موضوعية المقياس:- الموضوعية تعني التحرر من التحيز أو عدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر للباحث من أحكام، وترتبط الموضوعية وطريقة التصحيح أكثر من ارتباطها بالمقياس نفسه ويرفق لكل مقياس طريقة التصحيح التي تشمل الإجابات الصحيحة أو الخاطئة ويطلق عليها دليل صحيح الأخطاء" (مصطفى محمود الإمام وآخرون، 147 -

148: (2001) وبما إن درجات المقياس لا يختلف عليها مصححان لذلك يعد المقياس موضوعياً ولزيادة في التأكيد قام الباحث بتوزيع خمس استمارات على خمسة مصححين ومن ثم توزع نفس الاستمارات على خمسة مصححين آخرين وتم استخراج العلاقة بين النتيجتين وكانت علاقة الارتباط بين النتيجتين تامة (1) وبذلك يعد المقياس موضوعياً ، وبهذا تحققت الأسس العلمية للمقياس.

**2-11 التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بالاختبارات المهارية:** -تم تنفيذ التجربة الاستطلاعية لهذه الاختبارات يوم الاحد الموافق 2021/ 1/12 لغرض تعرف ما يأتي:  
العوامل والمعوقات التي من الممكن أن تواجه الباحث عند تنفيذ الاختبارات والعمل على إيجاد الحلول لها.

1. مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة.
2. صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة عند تنفيذ الاختبارات.
3. تنظيم عمل الفريق المساعد وتوضيح التعليمات والإرشادات المتعلقة بإجراء الاختبارات.
4. تعرف الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة.

## 2-12 الاسس العلمية للاختبارات :

**2-12-1 الصدق الظاهري:** -تم استخدام الصدق الظاهري عن طريق عرض الاختبارات المقترحة في البحث على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبارات، والقياس، وطرائق التدريس، والكرة القدم والذين اقررو صلاحية الاختبارات

**2-12-2 ثبات الاختبارات:** -استخدم الباحث طريقة الاختبار وإعادته وعليه قام الباحث بإعادة تطبيق الاختبارات المهارية على العينة ذاتها والمكونة من (12) طالبا وبعد مرور (7) أيام من تطبيق الاختبار الأول والثاني، قام الباحث بإيجاد العلاقة بين نتائج التطبيقين الأول والثاني باستخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون (Person)، وأظهرت النتائج بأن الاختبارات المهارية تمتاز بمعامل ارتباط عالي اي بدرجة عالية من الثبات، والجدول (8) يبين ذلك

**2-12-3 موضوعية الاختبارات:** أستعان الباحث بمحكمين<sup>(\*)</sup> 1، لتسجيل درجات الاختبار، وذلك لبيان معامل الموضوعية والذي يعني "معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين تقدير الحكم الاول وتقدير الحكم الثاني"، وقد اثبتت نتائج قانون الارتباط البسيط (بيرسون) أن الاختبارات تتمتع بدرجة موضوعية عالية.

1المحكمين(\*) م د نبيل احمد عبد و م د محمد كاظم

### الجدول (3)

يبين معامل الارتباط للثبات وموضوعية الاختبارات المهارية

الدلالة الاحصائية	قيمة (ر) الجدولية*) (	معامل ارتباط الموضوعية	معامل ارتباط الثبات	المهارات	
معنوي	0.886	0.938	0.968	المناولة	1
معنوي		0.878	0.759	الاخمد	2
معنوي		0.751	0.765	الدرجة	3

(\* عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة (10).

**2-13 الاختبار القبلي:** تم اجراء الاختبارات القبليه للمهارات قيد الدراسة وللمجموعتين التجريبيه والضابطة خلال لايام الاحد- والاثنين - الموافق 5-6- / 3 / 2022م في ساحة مدرسة (اعدادية القرطبي) التابعة للمديرية العامة لتربية ديالى / قضاء بعقوبة/ وقد تم تنفيذ بعد تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان المكان والأدوات المستخدمة وطريقة تنفيذ الاختبارات حيث تم شرح مفصل للاختبارات قبل إجرائها ، وبعد ذلك تم تنفيذ جميع الاختبارات من قبل مجاميع البحث.

**2-14 التجربة الرئيسة:** تم إجراء التجربة الرئيسة في يوم الأحد المصادف 10/3/2022 ولغاية يوم الاثنين المصادف 20/4/2022 ، إذ قام مدرس المادة بتنفيذ المنهاج التعليمي ضمن الوحدات التعليمية الموضوعية من قبل الباحث على المجاميع التجريبية ، أما المجاميع الضابطة فطبق عليها المنهج المتبع في المدرسة من قبل المدرس ذاته ،

**2-15 الاختبار البعدي:** بعد تطبيق التجربة الرئيسة ضمن الوحدات التعليمية قام الباحث بإجراء الاختبار البعدي لمجاميع البحث في يوم الثلاثاء المصادف 22/4/2022 في الساعة ( 9 ) صباحاً ، واتبع الباحث نفس الإجراءات المتبعة في الاختبار القبلي من مكان وأدوات وطريقة تنفيذ و الفريق المساعد.

**2-16 الوسائل الإحصائية:** استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية ((SPSS

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الانظمة التجريبية الثلاث في التفكير الحاذق والمهارات الاساسية في الاختبارات القبليه والبعديه للطلاب :

#### الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للنمط التجريبي الأول (المتكامل) في متغيرات البحث.

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	دلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س			
التفكير الحادق	6.88	1.53	9.55	1.13	1.743	4.194	معنوي
الدرجة	29.60	2.11	20.60	1.26	0.000	9.546	معنوي
المناولة	3.90	1.91	7.90	0.87	0.000	6.156	معنوي
الاخمد	8.20	1.54	21.20	1.13	0.000	26.29	معنوي

تبين معطيات الجدول في أعلاه أنّ القيمة التائية المحسوبة كانت أكبر من القيمة الجدولية عند درجة حرية ( 8 ) ومستوى دلالة (0.05)، أي إنّ هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في التفكير الحاذق والمهارات الاساسية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي، ويمكن الاستنتاج أنّ الطلاب ذوي السيطرة المتكاملة طوروا قدرة أكبر في التفكير الحاذق والمهارات الاساسية.

الجدول (5)يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للنمط التجريبي الثاني (الايسر) في متغيرات البحث.

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	دلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س			
التفكير الحادق	7.666	1.61	8.750	0.62	1.71	2.169	معنوي
الدرجة	29.00	2.00	24.70	2.00	0.00	5.095	معنوي
المناولة	3.500	1.58	6.200	1.13	0.00	4.386	معنوي
الاخمد	8.400	1.83	17.80	1.03	0.00	14.78	معنوي

0 1 1 - 2 0 7

تبين من الجدول في أعلاه أنّ القيمة التائية المحسوبة كانت أكبر من القيمة التائية الجدولية عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة (0.05)، أي إنّ هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في التفكير الحاذق والمهارات الاساسية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي، ويمكن الاستنتاج أنّ الطلاب ذوي السيطرة الدماغية اليسرى طوروا أيضاً قدرة أكبر في التفكير الحاذق والمهارات الدفعية

الجدول (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للنمط التجريبي الثالث (الايمن) في متغيرات البحث.

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	دلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س			
التفكير الحاذق	7.888	0.92	1.65	11.87	1.74	0.175-	معنوي
الدرجة	29.10	1.66	1.72	4.000	0.00	6.325	معنوي
المناوله	3.100	1.19	1.13	2.700	0.00	4.669-	معنوي
الأخمد	8.700	2.00	2.06	5.700	0.00	7.492-	معنوي

تبين معطيات الجدول أعلاه أنّ القيمة التائية المحسوبة كانت أكبر من القيمة التائية الجدولية عند درجة حرية ( )، ومستوى دلالة (0.05)، أي إنّ هناك فروقاً ذات دلالة معنوية في التدوير العقلي والمهارات الاساسية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي، ويمكن الاستنتاج أنّ الطلاب ذوي السيطرة الدماغية اليمنى طوروا أيضاً قدرة أكبر في التدوير العقلي والمهارات الاساسية

3-1-1 مناقشة نتائج الانظمة التجريبية الثالث في اختبارات التفكير الحاذق والمهارات الاساسية في الاختبارات القبلية والبعدي للطلاب

عند مراجعة الجداول (1، 2، 3) نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات للمهارات المتعلمة بكرة القدم بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي للمجموعات الثلاث لعينة البحث. فإنّ استعمال الوسائل التعليمية في تطوير أنواع المهارات الاساسية أسهم في تفعيل عملية التعلّم، إذ ان الطلاب يفضلون التعلّم عن طريق الممارسة العملية، والتجريب، والتحرك، والتعبير الجسمي، وإمكانية استعمال حواسه المختلفة، وهنا يشير (غاردرنر) إلى أنّ "القدرة على التحكم بنشاط الجسم وحركاته بشكل بديع وهو مهارة لا شكّ يملكها الرياضيون

بمختلف ألعابها، ولكل فرد نصيب من هذه المهارة، والشخص السليم يتمكن من القدرة على التحكم بجسمه، وبرشاقته، وتوازنه، وتناسقه، وأنّ التمرين المتواصل قد يزيد من هذه القدرات، ولكن منها ما يظهر عن بعض الأفراد، حتى قبل أن يبدأ بالتمرين كلاعب كرة السلة المتفوقين مثلاً، تماماً كما تظهر براعة بعض الأفراد في الحساب قبل أن يتعلموا الحساب" (غسان عدنان جميل الكيالي، 2013، 36). كذلك فإنّ استعمال الصور، والمرايا، والأفلام التعليمية ساعد على توافر التغذية الراجعة الآتية والمتأخرة بشكل جيد ومهم في عملية بصورة جيدة ومهمة في عملية التعلم، وقد ساعد استعمال الوسائل التعليمية على زيادة مقدار التعلم فيما يتعلق بالنمط الايسر، إذ عن طريقها ترسل الرسائل أو المثيرات السمعية لينتلقاها المتعلم ويتفاعل معها، وتؤدي إلى تعديل سلوكه، " وللدور الحيوي الذي قام به الباحث الذي هيا جوا حيويًا وملائمًا في استثمار العمليات العقلية لدى المتعلمين من خلال ما تضمنته التمرينات والذي شجع الطالب على استخدام عملياته العقلية كالانتباه و الإدراك والتفكير والتركيز والتصور في اثناء التطبيق خلال الوحدات التعليمية وهذا اسهم في فهم ومعالجة المعلومات بشكل فعال وهذا ما اكده (محمد العميرة ، 2000 ، 312 ) الى ان " وضع الطالب في مواقف او اجواء تعليمية يستثمرها لتحقيق الاداء الافضل يأتي من خلال مساعدته في الحصول على معالجة المعلومات والخبرات بشكل علمي مدروس ومخطط له بصورة صحيحة" وان دور التمرينات المهارية و تنوعها وتنظيمها وتدرجها من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المعقد وملائمتها للفئة العمرية والذي كان لها الدور في المستوى الذي وصلت اليه عينة البحث التجريبية وهذا ما اكده ( خليل الحديثي، 2003 ، 69 ) " الى ان التعلم الذي يحصل في اداء المهارات الاساسية لا يأتي صدفة او بصورة عشوائية ما لم يكن هنالك تقييد للمناهج التعليمية بصورة منظمة وفعالة وان تكن هذه المناهج مستندة في صياغتها ووضعها على الاسس العلمية الصحيحة في تكوينها وتنفيذها للوصول الى التعلم المهاري والى الاهداف التي وضعت من اجلها " والتمرينات التعليمية والمتضمنة في البرنامج التعليمي والذي كانت فعالة في احداث تقدم واضح في تعلم المهارات المتعلمة فضلا عن ذلك تشابه قسم كبير منها المواقف وحالات اللعب مما ادى الى سعيهم في تعلم المهارات المختارة فعند وضع برنامج تعليمي يحتوي على تمرينات معينة يجب ان تكون تلك التمرينات ملائمة لمستوى الطالب ويراعى فيها الحالات التي تكون مشابهة لحالات اللعب الحقيقي مع الكرة بوجود منافس فعال قريب ". (هاشم ياسر حسن)

2-3 عرض نتائج الانظمة التجريبية الثلاث في اختبارات التفكير الحادق والمهارات الاساسية في الاختبارات البعدية لعينة البحث

الجدول (7) يبين قيمة (F) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق في الاختبارات البعدية

للتفكير الحادق

المتغيرات	الصادر	انحرافات	درجة الحرية	التباين	قيمة F
التفكير الحاذق	SBB	12.506	2	6.253	7.903
	SSW	21.361	27	0.791	
	Total		29		
الدرجة	SBB	124.067	2	62.033	0.000
	SSW	77.400	27	2.867	
	Total		29		
المناولة	SBB	24.867	2	12.433	0.000
	SSW	30.100	27	1.115	
	Total		29		
الاخمداد	SBB	231.200	2	115.600	0.000
	SSW	59.600	27	2.207	
	Total		29		

قيمة (F) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية = (27.2).

من الجدول (4) نلاحظ إنَّ هناك فروقاً ذات دلالة معنوية لدى الطلاب بين انماط السيطرة الدماغية (المتكامل، الأيسر، الأيمن) في الاختبار البعدي، فأَنَّ قيمة (F) للتفكير الحاذق (7.903) ومهارة الدرجة هي (0.000)، و أَنَّ قيمة (F) الجدولية لمهارة المناولة هي (0.000)، و أَنَّ قيمة (F) لمهارة الاخمداد هي (0.000)، ومن أجل التحقيق من مسارات هذه الفروق، ومعرفة طبيعة التمايزات بينها جرى استعمال اختبار LSD، إذ ظهر أَنَّ الطلاب ذوي السيطرة الدماغية المتكاملة هم أفضل من أقرانهم ذوي السيطرة اليسرى واليمنى في التفكير الحاذق والمهارات الاساسية .

الجدول (8) يبين اختبار LSD للموازنة بين الطلاب في التفكير الحاذق والمهارات الاساسية على وفق متغير النمط للاختبار البعدي.

المتغير	النمط	الوسط الحسابي	العدد	قيمة الفروق	قيمة L.S.D	النتيجة
التدوير العقلي	المتكامل	9.5556	12	0.8056*	0.56	لمصلحة المتكامل
	الأيسر	8.7500		1.5556 *		لمصلحة المتكامل
	الأيمن	8.0000		0.7500		لمصلحة الأيسر
الدرجة	المتكامل	20.600		4.1	1.35	لمصلحة المتكامل



لمصلحة المتكامل		4.5	24.700	الأيسر	المناوله
غير معنوي		0.4	25.100	الأيمن	
لمصلحة المتكامل		1.7	7.900	المتكامل	
لمصلحة المتكامل	0.71	2.1	6.200	الأيسر	
غير معنوي		0.4	5.800	الأيمن	
لمصلحة المتكامل		3.4	21.200	المتكامل	
لمصلحة المتكامل	1.90	6.8	17.800	الأيسر	الاخمداد
لمصلحة الأيسر		3.4	14.400	الأيمن	

قيمة **L.S.D** عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (2).

3-2-1 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعات الثلاث في التدوير العقلي والمهارات الأساسية للطلاب بكرة القدم: عند مراجعة الجدول (8) ظهرت النتائج دالة بين المجموعات الثلاث في اختبارات التفكير الحادق والمهارات الأساسية، وفي ضوء هذه النتائج يتحقق الفرض الثاني في الاختبارات، إذ تم رفض الفرضية الصفرية، ويعزو الباحث كون كل مجموعة استعملت الأسلوب التعليمي الأفضل الذي يناسبها، وبالتالي ارتفع مستوى استقبال المعلومات للمجموعات الثلاث، إذ ساعد التعلم باستعمال نمط السيطرة الدماغية المتكاملة للمجموعة التجريبية الأولى في تحسين عملية التعلم لهذه المجموعة التي تمتاز بالمتعلمين الذين يمتازون عن طريق استعمال الحواس المختلفة في الدرجة الأساس في تعلم المهارة من الجانب التعليمية، "ويتطلب تطبيق الذكاءات المتعددة في التدريب والتعلم أن تراعي نوعية الذكاء لدى كل فرد، وتشجيعه، وتنميته، فالذكاءات المتعددة لا تمثل فحسب مجالات مختلفة في المحتوى الدراسي، ولكن نماذج للتعلم أيضاً، كما تعطى النظرية للراشدين نظرة جديدة لحياتهم، واختيار ما كان لديهم من قدرات في طفولتهم، وتنميته عن طريق التدريبات والممارسات" (محمّد أمين المفتي 2004، 154-155). كما أسهم في تحسين عملية التعليم لهذه المجموعة التي تمتاز بالمتعلمين من ذوي نمط السيطرة الدماغية المتكاملة، و"إنّ التعلم المتميز يراعي الأنماط المختلفة للتعلم، وهو في الوقت نفسه يعمل على مراعاة، وإشباع، وتنمية الميول والاتجاهات المختلفة للمتعلمين، مما يعزز مستوى الدافعية، ويرفع مستوى التحدي لديهم للتعلم" نقلاً عن: (حيدر عبدالرزاق، معيض بن حسن

الحليسي 2012، 55 ) وتعدّ أنماط السيطرة الدماغية من الأساليب الإدراكية المهمة، التي تساعد في عملية التعلّم، إذ إنّها تساعد على زيادة التعامل مع المتعلم بحسب النمط الذي يتميز به، إنّ كان متكاملًا، أو ايسر، أو ايمن، الذي يمكن عن طريقه إيصال الخبرات والمهارات على نحو أفضل، ولكثرة تقبل وانسجام لدى المتعلم، "فهم المدرس لطبيعة طلبته وقدرته على التميز بين أنماط تعلمهم يسهل إمكانية تقييم البرامج التعليمية الفعالة وتنفيذها، ويوظف المدرس الناجح معرفته بأنماط التعلّم طلبته في تنسيق الإستراتيجيات التعليمية التي يتبعها واختياره للمحتوى التعليمي، وتحديد الأهداف الخاصة وسبل تحقيقه (محمّد كاظم جاسم الجيزاني 2007، 280) . إنّ الحاجة لفهم أنماط السيطرة الدماغية الطلاب تتزايد في ظل الدعوة إلى التعلّم الجماعي داخل الصفوف غير المتجانسة . إنّ نمطي السيطرة الدماغية الايسر والايمن كانا من الأساليب الجذابة التي تمنح الطلاب فرصة للتفاعل، وينعكس ذلك على زيادة دافعيتهم للإنجاز، و"أنّ توظيف التقنيات البصريّة والسمعية أدى إلى إثارة الفضول، وتشويق المتعلم للتعلّم، فهي أساليب تسهم كثيرًا في زيادة الدافعية للتعلّم، ومواصلته لأقصى ما تسمح به قدرات المتعلم مع تنمية قدرات الذاتي، وتحمل المسؤولية في عملية التعلّم" (عفران بكر إبراهيم عفانة، سعاد عبدالكريم الوائلي 2016، 760). ويعزو الباحث هذه الفروق بين أنماط السيطرة الدماغية لكلّ واحد منها خاصية تختلف من الأخرى، ويشير (الأزيرجاوي 1991، 117) إلى "أنّ استخدام إستراتيجيات متنوعة تساعد المتعلم على تخزين المعلومات والوصول إلى التعلّم الحقيقي بشكل جيد، وسهولة استرجاعها أنّ عملية التعلّم الحقيقي مترابط مع الاحتفاظ الجيد"، إذ إنّ لكلّ شكل من أشكال أنماط التعلّم لها خاصية يختلف تأثيرها في عملية التعلّم، إذ إنّها مرتبطة بصورة مباشرة مع البرنامج الحركي المرسوم في الدماغ، إذ إنّ الاكتساب والتعلم هو الدماغ، فكلما كانت الصورة المركبة جيدة وخالية من الأخطاء كان الأداء مثاليًا، إذ يرى الباحث أنه من الطبيعي أن يحدث تقدم في تعلم المهارات " من الظواهر الطبيعية لعملية التعلّم هو لا بد أن يكون هناك تطويراً في التعلّم مادام المدرس يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلّم والتعليم ولكي تكون بداية التعلّم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء" (ظافر هاشم إسماعيل 2002، 102). إنّ التدرج بالتمرينات المهارية التوافقية ساهم في عملية التعلّم " إنّ تنظيم عمليات التوافق العصبي العضلي وتحسينها يحقق تنظيم عمل الوحدات الحركية " (أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الدين السيد 2003، 144) إنّ استخدام التمرينات الملائمة للمرحلة العمرية للطلاب والتي تستهدف تنمية المجاميع العضلية ( عضلات الذراعين والكتفين ) لأهميتها في زيادة سرعة تعلم المهارات الأساسية " إنّ القوة العضلية أول عنصر بدني من حيث الأهمية الأمر الذي يدعو إلى تنميتها في المجال المدرسي " ( بسطويسي أحمد ، عباس السامرائي 1984 ، 249). وإن تطبيق المنهج التعليمي على وفق أسس علمية مدروس وصحيحة من حيث التدرج من السهل إلى الصعب

له دور فعال في عملية التعلم " يجب إتباع التخطيط الصحيح والموجه في استخدام وتنظيم تمارين التعلم وكيفية ممارستها لأنه يرتبط في تأثيره في التعلم " (فاتن إسماعيل العزاوي 2000، 19)، ومن الأمور التي حسنت التعلم لدى المجموعة التجريبية هو التكرار " إن التكرار يعد أساساً للتعلم وتحديد عدد مرات تكرار الأداء للحركة يعد أمراً مهماً (أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب 1983، 151) (..: إن التمارين الموضوعة على وفق أسس علمية تؤدي إلى تعلم المهارات الأساسية بصورة جيدة ويهدف التمرين إلى اكتساب الجسم الجمال والانسيابية والدقة في الأداء وكذلك مختلف المهارات الأساسية الجيدة وتعلم الأداء الفني السليم " (ناهدة عبد زيد الدليمي 2008، 117) .

#### 4-الخاتمة:

إن نتائج البحث تختلف باختلاف السيطرة الدماغية النصفية لصالح المجموعة التجريبية وبخاصة النصفين المتكاملين . إن الوحدات التعليمية المستخدمة في الدراسة الحالية أثرت إيجابياً في تعلم المهارات الأساسية وبشكل أفضل من المنهج المتبع ، إن التشويق والمتعة والمنافسة زاد من دافعية الطلاب في أداء التمارين وسهل عملية التعلم، ويوصي الباحث، استخدام التمارين المهارية في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم والالعاب أخرى . الاهتمام بدراسة نصفي الدماغ والتركيز على وظائفهما معاً لما لهما من دور مهم في العمليات العقلية المتعددة من خلال استخدام طرائق التدريس المناسبة . إجراء دراسات تجريبية تشمل السيطرة الدماغية مع فئات عمرية مختلفة ومقارنة نتائجها مع الدراسة الحالية .

المصادر.

- أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الدين السيد ؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية ، ط2 : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003 ) ،
- أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب ؛ التربية الحركية : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1983 ) ،
- بسطويسي أحمد ، عباس السامرائي ؛ طرق التدريس في مجال التربية الرياضية : ( جامعة بغداد ، مطبعة جامعة الموصل ، 1984 )
- ثامر محسن و آخرون ؛ الاختبارات والتحليل الحركي في كرة القدم : (الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991)
- ثامر محسن و آخرون ؛ الاختبارات والتحليل الحركي في كرة القدم : (الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991)

- خليل ابراهيم سلمان الحديثي ؛ تأثير استخدام اسلوب التعلم التوافقي بطريقة التدريس الدائري في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة الطائرة: ( اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2003 ) ،
- رفاه علي الصفار . التفكير الحاذق ط1: (عمان ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، 2011) .
- زهير قاسم الخشاب وآخرون ؛ تصميم وتقنين اختبارات لقياس بعض المهارات الحركية بكرة القدم : (مجلة المؤتمر العلمي السادس لكليات واقسام التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2014،
- ظافر هاشم إسماعيل ؛ الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتعلم من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس : ( أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ) ،
- عماد محسن خميس، اثراستراتيجية التعلم المصغر وفقا للسيطرة الدماغية في التدوير العقلي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للطلاب (أطروحة دكتوراه ، جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية ، 2022 ) ،
- عفران بكر إبراهيم عفانة، سعاد عبدالكريم الوائلي؛ أثر التدريس وفق نمطي السمعى والبصري في تنمية الأداء التعبيري الشفوي والدافعية للإنجاز في اللغة العربية لدى طالبات الصف الرابع الأساسي في الزرقاء: (مجلة دراسات العلوم التربوية، عمان، الجامعة الأردنية، المجلد4، 2016)
- غسان عدنان جميل الكيالي؛ الذكاء الجسمي الحركي وعلاقته بالثقة بالنفس وبعض المهارات الاساسية بكرة القدم للناشئين دون 16 سنة: (رسالة ماجستير، جامعة ديالى، كلية التربية الرياضية، 2013)
- فاضل محسن الأزيرجاوي؛ أسس علم النفس التربوي: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1991)
- فؤاد ابو حطب (واخرون)؛ التقويم النفسى ، ط3: (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1987)
- فاتن إسماعيل العزاوي ؛ أثر تداخل أساليب التمرينات في التعلم ونقل أثره إلى بعض المهارات الاساسية بكرة الطائرة : ( رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2000 ) ،
- مصطفى باهي وعمران صبري ؛ الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية ، ط1 : ( القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 2007 )

- مصطفى محمود الامام وآخرون ؛ التقويم والقياس : ( بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1990 )
- مُحَمَّد أمين المفتي؛ الذكاءات المتعددة - النظرية والتطبيق: (المؤتمر العلمي السادس عشر، تكوين المعلم، المجلد الأول، القاهرة، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، جامعة عين شمس، دار الطباعة، في المدة من 21-22 يوليو، 2004)
- محمد حسن العميرة ؛ اصول التربية التاريخية والاجتماعية والفنية والفلسفية ، ط1: ( عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2000 ) .
- مُحَمَّد كاظم جاسم الجيزاني؛ علاقة أنماط التعلم بذكاء طلبة كلية التربية الاساسية: (مجلة كلية التربية الاساسية، العدد51، 2007).
- نقلًا عن: حيدر عبدالرزاق، معيض بن حسن الحليسي؛ أثر استعمال التدريس المتميز على التحصيل الدراسي في مقرر اللغة الانجليزية لدى طلاب الصف السادس الابتدائي: (رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، كلية التربية، 2012)
- ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ أساسيات في التعلم الحركي ، ط1 ( النجف ، دار الضياء للطباعة والنشر، 2008)
- هاشم ياسر حسن ؛ تطوير المهارات الهجومية في مناطق اللعب المختلفة بكرة القدم ، ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2009).
- وسام شامل كامل؛ اثر الجهد البدني على بعض القدرات البدنية الخاصة والمتغيرات البايوكينماتيكية ومستوى اداء مهارة التهديف في خماسي كرة القدم، ( رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد )، 2007،
- *(Stanly & Kenneth D. Napkins 'Education and Psychological Measurement and Evalution – Hall Publishing 4<sup>th</sup> , )New Jersey , U. S .A . 1982*
- *Stanley , G . J & Hopkins ,K .D. Educational Psychology. Measurement and Evaluation . New jersey: Prentice Hall ,1972,.*
- *Anastasia , A Psychological Testing . 6<sup>th</sup> , New York : Macmillan publishing Inc , 1976.*

### الملاحق (1) مقياس التفكير الحائق

ت	الفقرات	ينطبق	ينطبق	ينطبق علي	ينطبق	لاينطبق
		علي دائما	علي	أحيانا	علي	علي
		غالبا			نادرا	

1 إذا كلفت بعمل أفضل أن أكمله على أتم وجه.

2	أجد صعوبة في تنظيم أفكاري عندما تواجهني مشكلة.
3	أصغي جيداً لما يطرحه الآخرون من أفكار.
4	أعتمد في عرضي للمشكلة على الاستناد العلمي الصحيح.
5	أن الحياة في تغير مستمر فما يحدث في الماضي لا يفيد المستقبل.
6	أجد متعة عندما أحل أحد الالغاز او المعضلات.
7	أحاول جاهدا الحصول على أكبر قدر من المعلومات
8	أشعر بالإرتباك عندما أقوم بأعمالي.
9	أستطيع إعادة صياغة أفكار الآخرين بأفكار جديدة.
10	لي القدرة على أدراك الأفكار جميعها التي تدور في عقلي
11	أجد نفسي كثير الأخطاء.
12	يهمني أن يفهم الآخرين افكاري بوضوح.
13	ان ماتعلمته سابقا لا يرتبط بما اتعلمه حاليا.
14	أن حبي للإستطلاع يزيد من خبرتي في الحياة.
15	أسعى لتحقيق اهدافي حتى وان واجهتني صعوبات.
16	أستفيد من أفكار الآخرين لتصحيح بعض أفكارى.
17	أضع خطة للعمل قبل المباشرة بالتنفيذ.
18	أن خبرتي تساعدني في كيفية أستعراض مشاكلى .
19	أعمل دون حدود أو قيود.
20	أنظر للأمور من زاوية واحدة.
21	عند سماعي معلومة جديدة أسعى للحصول على مصادر للتأكد من صحتها.
22	أكمل مابدأت دون كلال او ملل.
23	أقوم بأعمالي دون تخطيط سابق.
24	أعيد تفكيري في موضوع ما أذ ما حصلت على معلومات جديدة.
25	يصعب علي تحديد نقاط القوة والضعف في تفكيري.
26	أفضل الدقة والوضوح في إنجاز أعمالي.
27	كي أبدع في شئ أوظف المعلومات الحالية مع معلوماتي السابقة.

28	أتجنب التنافس مع الآخرين.
29	أعطي اكثر من حل لأي مشكلة.
30	عندما أواجه مشكلة أكتفي بالحلول المتوفرة أمامي.
31	أفكر ماليا بالموضوع قبل أن أصدر أحكامي.
32	أبني أفكارى فقط لأنى على صواب باستمرار.
33	أرى أن معظم أفكارى مشتتة.
34	أحاول ان تكون أفكارى صائبة.
35	اجهل كيفية الاستفادة من الخبرات السابقة.
36	أستعين بمصادرى للمعلومات لمعالجة الأزمات.
37	أتعامل مع المواقف البسيطة والسهلة فقط.
38	أبحث عن الأشياء الغريبة الفريدة.
39	أعتبر حب الأستطلاع نوع من الفضول.
40	اترك لنفسي مجال لاستوعب ما مطروح أمامي من معلومات.
41	اتقبل النقد من الآخرين برحابة صدر.
42	احاول الرجوع الى المواقف السابقة لحل مشكلات مماثلة حالية.
43	الدخول في المغامرة شئ من العبث.
44	توجد لدي افكار مميزة وغير عادية .
45	أرى ان المناقشات الخارجية تدخل فيما لايعنيني .
46	أكتفي بنتائج التي أحصل عليها مهما كانت .
47	أستطيع التحكم في المواقف الصعبة .
48	ارفض أفكار كل من يخالف تفكيري ويشك فيه .
49	أقلب الأمور لاكثر من وجه لأصل الى فكرة صائبة .
50	أن خطواتي في معالجة الأفكار غير منتظمة .

### الملحق (2) فقرات مقياس تورانس للسيطرة الدماغية النصفية

ت	العبارات	التأشير
1	- أحب قراءة شرح (توضيح) مفصل للأشياء التي يجب على عملها. - أحب أن تشرح لي الأشياء عن طريق العرض العملي.	
2	- أنا ماهر في تفسير الإشارات وتعابير الجسم. - أفضل أن أقول ما أفكر فهي اعتمد على ما يقوله الناس.	
3	- استمتع بالمقررات أو الدروس التي استمع فيها إلى المعلم. - استمتع بالمقررات أو الدروس التي أتحدث فيها وأحاول تجريب الأشياء.	
4	- أميل إلى حل المشكلات بطريقة غير جادة (طريقة المداعبة).	

	- أميل إلى حل المشكلات بطريقة جادة (بجدية) مثل رجال الأعمال.	
5	- استعمل المعلومات المناسبة فقط لأداء العمل المطلوب مني. - استعمل أي معلومات متوافرة لدي لأداء العمل المطلوب مني.	
6	- أحب الدروس أو الأعمال المحددة، التي اعلم فيها تمامًا ما المطلوب مني. - أحب الدروس أو الأعمال غير المحددة، التي تتيح لي فرص للتغيير كلما تقدمت في أداؤها.	
7	- أحب استعمال التخمين. - لا أحب استعمال التخمين.	
8	- أحب التعبير عن مشاعري (وعواظفي) في لغة واحدة ومباشرة. - أحب التعبير عن مشاعري (وعواظفي) بالشعر أو الغناء أو الرسم.	
9	- أحب تعلم الأشياء المعروفة والمتأكدين منها (التي ثبت صحتها ولا تحتمل الجدل). - أحب تعلم الأشياء الغامضة (غير المعروفة).	
10	- أحب تجزيء الأفكار، لكي أفكر في كل منها على حدة. - أحب وضع كثير من الأفكار معًا.	
11	- أنا ماهر في استعمال المنطق في حل المشكلات. - أنا ماهر في استعمال الاستكشاف في حل المشكلات.	
12	- أحب أن أرى وأتخيل الأشياء عند حل المشكلات. - أحب تحليل المشكلات عن طريق القراءة والاستماع للمعلمين الذين يعرفونها.	
13	- أتعلم بسهولة من المعلمين الذين يستعملون الكلمات في الشرح. - أتعلم بسهولة من المعلمين الذين يستعملون الحركات والتمثيل في الشرح.	
14	- أنجح في استعمال الكلمات عند التذكر أو التفكير في شيء ما. - أنجح في استعمال الصور والخيال عند التذكر أو التفكير في شيء ما.	
15	- أحب رؤية الأشياء المنتهية أو الكاملة. - أحب تنظيم الأشياء غير الكاملة وتنظيمها.	
16	- أنا ذكي. - أنا مستكشف (مبتكر).	
17	- أنا ناجح في تعلم التفاصيل والحقائق. - أنا ناجح في التعلم من الفكرة العامة أو الصورة الكلية.	
18	- أتعلم وأتذكر الأشياء التي درستها. - أتعلم وأتذكر التفاصيل والحقائق التي أتوصل إليها مما يحدث حولي.	
19	- أحب قراءة القصص الواقعية. - أحب قراءة القصص الخيالية.	
20	- استمتع بأن أخطط لما سأقوم بعمله. - استمتع بأن أحلم أو أتخيل ما سأقوم به.	
21	- أحب الاستماع للموسيقى في أثناء القراءة أو المذاكرة. - أحب الانتهاء بسرعة من القراءة أو المذاكرة.	
22	- استمتع بصقل (نسخ) التفاصيل ونسخها. - استمتع برسم أفكار وتخيالاتي.	



23	- يستثيرني (يفرحني) أن اخترع شيئاً ما. - يستثيرني (يفرحني) أن أحسن شيئاً ما.
24	- أتعلّم جيداً عن طريق الاستكشاف. - أتعلّم جيداً عن طريق الفحص والتجريب.
25	- أحب أن تعرض الأفكار بطريقة مرتبة. - أحب أن تعرض الأفكار عن طريق علاقتها ببعضها بعضاً.
26	- أنا ناجح في تذكر الأشياء اللغوية. - أنا ناجح في تذكر الأصوات والنغمات.
27	- غالباً يشرد عقلي عند التفكير في شيء ما. - تقريباً لا يشرد عقلي.
28	- استمتع بالتلخيص. - استمتع بعمل خطة (مسودة).

### الملحق (3) الوحدات التعليمية (الوحدة التعليمية الأولى)

المدرسة: اعدادية القرطبي الصف والشعبة: الرابع (أ)	المهارة أو الفعالية: تعلم مهارة الدرجة بكرة القدم الأسبوع: الأول اليوم: الأحد	الأدوات المستخدمة: كرات قدم قانونية، وشاخص. الاهداف التعليمية: تعلم مهارة الدرجة بكرة القدم للطلاب.
عدد الطلاب: 20 طالباً	التاريخ: 2022/3/13	الاهداف التربوية: نكران الذات
الوقت: 45 دقيقة		

### ملاحظة: مدة الانتقال من تمرين لآخر: (1 د)

أقسام الدرس	أجزاء الدرس	الزمن	المهارات والفعاليات الحركية	التشكيلات	التقويم
القسم التحضيري 10د	إحماء عام	5 د	تهيئة الأدوات واخذ الغياب وترديد صيحة بداية الدرس. السير الاعتيادي مرجحة الذراعين أماماً وجانباً التصفيق أمام وخلف الجسم هرولة اعتيادية تمرينات مختلفة من الهرولة زحلقة جانبية السير الاعتيادي الوقوف.	..... * ..... * .....	التأكيد على النظام. التأكيد على وجود مسافات بين الطلاب أثناء السير والهرولة والأداء الصحيح مع الصفارة.
	إحماء خاص	5 د	إحماء بالكرات وحسب نوع التمرينات المعطاة في هذه	..... * .....	

		الوحدة والمتمثلة بتمارين الإحساس بالكرة من الهرولة والثبات، وتمارين المناولة والاستلام مع الزميل.			
التأكيد على الأداء السليم للمهارة مع تصحيح الأخطاء حال حدوثها.		وضع الأدوات في الملعب وشرح المهارات الخاصة بالوحدة التعليمية وتطبيقها من قبل المدرس ومن ثم أدائها من قبل احد الطلاب.	10 د	الجزء التعليمي	القسم الرئيس 30 د
		يقف الطلاب على شكل قاطرة ومع كل لاعب كرة قدم عند الإشارة بيد الطالب الأول بأداء مهارة الدرجة ولمسافة 5 م	4 د	الجزء التطبيقي (20)	
		يقف الطلاب على شكل قاطرة ومع كل لاعب كرة قدم عند الإشارة بيد الطالب الأول بأداء مهارة الدرجة ولمسافة 10 م مع مراعاة عدم النظر إلى الكرة واستخدام كافة أنواع الدرجة	4 د		
		يقف الطلاب على شكل خط مستقيم ومع كل طالب كرة قدم وعند الإشارة بيد الطالب بدرجة الكرة إلى الأمام ومع الإيعاز من قبل المدرب بيد الطلاب بتغيير الاتجاه إلى الخلف أو اليمين أو اليسار	4 د		
		يقف الطلاب بشكل قاطرة ومع كل طالب كرة قدم وتوضع أمام الطالبين شواخص عدد 20 وتوزع هذه الشواخص بشكل 10 شواخص مقابل 10 شواخص والمسافة بين شاخص واخر 2 م والمسافة	4 د		

		بين المجموعتين 2م عند الإشارة بيد الطالب بدرجة الكرة عند طريق الانتقال بين الشواخص بشكل افقي إذ ينتقل الطالب من الشاخص الأول في المجموعة الأولى والشاخص الأول في المجموعة الثانية ومن ثم ينتقل إلى الشاخص الثاني من المجموعة الثانية ثم إلى الشاخص الأول من المجموعة الأولى وهكذا.			
التأكيد على الالتزام بقواعد اللعبة.		سباق نقل الكرات	3 د	ألعاب صغيرة	
التأكيد على النظام والانصراف بهدوء.		الدوران حول الملعب، رفع الذراعين إلى الأعلى وخفضهما، التذكير نوع المهارة وطريقة أدائها.	2 د	تمارين التهيئة	القسم الختامي 5 د
		جمع الكرات والأدوات المستخدمة والانصراف.	1 د	الانصراف	

تأثير تمارين خاصة لتطوير القوة الانفجارية وبعض المتغيرات الفسيولوجية والانجاز برفعة  
الخطف للرباعين الشباب

*The effect of special exercises to develop explosive power and some  
physiological variables and the achievement of the snatch lift for young  
weightlifters*

حسنين صالح غضبان كاظم

*Hassanein Saleh Ghadban Kazem*

عمر سعد احمد

*Prof. Dr. Omar Saad Ahmed*

ملخص البحث:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة فضلاً عن متابعة الباحث للعملية التدريبية برياضة رفع الاثقال كونه رباعاً سابقاً، كذلك التطورات التي حققتها الرياضات الدولية على المستوى العالمي من ارقام قياسية، ارتى الباحث الولوج في دراسة هذه المشكلة والتي تتبلور في الضعف الواضح لدى الرياضات من حيث الجوانب البدنية والمتمركزة بانواع القوة ودراسة المتغيرات الفسيولوجيا لذا قام الباحث بادخال تمارين خاصة تعمل على تطوير الجوانب البدنية والفسيولوجية لتحقيق انجاز اكبر وللوصول الى مستويات اعلى نطمح إليها على مستوى القطر، استخدم الباحث المنهج التجريبي لانه هو الأسلوب البحث المتبع الذي يمكن الحصول من خلاله على حقائق لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر (Cause & Effect) كما ان هذا المنهج يمثل الاقتراب الاكثر صدقا لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة عملية ونظرية. وان طبيعة المشكلة هي التي تحدد منهج البحث المتبع من قبل الباحث، تكونت عينة البحث من 8 لاعبات (رباعات) تم اختيارهم بالطريقة العمدية وهم يمثلون نادي الشرطة والذين يمثلون المنتخب الوطني النسوي لرفع الاثقال، كون العينة متوافرة بشكل يسمح للباحث اجراء الاختبارات بشكل جيد. أذ تم تطبيق هذه التمارين على عينة البحث التجريبية والتي تتألف من (8) لاعبات (رباعات) خلال الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية لعينة البحث حيث تم استبعاد لعبتين وذلك بسبب الإصابة.

*Research Summary:*

*By reviewing previous studies, as well as the researcher's follow-up to the training process in weightlifting as a former weightlifter, as well as the developments achieved by international female weightlifters at the global level from record numbers, the researcher decided to access the study of this problem, which crystallizes in the apparent weakness of the female weightlifters in terms of physical aspects. centered on the types of strength and the study of physiological variables, so the researcher introduced special exercises that work on developing the physical and physiological aspects to achieve greater achievement and to reach higher levels that we aspire to at the country level. Or Cause & Effect, and this*

approach represents the most honest approach to solving many scientific problems in a practical and theoretical way. And the nature of the problem is what determines the research method followed by the researcher. The research sample consisted of 8 female athletes (weightlifters) who were chosen in a deliberate way, and they represent the Police Club and who represent the national women's weightlifting team, as the sample is available in a way that allows the researcher to conduct tests well. As these exercises were applied to the experimental research sample, which consisted of (8) female athletes during the main part of the training unit of the research sample, where two games were excluded due to injury.

### 1- المقدمة:

ان رياضة رفع الاثقال من الرياضات العالمية القديمة إذ تعتمد بممارستها على ما يتمتع به الرباع من قوة وسرعة اثناء الاداء وتنفيذ الرفعات مما يتطلب من الرباعين ان يمتلكه مقومات للقوة العضلية بأنواعها التي تخص العبة وبمستوى عاليا من الاستعداد البدني.

تشهد رياضة رفع الاثقال في الوقت الحاضر تطورا ملحوظا في الانجازات والارقام القياسية العالية من خلال التخطيط والدراسات والتجارب الجديدة واتباع الطرق وأساليب تدريبه ومناهج حديثة تساعد للوصول الى هذه المستويات لتطوير المتغيرات البدنية والفسيوولوجية.

وان عملية التدريب في الالعاب الرياضية ورياضة رفع الاثقال على وجه الخصوص تتطلب اتباع السبل والأساليب العلمية الحديثة والخاصة لمراحل اعداد الرباعين لكل الفئات العمرية ، وأن نجاح عملية التدريب يعتمد على إمكانية المدربين وذخيرتهم العلمية ومواصلتهم للدراسات الجديدة والبحوث الحديثة ومراعاتهم للخصائص الفردية للرياضيين واختيار افضل الطرائق التدريبية الإعداد الرباع في حال اعداد المناهج التدريبية يجب اختيار الطرائق والأساليب التدريبية الملائمة لكل مرحلة من مراحل التدريب وكذلك اختيار التمارين التي يجب ان تكون ملائمة لقدرة وطاقه الرباع. ويهدف التدريب الرياضي الى الارتقاء بمختلف الاسس والعوامل التي لها دور فعال في تطوير المستوى الرياضي وأحد هذه الاسس هي الاعداد البدني الذي يعد الركيزة الاساسية للارتقاء بمختلف الصفات البدنية والفسيوولوجية للرباعين سواء في الأعداد العام او الخاص والتي يكون لتطورها إثر على تطوير المستوى البدني والفسيوولوجي.

إنَّ الإعداد البدني يُعد شرطاً أساسياً للتدريب الرياضي الصحيح من أجل تحقيق الإنجازات والأرقام القياسية اي ان للتدريبات الحديثة دوراً فعالاً ومهماً في تطوير الصفات البدنية والتي بدورها تعمل على تحقيق الإنجازات والأرقام القياسية العالمية.

ومن هنا تكمن أهمية الدراسة بالولوج لهذه المتغيرات الخاصة التي تكمن (تأثير تمرينات خاصة لتطوير بعض المتغيرات البدنية والفسيوولوجية والانجاز للرباعات (الشباب)

**أهداف البحث** أعداد ترمينات خاصة تعرف مدى تأثير التمرينات الخاصة للمتغيرات البدنية والفسولوجية والانجاز، تعرف الفروق الحاصلة بين المتغيرات البدنية والفسولوجية والانجاز بالاختبارات البعدية.

## 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

### 2-1 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لانه الأسلوب البحث المتبع الذي يمكن الحصول من خلاله على حقائق لفروض العلاقات.

### 2-2 مجتمع البحث وعينته

تكونت عينة البحث من 8 لاعبات (رباعات) تم اختيارهم بالطريقة العمدية وهم يمثلون نادي الشرطة والذين يمثلون المنتخب الوطني النسوي لرفع الانتقال.

كون العينة متوافرة بشكل يسمح للباحث اجراء الاختبارات بشكل جيد. أذ تم تطبيق هذه التمارين على عينة البحث التجريبية والتي تتألف من (8) لاعبات (رباعات) خلال الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية لعينة البحث حيث تم استبعاد لعبتين وذلك بسبب الإصابة.

وقد اختار الباحث هذه العينة المتقدمة لمعرفة تأثير التمرينات الخاصة المختلفة على المستويات الجيدة والتي تكون رافد للمنتخبات الوطنية وبالتالي رقي وتطوير هذه المنتخبات والأندية والارتقاء بواقع العبة الى اعلى من المستويات التي كانت عليها.

### 2-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

ساعة توقيت إلكترونية عدد (2) صينية الصنع، كاميرا تصوير فيديو. عدد(1) صينية الصنع، ميزان الكتروني عدد (1) صيني الصنع، جهاز لا بتوب نوع (hp) عدد (1) أمريكية الصنع، جهاز لابتوب نوع (ECER) عدد (1) تايوانية الصنع، موبايل ايفون عدد(1) امريكي الصنع، موبايل x3 شركة realme عدد(1)، شريط قياس بطول 10 م عدد(1) صيني المنشأ، كرات طبية عدد(2) تركي المنشأ زنة (3) كغم، بار حديدي اولمبي عدد (5) صيني المنشأ وزن البار (20كغم) للنساء اقراص حديدية مختلفة صينية المنشأ، جهاز رفع الاثقال القانوني عدد(1) سويدي المنشأ، ستاند كاميرا عدد(2) صيني المنشأ، طبله سباق اولمبية 4×4 عدد(1) صيني المنشأ، حمالات دبني عدد(2) صيني المنشأ .مسطبة عدد(2) محلية الصنع ارتفاع المسطبة 1م،، حمالة مغنيسيوم عدد(1) صيني المنشأ، حزام جلدي، حبرلون ازرق، تيوبات لحفض الدم عدد 10يحتوي مادة الجل تيوب(Edta) (أردنية الصنع)، حافظ للدم كبيرة تركية الصنع، حزام ضاغط ( التورنكه ) يلف حول الذراع لتسهيل عملية سحب الدم، حاسبة الكترونية يدوية نوع (SHARP).

## 2-4 مصادر جمع البيانات

المصادر العربية والأجنبية- شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت)، المقابلات الشخصية ، الملاحظة والتجريب، الاختبارات والقياس ، استمارة جمع المعلومات، الاتصالات الهاتفية، اجتماعات في برنامج ال meet مع العديد من الخبراء.

## 2-5 إجراءات البحث الميدانية

### 2-5-1 تحديد متغيرات البحث

#### 2-5-1-1 تحديد المتغيرات البدنية الخاصة

لغرض تحديد أهم القدرات البدنية ، عمد الباحث إلى الاستعانة بالمراجع والمصادر العلمية والدراسات السابقة ، والتي تم من خلالها تحديد القدرات وإدراجها في استمارة استبانة ، وتم عرضها على ( الخبراء والمختصين) في الاختبار والقياس والتدريب الرياضي ورفع الأثقال لغرض استطلاع آراؤهم في إضافة أو تحديد أهمها . وقد تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين ملحق(1) بلغ عددهم(10) لاستطلاع آرائهم وبعد جمع الاستمارات تم استخراج الأهمية النسبية لغرض اختيار نوع القوة العضلية ملحق رقم(6)، إذ حصلت القوة القصوى على 85% من الأهمية النسبية والقدرة الانفجارية على 80%، بينما 70% القوة المميزة بالسرعة 40% لتحمل القوة . إذ أعتمد الباحث نوع القوة التي حصلت على أهمية نسبية تساوي أو أكبر من النسبة المقبولة البالغة (60%) وبذلك تكون القوة التي حصلت على موافقة الخبراء والمختصين هي(القوة القصوى والقدرة الانفجارية و القوة المميزة بالسرعة) .

لغرض تحديد أهم الاختبارات للقدرات البدنية، عمد الباحث إلى الاستعانة بالمراجع والمصادر العلمية والدراسات السابقة والسيد المشرف وبعض الخبراء لتحديد الاختبار الأنسب للعينة البحث.

### 2-5-1-2 تحديد المتغيرات الفسيولوجية.

لغرض تحديد أهم المتغيرات الفسيولوجية، عمد الباحث إلى الاستعانة بالمراجع والمصادر العلمية والدراسات السابقة ، والتي تم من خلالها تحديد المتغيرات وإدراجها في استمارة استبانة ، وتم عرضها على ( الخبراء والمختصين) بلغ عددهم(10).

### 2-6 التمارين المستخدمة في البحث.

بعد الاطلاع على المصادر والمباحث والدراسات والبحوث العلمية الرصينة من قبل الباحث والسيد المشرف والعديد من الخبراء المختصين، قام الباحث بأعداد التمرينات وفق متغيرات البحث من خلال خبرة الباحث والسيد المشرف فضلاً عن استشارات الخبراء التي ساعدت وساهمت في تطبيق هذه التمارين على عينة البحث التجريبية والتي تتألف من(8) لاعبات (رباعات) خلال الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية لعينة البحث ، وكان عمل الباحث هو الاشراف على تطبيق التمارين وشرحها بشكل مفصل بغية اتباع انسب الطرق للوصول الى الهدف الموسوم وإيجاد

الحلول المناسبة للمشاكل التي شخصها الباحث من خلال طرحه للمشكلة والارتفاع بواقع العبة الى اعلى المستويات .

## 2-7 اختبارات البحث

### 2-7-1 اختبارات القدرة الانفجارية

#### 2-7-1-1 اختبار القدرة الانفجارية لعضلات الرجلين.

☒ اختبار القفز العمودي من الثبات. (احمد:2008: 55)

☒ الغرض من الاختبار : قياس القدرة الانفجارية لعضلات الرجلين في القفز للأعلى.

☒ وحدة القياس : الواط.

☒ الأدوات المستعملة : حائط ارتفاعه لا يقل من (4) م مثبت عليه مقياس لقراءة أطوال

الرباعين ، طباشير ملون لغرض التأشير .

☒ طريقة التسجيل : يعطي المختبر ثلاث محاولات يسجل له أفضلها كما مبين في

ملحق(9) ويتم القياس من العلامة الأولى حتى العلامة الثانية .

☒ مواصفات الأداء : يقف المختبر بحيث يواجه الحائط بكتفه اليماني ( الكتف للذراع

المميزة ) يقوم المختبر برفع ذراعه التي بجهة الحائط ماسكة الطباشير لعمل علامة على

الحائط عند أقصى نقطة تصل إليها الأصابع و يقوم المختبر بثني الركبتين مع احتفاظه

بذراعه لأعلى والرأس والظهر على استقامة واحدة . يبدأ المختبر في الوثب العمودي

للأعلى باقصى ما يستطيع ليضع علامة بالطباشير في أعلى نقطة يصل إليها ، لعمل

علامة ثانية بيد الذراع المجاورة للحائط من أقصى نقطة تصل إليها الأصابع كما مبين

في الشكل الاتي(1).



شكل(1)

يوضح اختبار القفز العمودي من الثبات



## 2-1-7-2 اختبار القدرة الانفجارية للذراعين . (امين:2008: 78)

- ✗ اسم الاختبار : اختبار رمي الكرة الطبية من وضع الجلوس الطويل على الكرسي .
  - ✗ الهدف من الاختبار : قياس القدرة الانفجارية لعضلات الذراعين .
  - ✗ الأدوات المستعملة : ( كرة طبية وزن 3 كغم - شريط قياس - كرسي مع حزام تثبيت الجذع والقدمين - طاولة صغيرة بارتفاع الكرسي - حكم ) .
  - ✗ طريقة الأداء :
- 1- يجلس المختبر على الكرسي وتكون الكرة الطبية المحمولة بكلتا اليدين فوق الرأس والجذع ملاصق لمسند الكرسي .
  - 2- يربط الحزام حول جذع المختبر ، ويمسك من الخلف عن طريق محكم الغرض منع المختبر من الحركة إلى الأمام في أثناء رمي الكرة لتتم عملية رمي الكرة باليدين فقط من دون استخدام الجذع .
  - 3- إما القدمان وضعهما على طاولة في مستوى ارتفاع الكرسي كي لا يحرك المختبر القدمين ويستعمله في الدفع . كما مبين في الشكل (2)
- ✗ طريقة التسجيل : تحسب المسافة بين الحافة الأمامية الكرسي واقرب نقطة تلامس الكرة الأرض .
  - ✗ عدد المحاولات : إعطاء اللاعب ثلاث محاولات ويتم اختيار المحاولة الأفضل



شكل (2)

يوضح اختبار رمي الكرة الطبية من وضع الجلوس الطويل على الكرسي

## 8-2 اختبارات الإنجاز

### 1-8-2 إنجاز رفعة الخطف: (حنا:2001: 60)

✗ اسم الاختبار: رفعة الخطف.

إن الرفعة الاولى من الرفعات المقررة في السباقات هي رفعة الخطف Snatch وفي هذه الرفعة يجب إن تم الحركة مرة واحدة دون توقف من الاسفل الى الاعلى فوق الرأس بامتداد الذراعين .

ان قانون هذه الرفعة يمنع ما يأتي:

- ضغط الثقل باليدين لتكملة الرفعة.
- لمس الركبة لارض.
- تغيير عرض مسكة عمود الثقل ( البار ) في اثناء الرفعة.

☒ الغرض من الاختبار: تحقيق الانجاز.

☒ الأدوات الاختبار:

- 1- بار حديدي اولمبي وزنة (18) كغم.
- 2- أوزان حديدية مختلفة الأوزان.
- 3- طبله سباق.
- 4- استمارة تسجيل ملحق (10) .

☒ وصف الاداء:

البار افقياً امام ساقى الرباع ويتم القبض عليه بحيث تكون سلاميات الاصابع للاسفل وظهر اليدين للخارج ويتم سحب الثقل في حركة واحدة من الارض الى اقصى امتداد الذراعين فوق الرأس بثني الركبتين (بطريقة السكوايت). يمر البار أمام الجسم في حركة مستمرة بحيث لا يلامس اي جزء من الجسم اللوحة الخشبية (ارضية الرفع) سوى القدمين في اثناء اداء الرفعة. وبعد انتهاء الرفعة يقف الرباع بدون حركة مع امتداد الرجلين والذراعين والقدمين على خط واحد حتى اشارة الحكم بانزال الثقل على اللوحة الخشبية (ارضية الرفع) وينتهي الوضع والقدمين على خط واحد ومتوازي مع الجذع والبار وتعطى اشارة انزال الثقل عندما يكون الرباع بدون حركة تماماً في جميع اجزاء الجسم

☒ وتم إجراء بطولة داخلية لاختبار الإنجاز لكي يعيش الرباع أجواء البطولة الرسمية لغرض

تحقيق الانجاز

☒ الغرض من الاختبار: قياس القوة القصوى لإنجازرفعة الخطف.

☒ التسجيل: تسجل نتيجة أفضل محاولة وبأعلى وزن ممكن من ثلاث محاولات.

2-9 الاختبارات الفسيولوجية

2-9-1 الاجراءات المختبرية لاختبارات دهنيات الدم اليبوبروتين قبل الجهد (وقت الراحة)

تم سحب الدم من أفراد عينة البحث صباحا ساعة العشرة وقبل أداء أي جهد ( في حالة الراحة ) وذلك بعد ان تجلس اللاعبه على مقعد ويقوم م. مختبر بلف رباط على منطقة العضد ليتم حصر الدم في الوريد ثم يقوم بوضع معقم على المنطقة التي يتم سحب الدم منها بعد ذلك يقوم بغرس الحقنة ( السرنجة ) في الوريد ليسحب الدم بمقدار (5سي سي) وهي كمية كافية على وفق ما أشارت إليه التعليمات الواردة مع الكت ، ثم يقوم المختص بسحب الحقنة من الوريد وفتح

الرباط من منطقة العضد ثم يعقم المنطقة ويضع عليها كمية من القطن لمنع خروج الدم بعدها يتم وضع الدم في انابيب مخصصة لنقل الدم ومكتوب عليها اسم اللاعبة ثم تجمع انابيب الدم وترسل الى المختبر بشكل مباشر.

حيث يتم وضعة في "جهاز centrifuge الطرد المركزي لغرض فصل المصل عن الدم وسرعة دوران الجهاز 400 دورة/دقيقة ولمدة 5 دقائق " (651:1998:Medicine)

## 9-2 قياس الكولسترول. (فرج:2000: 159)

✗ اسم القياس: قياس كولسترول الدم.

✗ الغرض من القياس: تعرف مستوى تركيز الكولسترول في الدم.

✗ وحدة القياس: ملي غرام/ دليتر.

✗ الاجهزة والادوات المستعملة:

أ- مادة معقمة (سبيرتو مخفف).

ب- سرنجات.

ت- قطن.

ث- جهاز الطرد المركزي (Centerfuge).

ج- جهاز التحليل الضوئي (Skin Photometer).

ح- انابيب زجاجية (Tupes).

خ- الكف الخاص بالتحليل.

د- مشدات (اربطة مطاط).

ذ- استمارة تسجيل

✗ طريقة الاداء: قبل اجراء اي اداء حركي من الراحة التامة يقوم الشخص المختص بسحب

عينة من الدم (0,3 مول) من المختبر، يتم حفظ العينة من الدم في انابيب زجاجية

خاصية يسجل عليها اسم ورقم المختبر لنقلها الى المختبر مع ملاحظة ان عملية سحب

الدم تتم بتوافر شروط السلامة والصحة بأدوات ومواد معقمة.

✗ طريقة العمل مختبرياً: بعد نقل عينة الدم للمختبر يعمل الشخص المختبري على فصل الدم

عن المصل (Serum) من خلال وضعه بجهاز الطرد المركزي (Center Fuge) بقدرة

(4000 دورة /د) فيكون لون المصل اصفر (Serum) وهو عبارة عن سائل تتحرك فيه

جميع مكونات الدم بضمنها خلايا الدم الحمراء تتم هذه العملية لتجريد الدم من الصبغة

والصفيحات الدموية والكريات البيض وغيرها بعدها يحفظ في درجة الانجماد.

- يتم تهيئة الخليط الخاص بالكت يسمى خليط العمل (Ragent Working) بأخذ من

المحلول اللوني ما مقداره (0,03) ملي مول ويؤخذ من المحلول القياسي (0,03) ملي

مول يخلطان في انبولة يتركان ثلاث دقائق بدرجة حرارة الغرفة ثم يؤخذ من خليط العمل (0,01) ملي مول ويؤخذ من المصل (0,05) ملي مول يخلطان ويتركان اقل من دقيقة بدرجة حرارة الغرفة يوضعان في حوض مائي بدرجة حرارة (37<sup>0</sup>) لمدة 2 دقيقة .

- قبل وضع خليط العمل في جهاز التحليل الضوئي لابد من تحديد قراءة الجهاز وبشكل دقيق من خلال تصفير الطول الموجي في الجهاز الذي يقاس بوحدات (Nm) النانومتر وتعني كلمة (نانو) الجزء التصفير باللغة اليونانية وحسب الكت المرافق فأن قياس الخليط يتم عند الطول الموجي (500NM) ويتم عملية تصغير الجهاز بوضع انبوية تحتوي على ماء مقطر لانه مادة صافية خالية من الاملاح والمعادن والمواد الاخرى لذا قراءتها صفراً على الجهاز.
- بعد وضع خليط العمل في جهاز التحليل الضوئي نبدأ بتسجيل القراءات التي تظهر على شاشة الجهاز وينتج الرقم في اعلى المعادلة (Asawple) .

$$\frac{Asample}{Astandard} \times COLSTRATION STANDARD (200 MWOL) \text{ MG/DL}$$

وبالامكان تحويله الى وحدات قياس اكبر (MOL) من خلال

$$MMOL/L = 0.0259 \times \text{الرقم الثابت} \times \text{الناتج Mg/d}$$

2-9-3 قياس نسبة البروتينات الدهنية عالية الكثافة HDL (فرج: 2000: 160):

☒ **الهدف من الاختبار:** معرفة نسبة البروتينات الدهنية عالية الكثافة في الدم (HDL)

☒ **الأجهزة والأدوات:** جهاز سبكتروفوتوميتر / استمارة تسجيل ملحق (12).

☒ **وصف الأداء:** يتم قياس نسبة البروتينات الدهنية عالي الكثافة في الدم عن طريق سحب

عينات من دم المختبر على ان يكون المختبر لم يتناول الطعام لمدة (12) ساعة ويتم التعامل مع عينات الدم في الأجهزة المستخدمة في القياس).

☒ **حساب الدرجة:** تم استخدام عدة التحليل (Kit Syrbi Paris – France) وهي طريقة أنزيمية

يتم فيها ترسب الكيلومايكرونات والبروتين الدهني واطى الكثافة (LDL) والبروتين الدهني

واطى الكثافة جداً (VLDL) وذلك بإضافة حامض الفوسفوتكتين وبوجود أيون المغنيسيوم

ويبقى فقط (HDL- CH) في المصل بعد عملية الطرد المركزي.

☒ **طريقة العمل :**

1. نأخذ (500) مايكرو لتر من مصل الدم ويضاف إليه (50) مايكرو لتر من كاشف (1) لغرض

الحصول على مصل الدم يحوي فقط (HDL- CH) ثم نترك لمدة عشر دقائق بعد ذلك تجرى

له عملية الطرد المركزي بسرعة (500 rpm) ولمدة عشر دقائق .

2. نأخذ (50) مايكرو لتر من الراشح والمطول القياسي ويضاف إلى كل منهما (1) mL من

محلول الكوليسترول .

3. تمزج بصورة جيدة وتوضع في الحاضنة بدرجة (37) لمدة عشر دقائق .
4. تقرأ الامتصاصية عند الطول الموجي (500nm).
5. يحسب تركيز (HDL- CH) حسب المعادلة :

A sample

Dilution concentration HDL - ch  $\Rightarrow$  \* 50 \* 1.1 (dilution)A  
standerd

- تقدير مستوى الدهني واطى الكثافة للكوليسترول في مصل الدم (LDL-CH) ثم حساب تركيز (LDL-CH) بحسب المعادلة :

LDL-CH (mg/dl) = total cholesterol - VLDL - (HDL- CH)

4-9-2 قياس نسبة البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة في الدم (LDL): (فرج:2000: 161)

☒ الهدف من الاختبار: معرفة نسبة البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة في الدم (LDL)

☒ الأجهزة والأدوات: جهاز سبكتروفوتوميتر / استمارة تسجيل

☒ وصف الأداء: يتم قياس نسبة البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة في الدم عن طريق

سحب عينات من دم المختبر على أن يكون المختبر لم يتناول الطعام لمدة (12) ساعة ويتم التعامل مع عينات الدم في الأجهزة المستخدمة في القياس  
☒ حساب الدرجة: يتم حساب الدرجة كما ذكر في اختبار (HDL).

5-9-2 قياس نسبة البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة جدا في الدم VLDL: (فرج:2000: 161)

☒ الهدف من الاختبار: معرفة نسبة البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة في الدم VLDL

☒ الأجهزة والأدوات: جهاز سبكتروفوتوميتر / استمارة تسجيل

☒ وصف الأداء: يتم قياس نسبة البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة جدا في الدم عن طريق

سحب عينات من دم المختبر على ان يكون المختبر لم يتناول الطعام لمدة (12) ساعة ويتم التعامل مع عينات الدم في الأجهزة المستخدمة في القياس

☒ حساب الدرجة: يتم حساب الدرجة مستوى البروتين الدهني واطى الكثافة جداً (-) VLDL (CH

Triglyceride

VLDL-CH (mg /dl) = \_\_\_\_\_

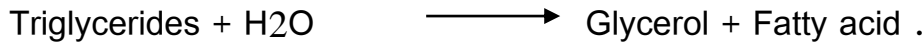
## 2-9-6 قياس نسبة التراي كلسرايد في الدم: (فرج:2000: 162)

☒ الهدف من الاختبار: معرفة نسبة التراي كلسرايد في الدم.

☒ الأجهزة والأدوات: جهاز سبكتروفوتوميتر / استمارة تسجيل

☒ وصف الأداء: يتم قياس نسبته في الدم عن طريق سحب عينات من دم المختبر على ان يكون المختبر لم يتناول الطعام لمدة (12) ساعة ويتم التعامل مع عينات الدم في الأجهزة المستخدمة في القياس.

☒ حساب الدرجة: يتم حساب الدرجة عن طريق تم قياس الترايكلسرايد في مصل الدم استخدام (Kit Syrbi Paris - France). وهي طريقة أنزيمية تتضمن سلسلة من التفاعلات وتنتهي بإنتاج صبغة Quenoneimine وحسب الخطوات التالية :

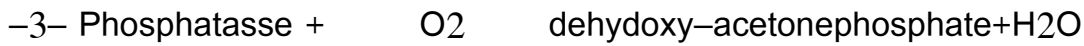


Glycerol Kimase



POD

GPO



⚡ محلول العمل :

يتم تحضير محلول العمل بإذابة قنينة المادة R2 في 12M1 من المادة R1 ويبقى هذا المحلول صالحاً لمدة واحد وعشرين يوماً (\*).

1. يؤخذ (10) مايكرو لتر من مصل الدم والمحلول القياسي ويضاف إلى كل واحد منهما (1) ML من محلول العمل وترج التيوبات.
2. توضع التيوبات (النماذج) في الحاضنة وبدرجة (37) ولمدة عشر دقائق.
3. تمت قراءة العينات عند الطول الموجي (500nm) .
4. يحسب التركيز حسب المعادلة التالية :

A sample

$$\text{TG - concetration (mg/dl)} = \frac{\text{A}}{\text{standeard}}$$

\* تم اخذ المعلومات من النشرة المرفقة لـ Kit

## 10-2 التجربة الاستطلاعية

وهي " تجربة مصغرة مشابهة للتجربة الحقيقية" (محبوب:2002: 84) وذلك بهدف الوقوف على السلبيات والايجابيات التي ترافق التجربة الرئيسية للبحث ، وقام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية الاولى بتاريخ (2020/12/2) يوم الأربعاء ساعة الحادية عشر صباحاً على (2) لاعبات (نادي شرطة) ضمن المجموعة التجريبية والتي اقيمت في قاعة نادي الحسين، الواقعة في بغداد وذلك للوقوف على العراقيل والصعوبات التي قد تواجه الباحث ، وكان الهدف من اجراء التجربة :

- 1- كفاءة فريق العمل المساعد وكفايته.
- 2- معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات ومدى ملائمتها لطبيعة العينة .
- 3- تعرف المعوقات والصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث خلال التجربة الرئيسية لتلافي هذه الصعوبات.
- 4- التأكد من استيعاب أفراد العينة لطريقة تطبيق كل الاختبارات وطريقة الاحماء بشكل سلس ومنتظم.
- 5- ملائمة الاستمارات المعدة لتسجيل نتائج الاختبارات.

## 11-2 الاختبار القبلي

### 1-11-2 اختبارات الفسيولوجية القبلية

قام الباحث بإجراء الاختبار الفسيولوجي القبلي بتاريخ (2020/12/6) يوم الاحد الساعة العاشرة صباحاً في قاعة نادي الحسين الرياضي في محافظة بغداد وبمساعدة الكادر المساعد على عينة البحث التي تتالف من 8 لاعبات بعد ما تم استبعاد اللاعبتين بعد التجربة الاستطلاعية حيث تم تسجيل أسماء اللاعبات على كل كت وعزلها كلاً على حدة .

ثم تم سحب الدم من أفراد عينة البحث وقبل أداء أي جهد ( في حالة الراحة ) وذلك بعد ان تجلس اللاعبة على مقعد ويقوم م.مختبر بلف رباط على منطقة العضد ليتم حصر الدم في الوريد ثم يقوم بوضع معقم على المنطقة التي يتم سحب الدم منها بعد ذلك يقوم بغرس الحقنة ( السرنجة ) في الوريد ليسحب الدم بمقدار (5سي سي) وهي كمية كافية على وفق ما أشارت إليه التعليمات الواردة مع الكت ، ثم يقوم المختص بسحب الحقنة من الوريد وفتح الرباط من منطقة العضد ثم يعقم المنطقة ويضع عليها كمية من القطن لمنع خروج الدم .ثم تم جمع انابيب الدم وارسالها الى المختبر سارة الوحيلي التخصصي في بغداد منطقة الحبيبية قرب ساحة الحمزة. مباشرة ليتم وضعها في جهاز ( centrifuge ) الطرد المركزي . لغرض فصل المصل عن الدم وسرعة دوران الجهاز 400 دورة/دقيقة ولمدة 5 دقائق .

## 2-11-2 الاختبار البدنية القلبية

قام الباحث بإجراء الاختبار القلبي بتاريخ (9/7/2020/12) الاثنين والاربعاء اذ كانت الاختبارات البدنية في تمام الساعة الحادية عشر صباحاً في قاعة نادي شرطة الرياضي وكانت البطولة اليوم الثاني لاجل اختبار الانجاز في تمام الساعة الحادية عشر وبمساعدة الكادر المساعد ، وقد قام الباحث بشرح مفصل حول إجراء الاختبارات وطريقة أداء كل اختبارحتى يتسنى للاعبات تطبيق الاختبار بصورة الصحيحة والحصول على نتائج افضل.

وحرص الباحث على توثيق الاختبارات عن طريق التصوير الفيديوي وكذلك الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان والمكان والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد من أجل العمل على توافرها في الاختبار البعدي.

## 2-12 الرئيسية

تم تنفيذ التمارين المعدة من قبل الباحث خلال فترة الاعداد الخاص وخلال الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية وطبقت (48) وحدة تدريبية بواقع (4) وحدات تدريبية خلال الأسبوع الواحد ولمدة (12) أسبوع وللفترة من 2020/12/12 و لغاية 2021/2/4 وقد اخذ الباحث بنظر الاعتبار الأسلوب التدريبي المتبع والذي تمثل بالأسلوب ( الفترتي مرتفع الشدة )، فضلا عن توخي الحذر في تطبيق الشدة والتكرار و الراحة ضمن القسم الرئيس الذي يعد الجزء الأساسي بالوحدة التدريبية .اذ كانت مدة الوحدة التدريبية (90دقيقة) ، والقسم الرئسي (45 دقيقة) ، واستخدم الباحث مبدأً التدرج في مكونات الحمل التدريبي مستخدمة الشدة التي تتراوح بين 80-100% بحيث يتلأم مع خصوصية الفعالية مراعيًا استخدام جدول النسب المؤية الخاص بالشدد.

## 2-13 الاختبارات البعديّة

بعد ان اتممت العينة التجريبية المهج التدريبي المعد لها و المتضمن (48) وحدة تدريبية اجريت بعدها الاختبارات البعديّة على عينة البحث يوم 6 /7/2021 السبت والاحد والثلاثاء اذ كانت الاختبارات الفسيولوجية اليوم الاول الساعة 9 صباحا في المختبر الطبي و كان اليوم الثاني الاختبارات البدنية في تمام الساعة الحادية عشر صباحاً في قاعة نادي شرطة الرياضي وكانت البطولة اليوم الثالث لاجل اختبار الانجاز في تمام الساعة الحادية عشر وبمساعدة الكادر المساعد، وقد قام الباحث بشرح مفصل حول إجراء الاختبارات وطريقة أداء كل اختبارحتى يتسنى للاعبات تطبيق الاختبار بصورة صحيحة والحصول على نتائج افضل، أذ حرص الباحث على ان تكون الظروف نفسها للاختبار القلبي وبمساعدة الكادر المساعد نفسه، مع الاعداد الجيد للاختبار من حيث المكان والزمان والادوات لكي يعيش الرباع أجواء البطولة الرسمية لغرض تحقيق الإنجاز.



## 2-14 الوسائل الاحصائية

تم استعمال برنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS) لغرض استخراج الإحصائيات و إجراء التحاليل الإحصائية لمقارنة الفروق في الاختبارات القبلية و البعدية والتي تمثلت بما يأتي:

• وسط حسابي.

• انحراف معياري.

• T مجموعة واحدة.

3 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

3-1 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدية للقدرة الانفجارية وتحليلها ومناقشتها.

### جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفروق الاوساط وفروق الانحرافات وقيمة (T) ونسبة الخطأ ومستوى الدلالة للقدرة الانفجارية

الجزء الجسم	الانفجارية	القياس	الاختبار	س-	ع	س ف	ع ف	قيمة T	نسبة الخطأ	الدالة
الذراعين	رمي الكرة	قبلي	3.5800	0.18166						
	الطبية	بعدي	4.5550	0.35407				-4.310	.023	معنوي
الرجلين	من وضع الجلوس	قبلي	2.3375	0.7136						
	القفز العمودي	بعدي	3.2750	0.16862				-10.297	.002	معنوي
الجزع	من الثبات	قبلي	1.4400	0.13441						
	رفع الجذع من وضع الانبطاح	بعدي	2.2775	0.21203				-6.279	.008	معنوي

### 3-1-2 مناقشة النتائج القدرة الانفجارية

من خلال النتائج الواردة في الجدول (1) يتبين بان هناك فرقاً معنوياً بين الاختبار القبلي و البعدي في القدرة الانفجارية للذراعين ولصالح الاختبار البعدي لدى عينة البحث ويعزو الباحث هذا التطور الى التمرينات الخاصة ، إذ إن أي نشاط رياضي يحتاج إلى القدرة الانفجارية " فعندما نقوم بالحركة التي تستخدم فيها القوة في لحظة قصيرة وبقوة كبيرة جداً تكون الحقيقة الموضوعية لخاصية التفجير متمركزة في القدرة العضلية" (ليبب:1978: 25)، ويمكن استخدام عضلات الذراعين في أثناء رفع الثقل باليدين خصوصاً إلى الأعلى، وتثبيت الثقل فوق الرأس عند انتهاء الرفعات، ويفضل استخدام تمرينات متنوعة وبشدد مختلفة لغرض تحقيق مكاسب عدة لتقوية

عضلات الذراعين وتطوير هذه العضلات بالحصول على قوة انفجارية تتطلب دفعات سريعة من القوة" (بريقع:2004: 23). يتبين من الجدول (1) ان هناك فرقاً معنوياً بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في القدرة الانفجارية للرجلين ولصالح الاختبار البعدي لدى عينة البحث، ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية التمرينات الخاصة التي تضمنت تمارين خاصة علما انه قد اخذ بنظر الاعتبار نسبة التدرج بالشدد المستخدمة مع استخدام الثقل"، ويؤكد (أبو العلا احمد فتاح واحمد نصر الدين) أن "التمرينات باستخدام الأثقال التي يستخدمها الرباعين من أشهر أساليب التدريبات الفعالة في تطوير القوة الانفجارية لعضلات الرجلين" (عبدالفتاح:2003: 116)، و"إنّ تطوير القدرة الانفجارية من خلال التدريبات له اثر واضح وفوائد كثيرة في رفع مستوى القوة العضلية لدى الرباعين، وأنّ العمل على هذه التدريبات سوف يحقق إنتاجاً في القدرة الانفجارية، أي إنّ القوة المنتجة تكون لها فوائد خاصة موجهة في ضمن القوة الخاصة" (Brown:2007: 257).

### 2-3 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات الفسيولوجية.

#### جدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفروق الاوساط وفروق الانحرافات

وقيمة ( T ) ونسبة الخطأ ومستوى الدلالة للمتغيرات الفسيولوجيا

المتغيرات	وحدة القياس	معدل طبيعي	الاختبار	س-	ع	س ف	ع ف	قيمة T	نسبة الخطأ	الدالة
الكوليسترول	Mg-dl	200>	قبلي	240.2500	45.90116	-	48.93533	-1.144	.336	غير معنوي
ل			بعدي	268.2500	6.84957	28.0000				
triglyc	Mg-dl	-35	قبلي	273.2500	9.32291	32.7500	17.05628	3.840	.031	معنوي
eride		135	بعدي	240.5000	24.44722					
hdl	Mg-dl	-40	قبلي	57.5000	15.26434	-6.7500	3.77492	-3.576	.037	معنوي
		60	بعدي	43.7500	12.23043					
ldl	Mg-dl	-60	قبلي	151.2500	52.09846	-	45.06662	-1.132	.340	غير معنوي
		130	بعدي	176.7500	11.98263	25.5000				
vldl	Mg-dl	40-5	قبلي	49.5000	9.14695	1.7500	12.73774	.275	.801	غير معنوي
			بعدي	47.7500	4.99166					

### 1-2-3 مناقشة النتائج المتغيرات الفسيولوجية

يعزو الباحث أن هناك فروقاً غير معنوية في انخفاض (Cholesterol) ولكنها ليست بصورة كبيرة وضمن الحدود الطبيعية وذلك دور الفعال للتمرينات التي تم تطبيقها ضمن الوحدة التدريبية التي تم ادخالها ضمن منهج المدرب والتي طبقت على وفق الأسس العلمية للتدريب الرياضي. والتي اخذت دورها في خفض مستويات الكوليسترول. "ويؤثر التدريب الرياضي سواء كان قصيرا أو طويلا في مستوى الكوليسترول في الدم فالجهد البدني لفترة طويلة وبمستوى عال من الشدة تؤدي إلى عملية نقص كمية الكوليسترول في الدم وكذلك يزداد نقص مستوى الكوليسترول لدى الرياضيين

كلما زاد العمر التدريبي لهم" (الرماحي:1994: 20) ويعود سبب هذا النقص نتيجة التدريب الرياضي إلى زيادة أكسدته في الجسم الذي يرجع إلى عمل هذه التمرينات في خفض نسبة الكوليسترول وهذا يتفق مع ما أشار إليه (2010 Patric and Eirse) "إنَّ الأنشطة الرياضية تعمل على، إذابة الدهون المختزنة تحت الجلد هذا يؤدي إلى خفض معدلات الكوليسترول الكلي والتراي كلسرايد في الدم " (Erica:119:2010). وهذا أدى إلى انخفاض قليل في نسبة الكوليسترول في الدم.

وبيان ان هناك فروقا غير معنوية في (Triglyceride) ويعزو الباحث ذلك الى الدور الفعال للتمرينات التي تم تطبيقها ضمن الوحدة التدريبية التي تم ادخالها ضمن منهج المدرب والتي طبقت على وفق الأسس العلمية للتدريب الرياضي حيث ان هناك انخفاضا قليلا في نسبة ثلاثي الجلسيرين لكنه لم يرتق إلى المستوى المطلوب ووضعه ضمن النسب الطبيعية له في الدم وهذا ناتج من استخدام مفردات البرنامج التدريبي الخاص بالتمرينات، وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Kruszewski) بان التمرينات تقوم بإحداث انتقال للأحماض الدهنية عن طريق مركب خفض نسبة الدهون ولكن قد تكون بنسب ضئيلة. " (Kruszewski:2008: 207) وهذا يؤكد للباحث ان سبب هذا الانخفاض البسيط في نسبة ثلاثي الجلسيرين قد تكون بسبب التمارين الخاصة التي وضعها الباحث والمشرف .

ويعزو الباحث ان زيادة (HDL) تعود الى الدور الفعال للتمرينات التي تم تطبيقها ضمن الوحدة التدريبية التي تم ادخالها ضمن منهج المدرب والتي طبقت على وفق الأسس العلمية للتدريب الرياضي في، إذابة الدهون في سطح الجسم وهنا يعتقد الباحث ان هناك ارتفاعاً في نسبة البروتين الدهني عالي الكثافة ويرجع سبب ذلك التمرينات الخاصة لها دور في هذا التحسن البسيط وان الارتفاع كان ضمن المستويات الطبيعية للبروتين الدهني عالي الكثافة وهذا يتفق مع ما جاء به (Elaine) 2003 بان مستويات البروتين الدهني عالي الكثافة تزداد مع ممارسة الأنشطة من خلال العمل العكسي لانخفاض الكلساريادات الثلاثية في الدم (Marieb:2003: 336) كما ان هناك فروقا غير معنوية في مستوى (LDL) ويعزو الباحث ذلك إلى ممارسة العينة إلى التمرينات الخاصة والتي ساهمت في خفض نسبة البروتين الدهني منخفض الكثافة الضار وهذا يتفق مع ما أشار إليه جوردن وجيفري 2118 "بان النشاط البدني المنتظم يعمل على تحويل البروتين الدهني منخفض الكثافة الضار إلى البروتين الدهني عالي الكثافة الجيد (JEFFREY:2007: 120) " وهذا يؤكد للباحث ان الانخفاض الايجابي الواضح في LDL ناتج عن ممارسة العينة لمفردات المنهج التدريبي. ويعزو الباحث الانخفاض البسيط في (VLDL) إلى انخفاض في البروتين لكننه بصورة بسيطة وهذا ما أشار إليه (Gordon m. and Jeffrey: 2008: 375) بان اخطر أنواع

الدهون على صحة الأفراد الذين لا يمارسون التمرينات الرياضية هو البروتين الدهني ( .  
( LDL , VLDL المنخفض الكثافة.

3-3 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي للإنجاز وتحليلها ومناقشتها.

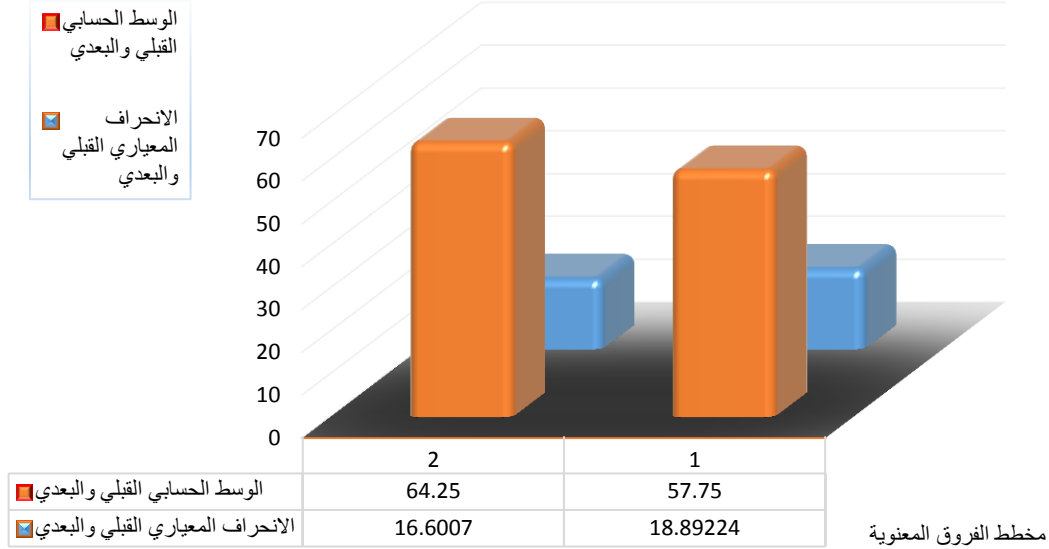
### جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفروق الأوساط وفروق الانحرافات وقيمة ( T )  
ونسبة الخطأ ومستوى الدلالة للإنجاز

اجزاء الجسم	وحدة القياس	الاختبار	س <sup>-</sup>	ع	س <sup>ف</sup>	ع <sup>ف</sup>	قيمة T	نسبة الخطأ	الدالة
الخطف	كغم	قبلي	57.7500	18.89224	-6.5000	2.64575	-4.914	.016	معنوي
		بعدي	64.2500	16.60070					

### 1-رفعة الخطف

يتبين وجود فروق بين قيم الأوساط الحسابية وقيم الانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي والبعدي لدى عينة البحث كما مبين في جدول (3) ، إذ تبين أن قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للإنجاز لرفعة الخطف قد بلغ (57.7500)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (18.89224)، بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (64.2500)، وقيمة الفرق بين الانحرافات المعياري بلغت (16.60070)، ولغرض معرفة معنوية الفرق بين الأوساط الحسابية تم استعمال (ت) test، إذ ظهر أن قيمة الوسط الحسابي للفرق بين الأوساط الحسابية والبعدي قد بلغت (-6.5000)، وقيمة الفرق بين الانحرافات المعياري قد بلغت (2.64575)، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-4.914) عند مستوى خطأ بلغ (0.016)، وعند مقارنته بمستوى الدلالة التي بلغت (0.05) تبين أن الفرق معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي في قراءات الجهاز لدى عينة البحث:



### الشكل (3)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري قبلي والبعدي لرفعة الخطف

### 3-3-1 مناقشة نتائج الإنجاز

يتبين من الجدول (6) بأن هناك فروقاً معنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي للرباعات ويعزو الباحث ذلك الى الدور الفعال للتمرينات التي تم تطبيقها ضمن الوحدة التدريبية التي تم ادخالها ضمن منهج المدرب والتي طبقت على وفق الأسس العلمية للتدريب الرياضي، فضلاً عن دور الباحث والسيد المشرف مما أدى الى زيادة إمكانية اللاعبات في تنمية القوة القصوى التي تعبر عن الحركة التي يستخدم فيها مقدار كبير من القوة بمدة زمنية قصيرة؛ لأن مستوى القوة القصوى يظهر من التناسب بين مقدار القوة المستخدمة وزمن الأداء، وهذا ما أكده (عبد المنعم حسين) "من أن تحديد القوة لكل تمرين من خلال الاختبار يمكننا من تحديد الشدة التدريبية طبقاً لخصائص اللعبة وهذا كان له الأثر الكبير في تحسين مستوى الإنجاز في النتر" (الدليمي:2009: 164)، وهذا يبرر وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية، ودور السيطرة على المتغيرات الفسيولوجية، وان هدف هذه اللعبة الاساسي هو تحقيق الإنجاز والتفوق في البطولة والاستمرار في التدريب على المنهج المعد من قبل المدرب مما أدى إلى تنمية هذا التمرين وتطويره في الاختبار البعدي، فضلاً عن تأكيد المدرب على استخدام تمرينات مساعدة أدت إلى تطوير القوة العضلية العاملة في هذا التمرين، وهذا ما أكده عكلة سليمان الحوري(2006) "تعد القوة المكون الأساسي لأغلب الفعاليات الرياضية". (الحوري:2006: 72)

إذ إن الرغبة متوافرة في الرياضات على التطور والتحسين نادي الشرطة في محافظة بغداد والذي حصل على المركز الاول في بطولة العراق التي اقيمت في قاعة التأميم في بغداد عام (2021) .

#### 4- الخاتمة:

من خلال عرض النتائج ومناقشتها في الباب الرابع توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية، أن استخدام التمرينات البدنية الخاصة لها تأثير ايجابي في تطوير القدرة الانفجارية لدى أفراد عينة البحث، أن استخدام التمرينات البدنية الخاصة أدى إلى ارتفاع في نسبة البروتينات الدهنية ( HDL ) و شبه تكيفها ضمن الرينج الطبيعي ذات فائدة كبيرة للجسم حيث يكون أقل عرضة للنوبات القلبية والسكتة الدماغية وارتفاع في وزن الجسم دون الشحوم وهذا يدل على زيادة في عضلات الجسم العاملة لدى أفراد عينة البحث، أن استخدام التمرينات البدنية الخاصة أدى إلى انخفاض نسبة الكوليسترول وثلثي الجليسرول والبروتينات الدهنية ( LDL - VLDL ) وانخفاض في وزن الجسم وفي الشحوم الموجودة في الجسم لدى أفراد عينة البحث، ان استخدام التمرينات الخاصة أدى إلى انخفاض في الدهون المضرة للجسم وارتفاع HDL ضمن الحدود الطبيعية أدى إلى زيادة في القوة العضلية وبالتالي ارتفاع في الإنجاز.

وفي ضوء عرض النتائج ومناقشتها والاستنتاجات التي خرج بها يوصي الباحث بما يأتي يفضل استخدام التدريب بالشدد القصوى في التمرينات الخاصة وبطريقة غير تقليدية بين فترة وأخرى خلال فترات التدريب، ضرورة اطلاع المدربين العاملين في مجال رفع الأثقال على نتائج الدراسات السابقة والحالية بهدف الاستفادة وتطوير القدرات التدريبية وكذلك معالجة الأخطاء التكنيكية التي ظهرت خلال التجربة وصقل مواهب المدربين وزيادة معلوماتهم، الاستفادة من الدراسة الحالية ودراسة فوائد استخدام التدريب الفترتي مرتفع الشدة وتضمينها للمناهج التدريبية من قبل لجنة المدربين التابعة للاتحاد العراقي المركزي لرفع الأثقال، إجراء دراسة مماثلة لبيان اثر التدريبات بالشدد القصوى على تطوير الانجاز في رفع الأثقال، ضرورة الاهتمام بالتدريب اليومي بتنفيذ التمرينات التي تراعي الأسس العلمية والاهتمام بالمتغيرات البدنية والوظيفية ودراستها من قبل لجنة المدربين العليا في الاتحاد العراقي المركزي لرفع الأثقال.

#### المصادر:

- جميل حنا ؛ القانون واللوائح الدولية لرفع الأثقال : (الاتحاد العربي لرفع الأثقال 2001).
- حسن شكري فرح؛ الكيمياء الحيوية السريرية من الناحية النظرية والعلمية ، ط1 . الأردن : جامعة عمان الأهلية ، 2000
- حسين الرماحي؛ تأثير تدريب الحمل المستمر في بعض مؤشرات الدم الكيمائية الحياتية، (رسالة ماجستير، جامعة البصرة ، كلية التربية الرياضية، 1994)
- سليمان علي وعواطف لبيب: تنمية القوة العضلية، ط1، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1978 )

• عبد المنعم حسين صبر الدليمي: اثر التدريب بالشدتين القصوى وفوق القصوى على وفق بعض المتغيرات الكينماتيكية للمسار الحركي للثقل في تطوير القوة القصوى وانجاز النتر (الجيرك) للرباعين الشباب، ( اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد) 2009

- عكلة سليمان الحوري؛ الدليل إلى التغذية والوزن واللياقة: ( بغداد، مطبعة البرهان، 2006)
- عمر سعد احمد؛ تأثير التدريب على وفق الشدد الخمسة في بعض المتغيرات الفسيولوجيا والقوة الخاصة والانجاز للرباعين الشباب: (كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 2008)
- فردوس مجيد أمين ؛ تأثير تدريب القوة الخاصة في بعض المتغيرات البيوكينماتيكية والأداء الفني لمهارة القبة الهوائية الأمامية المكورة على عارضة هوازن، (أطروحة دكتوراه بجامعة بغداد كلية التربية الرياضية للبنات ، 2008 )
- محمد جابر بريقع وإيهاب فوزي البديوي: الموسوعة العلمية للمصارعة/ تدريب الأثقال، ج3 ( الإسكندرية، الجلال للطباعة، 2004 )

- وجيه محبوب ؛ البحث العلمي ومناهجه: (بغداد ،مديرية الكتب للطباعة والنشر، 2002 )
- *Elanie N. Marieb, R. N., Ph.D.: Essen tials of Human anatomy and physiology, U.S.A, New York, 2003.*
- *GORDON M. WARDLAW and JEFFREY S . HAMPL Perspectives in Nutrition USA 2007.*
- *in sports and excise, of ficial journal of the american college of sports vol . 30, no 5. 1998.*
- *Kruszewski M.: Changes in maximal strength and body composition after different methods of developing muscle strong and supplementation with greatnain, L – carnitine and HMB,2008.*
- *lee Brown; Strength training national and conditioning association: (U.S.A, Human Kinetics, 2007).*
- *Patrick L. Jacobs, Erica R.: Long. Termglycine propiony L. Carnitue supplemeution anparadoxical effects on repeated anaerobic sprint performance, U.S.A, 2010.*

القلق وعلاقته بتقدير الذات لطالبات المدارس الثانوية المشاركات في بطولات النشاط الرياضي  
والكشفي في كركوك

*anxiety and its relationship to self-esteem among secondary school students participating in sports and scouting tournaments in Kirkuk*

علي حسين علي

مديرية تربية كركوك

*Ali Hussein Ali*

*Education Directorate of kirkuk*

[ali.hasin199@gmail.com](mailto:ali.hasin199@gmail.com)

مريم محمد احمد

مديرية تربية كركوك

*Mariam Mohamed Ahmed*

*Education Directorate of*

*kirkuk/*

[zahedalazawi041@gmail.com](mailto:zahedalazawi041@gmail.com)

الكلمات المفتاحية : القلق - تقدير الذات - طالبات المدارس الثانوية.

*key words : Anxiety - self-esteem - secondary school students*

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي الى :-

- تعرف العلاقة الارتباطية بين القلق وتقدير الذات لدى الطالبات المشاركات بالأنشطة الرياضية والكشفية .

وأستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث .

وأشتمل مجتمع البحث على طالبات المدارس الثانوية في كركوك المشاركات بالأنشطة الرياضية والكشفية (2022-2023) والبالغ عددهن (100) طالبة . أما عينة البحث اشتملت على (90)

طالبة وذلك بعد استبعاد (10) طالبات لمشاركتهم بالتجربة الاستطلاعية .

وأستخدم الباحثان الوسائل الاتية للتوصل الى نتائج البحث :

- مقياس القلق .

- مقياس تقدير الذات .

وذلك بعد التأكد من المعاملات العلمية للمقياسين من صدق وثبات وصلاحيه تطبيقهم على عينة

البحث الحالي .

- هناك علاقة ارتباط معنوية سلبية بين القلق و تقدير الذات حيث كلما زاد القلق قل تقدير الذات

وبالعكس

- الاهتمام بالإعداد النفسي للطالبات .

- ضرورة استخدام الطرق والاساليب التي تعمل على خفض مستوى القلق لدى الطالبات.



### Research Summary

*The current research aims.*

*-To identify the correlation between multidimensional anxiety and self-esteem among female students participating in sports activities.*

*The researcher used the descriptive method, Basel, while the survey and correlations are appropriate.*

*The research community included secondary school students in Kirkuk participating in sports and scouting activities in 2022-2023 they are (100) students. The sample of the research consisted of (90) female students after excluding (10) female students who participated in the survey experiment*

*The researcher used the following methods to reach the research results.*

*- anxiety scale.*

*-Measure of self-esteem.*

*This is after confirming the scientific transactions of scale of the validity, stability of applying them to the sample of the current research.*

*The researchers concluded the following:*

*-There is a negative significant correlation between anxiety and self-esteem, where the higher the anxiety, the lower the self-esteem and vice versa .*

*The researcher recommends that what comes.*

*-Interested psychological preparation female students.*

*-The need to use methods and methods that work to reduce the level Of anxiety among student.*

### 1- المقدمة:

اهتم الكثير من العلماء والباحثين في مجال علم النفس بالأنشطة الرياضية والتربية البدنية بوصفها ظاهرة اجتماعية مؤثرة في المجتمع لدورها الفعال في زيادة التفاعل بين الافراد والمجتمع الذي ينتمون اليه .

وللأعداد النفسية دور كبير في مناهج إعداد اللاعبات فيعيد بمثابة الخطوة التي تؤدي إلى الصعود بمستوى الإداء وبما يتناسب مع طبيعة الأداء و ذلك للوصول إلى أعلى مستوى رياضي وبالتالي تحقيق أفضل المستويات .

يعد القلق من الصفات الشخصية التي تؤثر على مستوى أداء اللاعبات قبل المسابقات الرياضية إذ أكد العلماء والمختصون إن تأثير القلق يكون مباشرا على مستوى أداء اللاعبات .

إن القلق من الصفات الانفعالية المهمة ، الذي ينظر اليه على انه من أهم الصفات النفسية التي تؤثر على مستوى أداء اللاعبات وإن هذا التأثير قد يكون ايجابيا يساعد اللاعبات على بذل المزيد

من الجهد والحصول على أفضل النتائج ، أو يكون تأثيرا سلبيا يعيق أداء اللاعب. (صبر: 2007: 19)

وتقدير الذات يرتبط ارتباطا قويا بالقلق لدى اللاعبات من خلال ثقة اللاعبه بنفسها واقتناعها بمستواها الذاتي باختلاف قدراتها النفسية والبدنية وغيرها ، وبذلك فان تقدير الذات يعد عملية تقييمية لأداء اللاعبه خلال إداؤها مهاراتها. (علي: 2020: 4)

تكمن مشكلة البحث الحالي في إن بعض اللاعبات يخفقن احيانا في إداء المهارات الرياضية و الكشفيه بالرغم من المستوى الجيد الذي يتمتعن به وهذا الاخفاق قد يعزى الى ان هناك بعض الانفعالات النفسية ومنها القلق عند اداء المهارات الرياضية ، وذلك يؤثر سلبا على ثقة اللاعبات بأنفسهن ومن هنا تكمن الاجابة عن التساؤل الاتي :

هل للقلق علاقة ارتباط معنوية بتقدير الذات لطالبات المدارس الثانوية المشاركات بالأنشطة الرياضية والكشفيه في كركوك .

ويهدف البحث الحالي الى :

- تعرف العلاقة الارتباطية بين القلق وتقدير الذات لدى الطالبات المشاركات بالأنشطة الرياضية والكشفيه في مدينة كركوك .

## 2-1 منهج البحث:

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث .

## 2-2 مجتمع البحث وعينته :

حدد مجتمع البحث بالطالبات المشاركات في الأنشطة الرياضية والكشفيه في المدارس الإعدادية لمدينة كركوك للعام (2022- 2023 ) وبواقع (100) طالبة يمثلن (4) مدارس ، وسيتم تنفيذ اجراءات البحث على الطالبات بوصفهن عينة التطبيق وقد تم استبعاد ( 10 ) طالبات لاشتراكهن بالتجربة الاستطلاعية .

## الجدول ( 1 )

### يبين مجتمع البحث وعينته

ت	المدرسة	عدد الطالبات عينة البناء والتطبيق	عينة التجربة الاستطلاعية
1	إعدادية الازدهار	28	
2	ثانوية الهدى	14	10
3	ثانوية جلال رضا	24	
4	ثانوية اليقظة	24	

### 2-3 وسائل جمع المعلومات :

استعملت الباحثان عددا من الوسائل البحثية للوصول إلى المعلومات الخاصة بالدراسة وهي استمارة الاستبانة، والمقابلة الشخصية والملاحظة والاختبار والقياس .  
وفيما يأتي وصف لإجراءات الدراسة :

#### 2-3-1 مقياس القلق :

يصلح هذا المقياس لقياس القلق في جميع المراحل العمرية وقد صممه محمد حسن علاوي والمطبق على البيئة المصرية مقياس المباراة الرياضية .  
(علاوي :1994: 267)

ويتضمن مقياس القلق (45) فقرة وتم عرضه على مجموعة من الخبراء من اجل تعديل الفقرات لينسجم مع البحث الحالي حيث تكون الاجابة عن العبارات بالتدرج باختيار بديل واحد من اربع بدائل (دائما ، احيانا ، نادرا ، ابدا) وتكون درجات العبارات الايجابية موزعة (1,2,3,4) والعبارات السلبية (1,2,3,4) ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس تجمع الدرجات التي حصلت عليها الطالبة من خلال اجابتها على فقرات المقياس وكانت الدرجات تتراوح بين (45-180).

#### 2-3-2 مقياس تقدير الذات :

يصلح هذا المقياس لقياس تقدير الذات المعد من قبل (سالم :2015: 55) والمطبق على طلاب جامعة حلوان ويتضمن المقياس (30) فقرة وتم عرضه على مجموعة من الخبراء من اجل تعديل الفقرات لينسجم مع البحث الحالي حيث تكون الاجابة عن العبارات بالتدرج باختيار بديل واحد من اربعة بدائل (دائما ، احيانا ، نادرا ، ابدا) وتكون درجات العبارات الايجابية موزعة (1,2,3,4) والعبارات السلبية (1,2,3,4) ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس تجمع الدرجات التي حصلت عليها الطالبة من خلال اجابتها على فقرات المقياس وكانت الدرجات تتراوح بين (30 - 120).

#### 2-4 التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاثنين الموافق 27 / 2 / 2023 ، لبيان مدى صلاحية المقياس على عينة قوامها (10) طالبات من ثانوية الهدى

#### 2-5 صدق المقياس

يعد الصدق واحدا من اكثر الاساليب الاحصائية ان لم يكن اهمها على الاطلاق ويعني الصدق (بانه قدرة المقياس على قياس ما وضع من اجله او السمة المراد قياسها ).

(باهي: 1999: 23) حيث قام الباحثان باستخدام صدق المحتوى بتوزيع المقياس على مجموعة من المختصين والخبراء . في مجال علم النفس الرياضي لأبداء آرائهم وملاحظاتهم لمعرفة مدى صلاحية فقرات المقياسين لغرض تطبيقهم على عينة البحث.

## 2-6 ثبات المقياس

يقصد به (الاختبار الذي يعطي نفس النتائج فيما اذ تم اعادة الاختبار مرة ثانية على العينة وتحت نفس الظروف). (الغريب:1985: 65)  
حيث قام الباحثان بإعادة الاختبار مرة ثانية بعد ثلاثة ايام من تاريخ التجربة الاستطلاعية على عينة البحث نفسها وتحت نفس الظروف.  
الخبراء :-

أ.د. عبدالودود احمد خطاب الزبيدي- جامعة تكريت / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د. سعد عباس عبد الجنابي- جامعة تكريت / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د. مثنى احمد خلف المزروعى - جامعة تكريت / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## 2-7 التطبيق النهائي للمقياسين

ولأجل تعرف العلاقة بين مقياسي القلق وتقدير الذات لعينة البحث ، تم تطبيق المقياسين على عينة التطبيق والبالغ عددهم (90) طالبة في يوم الاثنين الموافق 2023/3/2 وعلى القاعات الدراسية للمدارس المشاركة في مدينة كركوك الساعة 8,30 صباحا.

## 2-8 الوسائل الاحصائية

- النسبة المئوية .
- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- اختبار (t).
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون .
- التحليل الاحصائي.

## 3 - عرض النتائج ومناقشتها

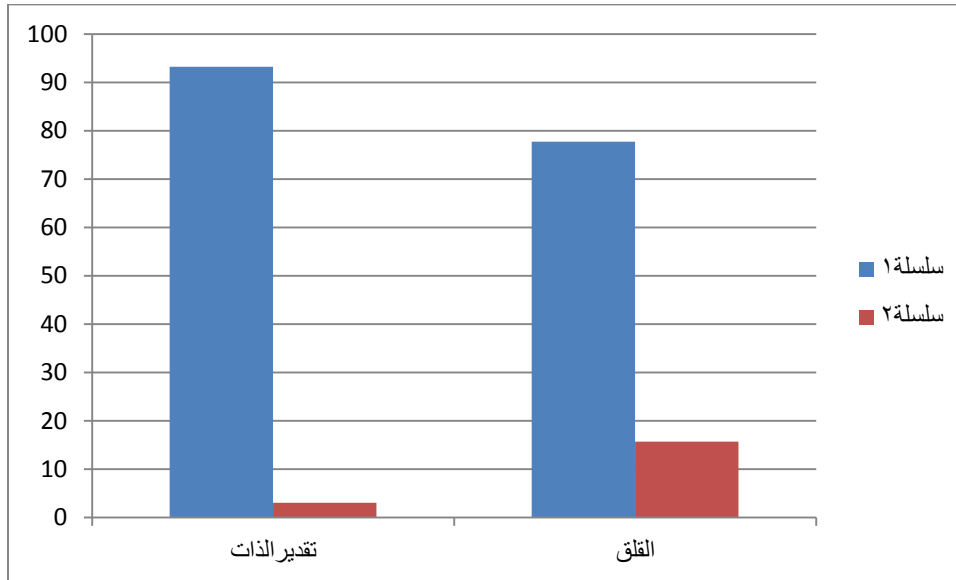
سيتم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات التي تم الحصول عليها من عينة البحث على وفق اهداف وفروض البحث .

حيث تبين انه العلاقة سلبية لأنه القلق سلبي وتقدير الذات ايجابي حيث كلما زادت درجة القلق قلت درجة تقدير الذات وبالعكس ، كما مبين بالجدول ادناه .

### Descriptive Statistics

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط	sig	الدلالة
القلق	77.744	15.705	- 0.552	0.000	معنوي
تقدير الذات	93.233	3.01			

### العلاقة معنوية سلبية



### 4- الخاتمة

من خلال عرض تحليل ومناقشة النتائج استنتج الباحثان الى ان هناك علاقة ارتباط معنوية سلبية بين القلق متعدد الابعاد وتقدير الذات للطالبات الممارسات للأنشطة الرياضية والكشفية في مدينة كركوك ، حيث كلما زاد القلق قل تقدير الذات وبالعكس وفقا لنتائج الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثان قاما بوضع التوصيات الآتية :

- 1- يوصي الباحثان بالاهتمام بالإعداد النفسي للطالبات .
- 2- ضرورة استخدام الطرق والاساليب التي تعمل على خفض مستوى القلق لدى الطالبات لئلا يهدم دور ايجابي .

المصادر:-

- حسام علي ، وآخران : التدفق النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى منتسبين مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك ، بحث منشور ، جامعة تكريت ، 2020.
- رمزي الغريب : التقويم القياسي النفسي التربوي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية 1985.
- سالم ، علي محمد علي : الاتجاه نحو المشاركة السياسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة حلوان ، مصر ، 2015.
- محمد حسين علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، 1988.
- محمود عبد الواحد صبر: طريق نحو الحزام الاسود في الرياضة ، مطبعة نداء السلام ، بغداد ، 2007.
- مصطفى باهي : المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999.

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا

الملحق (1)

مقياس القلق وتقدير الذات

نموذج استفتاء آراء السادة الخبراء

المحترم.

الاستاذ

تحية طيبة:

يروم الباحثان إجراء البحث الموسوم (القلق المتعدد الابعاد وعلاقته بتقدير الذات للطلبات المدارس الثانوية في مدينة كركوك المشاركات في بطولات النشاط الرياضي والكشفي) ولغرض تحقيق أهداف البحث ونظرا لما نعده فيكم من خبرة ودراية في هذا المجال ، أرجو إبداء آرائكم حول فقرات مقياس القيم الاجتماعية والاسرية ومقياس الثقة الرياضية وتكون الاجابة على المقياس (دائما، احيانا ، نادراً ، ابدأ) وتعطى الدرجات (4، 3، 2، 1) على التوالي وإن كان لكم رأي آخر أرجو بيانه .

ولكم فائق الشكر والتقدير ...

اللقب العلمي:

تاريخ الحصول على اللقب العلمي:

الاختصاص:

الكلية / الجامعة:

التاريخ:

التوقيع:

الباحثان

مريم محمد أحمد

علي حسين علي

مقياس تقدير الذات

ت	الفقرات	دائما	احيا نا	نادرا	ابدا
1	اواجه صعوبة عند التحدث امام الناس				
2	لست راضية عن نفسي				
3	اواجه صعوبة في اتخاذ قراراتي				
4	يكون انطباعي ايجابيا للذين اقابلهم				
5	تكون اعمالنا ناجحة				
6	اتصرف بذكاء في المواقف الحرجة				
7	انا استحق احترام الناس				
8	عندما تواجهني صعوبات استطيع التغلب عليها				
9	انا شخص مرغوب من الناس				
10	لا اخاف او اتردد عندما اعبر عن وجهة نظري				
11	اخاف البوح عن مشاعري				
12	اجد صعوبة في تقبل الفشل				
13	عندما اتواجد مع الناس اشعر بالسعادة				
14	لا املك ما يدعو للفخر				
15	اضن ان رأي ليس له أي قيمة				
16	لا استطيع تقبل انتقاد الآخرين				
17	اضن انني لست ذات قيمة بالحياة				
18	اتجنب الحضور في الدعوات العامة والمهرجانات				
19	اشعر بالرضا عن حياتي				

				اجد سهولة بإقناع الناس برأيي	20
				لا اشعر بأني جذابا مثل الآخرين	21
				النجاح هو هدفي بكل اعمالتي	22
				استطيع جذب انتباه الآخرين	23
				يحترمني الناس	24
				لدي قدرة للتعامل مع أي شخص اواجهه	25
				لدي شعور بأن اصدقائي افضل مني	26
				استطيع التأثير على الآخرين	27
				عندم اتواجد مع الناس يشعرون بالسعادة	28
				شخصيتي قوية	29
				اشعر بأني شخص فاشل	30

#### مقياس القلق

ت	الفقرات	دائما	احيانا	نادرا	ابدا
1	يكون جسمي مسترخيا				
2	عندي شعور بالنزفة				
3	اخاف الهزيمة				
4	احس بأرتعاش اطرافي				
5	اكون مضطربا				
6	اكن متفائلا من نتيجة الاداء				
7	اشعر بتوتر في معدتي او مغص				
8	اكون غير مستقرا				
9	اكون مشوشا من ناحية النتيجة				
10	اكون بأفضل حالة بدنية				
11	اشعر بتوتر عصبي				
12	اخاف الفشل بالأداء				
13	اشعر بالعطش				
14	تكون معنوياتي عالية				
15	اكون خائفا من عدم النجاح في المباراة				
16	احس بسرعة دقات قلبي				
17	اكون مطمئنا				
18	يزعجني التفكير بعدم الاشتراك بالاداء				
19	اكون مرتبكا				



				20	اخاف بأن يكون ادائي غير مقبول للمدرب
				21	احس بالراحة الجسمية
				22	اكون منزعجا
				23	يزداد ارتبائي عند التفكير في المباراة
				24	تكون ثقتي عالية بنفسي
				25	اكون متشائما قليلا
				26	اكون عصبيا
				27	سوف اكون في احسن حالاتي في الاداء
				28	احس ضيقا في التنفس
				29	لا تدور في ذهني افكار متشائمة عن الاداء
				30	اشعر في استرخاء في اعصابي
				31	ينتابني التفكير بأنني لا استطيع اكمال الاداء
				32	احساس عالي بالأمان
				33	اشعر بالضغط العصبي
				34	لدي ثقة عالية بالفوز في الاداء
				35	اهمية المباراة تجعلني مرتبكا
				36	اشعر بصداع بسيط في رأسي
				37	اشعر بأن جسمي مشدود
				38	احس بالتعب في بعض عضلاتي
				39	اشعر بالثقة بنفسي
				40	اعاني من بعض العرق وخاصة في راحة يدي
				41	معنوياتي منخفضة
				42	احس بما يشبه الألم في بعض أجزاء جسمي
				43	اشعر بانني مرتاح جسميا
				44	اخشى من عدم اجادتي
				45	احس بالتعب

دراسة تحليلية لفاعلية مستوى الأداء المهاري للاعبات فرق اندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة  
للسيدات لعام 2021 - 2022

*An analytical study of the effectiveness of the level of skill performance  
of the players of the teams of first-class clubs in women's volleyball  
2021- 2022*

نعيمة زيدان خلف

جامعة بغداد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

*Naima Zeidan Khalaf*

*University of Baghdad /*

*College of Physical Education and Sports Sciences for Girls*

[naeema@copew.uobagdad.edu.iq](mailto:naeema@copew.uobagdad.edu.iq)

الكلمات المفتاحية : فاعلية مستوى الأداء

الملخص:

هدف البحث الى تقييم مستوى الأداء المهاري بالكرة الطائرة لأندية الدرجة الأولى للسيدات وتعرف العلاقة بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة للسيدات والنقاط التي أحرزتها في المهارات (الارسال والضرب الساحق وحائط الصد) وتعرف الفروق في مستوى الأداء المهاري بالكرة الطائرة لأندية الدرجة الأولى للسيدات، اذا اشتملت عينة البحث من (10) اندية بواقع ( 70 ) لاعبة، وتوصلت الباحثة إلى الاستنتاجات التالية تفوق (فريق نادي سنحاريب) في الحصول على المركز الأول في ترتيب الفرق المشاركة في الدوري خلال عدد المباريات التي فازت بها والنقاط الناجحة التي سجلها من أداء المهارات (الارسال - الضرب الساحق - حائط الصد ) وتوصي الباحثة ضرورة اعتماد عملية التقييم من قبل المدربين لفرقهم لتعرف المستوى الذي وصلت اليه فرقهم وذلك من خلال تحليل مستوى الأداء المهاري في المباريات التي تخوضها فرقهم لغرض تشخيص نقاط الضعف ومعالجتها.

### **Abstract**

*The aim of the research was to assess the level of skill performance in volleyball for women's first division clubs and to identify the relationship between the ranking of teams participating in the women's First Division Volleyball League and the points they scored in skills (sending, crushing hitting and blocking wall) and to identify the differences in the level of skill performance in volleyball for women's first division clubs, if the research sample includes (10) clubs with ( 70 ) players, and the researcher reached the following conclusions: the superiority of (Sennacherib club team) in obtaining the first place in the ranking of teams participating in the league during the number of matches won and the successful points scored from*

*the performance of skills ( The researcher recommends that the evaluation process should be adopted by the coaches of their teams to identify the level reached by their teams through analyzing the level of skill performance in the matches played by their teams for the purpose of diagnosing and addressing weaknesses.*

## 1- المقدمة:

بدأت دول العالم بتسخير جميع الإمكانيات والقدرات العلمية من أجل الوصول إلى المستويات المتقدمة في الألعاب الرياضية المختلفة، فالتطور المستمر في الألعاب الرياضية الجماعية يعتمد على الطريقة والكيفية في الأعداد وتهيئة اللاعبين في جميع النواحي البدنية والخطية من أجل الوصول إلى المستويات العالية، فالإنجازات الكبيرة في الفعاليات الرياضية لم تكن وليدة الصدفة وإنما نتيجة تخطيط سليم وبعيد المدى واعتماد الطرائق العلمية في التدريب، إذ أن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية في النشاطات الرياضية كافة يتوقف على تكامل وارتقاء العديد من المتطلبات البدنية والمهارية والخطية وغيرها .

أن لعبة الكرة الطائرة في تقدم وتطور مستمر ويعود الفضل إلى المعرفة بالعلوم المختلفة والاعتماد على البحث العلمي في البحث والتقصي للكشف عن أدق التفاصيل بالعملية التدريبية لغرض الوصول إلى نتائج مهمة وصادقة بما يضمن الارتقاء بمستوى اللاعبين نحو الأفضل .

إن وصول الفرق النسوية بالكرة الطائرة إلى المستويات العالية وخوضهن البطولات المحلية والعربية يتحتم على اللاعبين أن يخضن مراحل عديدة من إعدادهن للوصول إلى الانجاز العالي، ومن أجل تعرف مستوى أداء اللاعبين ينبغي الاستعانة بالاختبارات والقياسات، أن عملية التحليل والاستكشاف واحدة من الأساليب المهمة في الكرة الطائرة وتؤدي دورا كبيرا ومهما في تطوير وتقويم مستوى اللاعبين لتعرف المعوقات ويجعلها تسير بالمسار الصحيح للارتقاء بمستوى أداء اللاعبين من خلال تحليل مستوى المهارات التي يمكن التسجيل منها نقطة مباشرة وهي ( الارسال والضرب الساحق وحائط الصد ) وتعد هذه المهارات العنصر الأساسي في تسجيل النقاط والفوز بالأشواط والمباراة في الكرة الطائرة .

ان المهارة التي يبدأ بها التداول وبدأ اللعب في لعبة الكرة الطائرة هي مهارة الارسال ويتفق كل من (Stephen.Fraser.1988.p13) و (Bertucci.1982.p39)، على أن الفريق الذي يمتلك الإرسال فإنه يمتلك فرصة الهجوم الأول وبالتالي يمكنه البدء بتسجيل النقاط قبل منافسه. إذ كلما تقاربت الفرق في المستوى والنتيجة يصبح للإرسال قيمة ابعده من مجرد بدأ اللعب، وفي هذا يرى (Laios,Yannis et,2004,p4) انه كلما تقاربت نتيجة الفريقين تصبح للإرسال أهداف خطية مهمة قد تؤثر على مجرى الشوط والمباراة.

اما المهارة الثانية التي يمكن ان يحصل الفريق على نقاط مباشرة من خلالها فهي مهارة الضرب الساحق ويعد اقوى الأسلحة الهجومية التي يتم من خلالها تتويج أداء الفريق بتسجيل النقطة، واكد (Kudo.K.Kayamori.Y, 2001) بان العلاقة تكون وثيقة بين ترتيب الفرق النهائي وقدرتها على النجاح في أداء مهارة الضرب الساحق.

اما مهارة حائط الصد يمكن أن تحدث الفارق بين الهزيمة والنصر من خلال اعادة الكرة بعد صدها الى ملعب المنافس وتسجيل نقطة ويؤكد ( Dearing,2003,p57 ) بان تتأثر فاعلية حائط الصد بالارتفاع الذي يصل له اللاعب التي تقوم بحائط الصد وكذلك بعدد القائمين به ويؤكد (Shimazu.T.et al,1999,p68) على انه كلما زاد الارتفاع الذي يصل اليه القائمون بحائط الصد زادت فرصهم بصد ناجح وتسجيل نقطة.

ومن هنا جاءت أهمية البحث من خلال تحليل مستوى اللاعبات لتقييم مستوى أداء اللاعبات ومقارنتها بشكل موضوعي من خلال تعرف العلاقة بين أداء هذه المهارات وترتيب نتائج الفرق المشاركة بالدوري الدرجة الأولى بالكرة الطائرة للنساء لإعطاء مؤشر علمي ومحدد ودقيق للمدربين بواقع مستوى اللاعبات، ليتسنى لهم وضع الخطط التدريبية التي تساهم في تطوير مستوى أداء اللاعبات من أجل الوصول إلى المستويات العالية، وتساعد اللاعبات والمدربين في تعرف أهمية كل مهارة من هذه المهارات في تسجيل النقاط وبالتالي تأثيرها على نتائج المباريات ككل وبالتالي يتسنى للمدرب إعطائها القيمة التي تتناسب مع تأثيرها في المناهج التدريبية.

ومن خلال ملاحظة الباحثة لمباريات ونتائج الفرق الرياضية بالكرة الطائرة للنساء في العراق وجدت هناك تذبذباً في المستوى والنتائج التي تحصل عليها نتيجة عدم التركيز على الجوانب مهارية من قبل الفرق المشاركة و لم تجد الباحثة أي دراسة تقييمية تقييم تأثير المهارات الهجومية على نتائج مباريات الكرة الطائرة للسيدات وهنا دفعت هذه المشكلة الباحثة لدراستها من خلل تقييم مستوى أداء اللاعبات لهذه المهارات.

#### ووضعت الباحثة أهداف للبحث فهي:

1. تعرف مستوى الأداء المهاري بالكرة الطائرة لأندية الدرجة الأولى للسيدات.
2. تقييم مستوى الأداء المهاري بالكرة الطائرة لأندية الدرجة الأولى للسيدات.
3. تعرف العلاقة بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة للسيدات والنقاط التي أحرزتها في مهارة الإرسال ومهارة الضرب الساحق ومهارة حائط الصد

#### 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

#### 1-2 منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية لملاءمته مع طبيعة المشكلة.

## 2- 2 مجتمع البحث وعينته

تم تحديد مجتمع البحث بفرق أندية الدرجة الأولى للسيدات بالكرة الطائرة المشاركات في دوري العراق للكرة الطائرة والبالغة عددهم (70) لاعبة مثلن (10) فرق مشاركة في دوري أندية الدرجة الأولى للسيدات  
وإن عينة البحث ينبغي إن تمثل المجتمع تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، لذا فقد اختارت الباحثة عينة بحثها بالطريقة العمدية والمتمثلة بفرق أندية الدرجة الأولى للموسم الرياضي (2021 - 2022) والبالغ عددهم (10) فرق، وهم يشكلون نسبة مئوية قدرها (100%) من مجتمع البحث.

### جدول (1)

يبين توصيف العينة

ت	اسم النادي	المحافظة	عدد اللاعبات	النسبة المئوية
1	سنحاريب	دهوك	9	12.8%
2	اكاد	اربيل	9	12.8%
3	طق طق	اربيل	8	11.4%
4	فتاة اربيل	اربيل	8	11.4%
5	دريندخان	السليمانية	7	10.1%
6	افروديت	السليمانية	7	10.1%
7	قرقوش	الموصل	8	11.4%
8	الاسكان	بغداد	7	10.1%
9	الامانة	بغداد	7	10.1%
10	الارمني	بغداد	8	11.4%
	المجموع	10	70	100%

## 2 - 3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة

### 2 - 3 - 1 وسائل جمع المعلومات

\* المصادر العربية والأجنبية .

\* شبكة الانترنت .

### 2 - 3 - 2 الأدوات والأجهزة المستخدمة

\* استمارات تحليل المباريات

\* استمارات تفريغ البيانات

\* أقلام جاف وأقلام رصاص.

## 2-4 خطوات إجراء البحث

تم الاتصال بالاتحاد العراقي المركزي للكرة الطائرة لغرض تسهيل مهمة الباحثة في حضور المباريات وجمع البيانات للفرق المشاركة وتنزيلها في استمارة التحليل لغرض معالجتها إحصائياً لخدمة البحث.

### 2-5 اداة البحث :

تم تصميم استمارة تحليل المباريات (ملحق 2) لغرض جمع البيانات وتحليل المباريات واعتمدت الباحثة الخطوات الآتية:

- تصميم استمارة تحليل المباريات وعرضها على الخبراء والمختصين والاخذ بملاحظاتهم لغرض اعتمادها بصورة نهائية
- تحديد فريق عمل مساعد وتدريبهم على كيفية استعمال الاستمارة وتدوين البيانات فيها لغرض تحليلها
- يتم تعبئة المعلومات الأولية على الاستمارة قبل بدء المباراة من خلال الحصول عليها من جدول المباريات المعد من لجنة الاشراف على البطولة.
- يتم ملاحظة أداء كل فريق للمهارات المختارة في البحث في كل شوط وتسجيلها مباشرة على الاستمارة.
- تفرغ البيانات من استمارة تحليل المباريات الى استمارة خاصة (ملحق 3)

### 2-6 المعاملات العلمية

#### 1. صدق أداة البحث : تم إيجاد صدق الأداة بنوعين من الصدق

- أ. صدق المحتوى : اذ تم عرض الأداة ( استمارة تحليل المباريات ) على خمسة خبراء من ذوي التخصص والخبرة العلمية والعملية في مجال الكرة الطائرة ملحق (1)
- ب. الصدق الذاتي : تم إيجاد الصدق الذاتي من خلال الجذر التربيعي لمعامل الثبات، اذ بلغ (93%)

2. ثبات أداة البحث: اعتمدت طريقة الاختبار وإعادة الاختبار في إيجاد ثبات الأداة ( علاوي رضوان، 1979:326) حيث أجريت مباراة بين فريقي ( الأمانة والارمني ) وتم إعادة المباراة بعد سبعة أيام وتحت نفس الظروف وتم حساب معامل الثبات من خلال إيجاد معامل الارتباط من خلال معامل ارتباط سبيرمان بين المبارتين، حيث اظهرت الأداة ثباتاً بمقدار (0.83) مما يشير الى ثبات الأداة

3. الموضوعية: تم إيجاد الموضوعية عن طريق اثنين من المحكمين من خلال جمع الملاحظات عن أداة كل فريق في المباراة الثانية التي أقيمت بين فريقي ( الأمانة والارمني ) وتسجيلها

مباشرة على الاستمارة وبعدها تم حساب معامل الارتباط للحمين واطهر ارتباطا بمقدار ( 0.85) وهذا يدل على موضوعية الأداة المستخدمة بالبحث.

## 2-7 الوسائل الإحصائية

اعتمد في معالجة النتائج على الحقيبة الإحصائية SPSS

## 3- عرض النتائج ومناقشتها

سوف يتم عرض ومناقشة استمارات التسجيل لمباريات الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الأولى للسيدات بالكرة الطائرة

## 3-1 عرض العلاقة بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة

للسيدات والنقاط التي أحرزتها في مهارة الإرسال ومناقشتها

### الجدول ( 1 )

يبين العلاقة بين ترتيب الفرق في الإرسالات الناجحة والإرسالات الفاشلة وترتيبها في دوري أندية الدرجة الأولى للسيدات

اسم النادي	العدد الكلي للإرسالات	الإرسالات الناجحة		الإرسالات الفاشلة		الترتيب في الإرسالات الناجحة	الترتيب في الإرسالات الفاشلة	الترتيب في البطولة
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار			
سنحاريب	440	13.9	61	8.4	37	الأول	التاسع	الأول
قرقوش	450	12.7	57	9.3	42	الثاني	الثامن	الثاني
أفرويت	375	8	30	10.9	45	السادس	السادس	الثالث
اكاد	383	8.1	31	10.7	41	الرابع	السابع	الرابع
الاسكان	310	9.7	30	12.3	38	الثالث	الثالث	الخامس
الإمانة	287	8	23	11.5	33	السادس	الرابع	السادس
الارمني	319	8.1	26	11.3	36	الرابع	الخامس	السابع
دربندخان	199	7	14	16.6	33	السابع	الثاني	الثامن
طق طق	124	4	5	16.9	21	التاسع	الأول	التاسع
فتاة اربيل	120	2.5	3	15.8	19	العاشر	العاشر	العاشر

يبين الجدول (1) الإرسالات التي سجلت منها الفرق نقاط مباشرة والإرسالات الفاشلة التي لم يكسب منها أي نقطة، واتضح ان الفرق المتقدمة في الدوري حققت اعلى النسب المئوية في تسجيل النقاط المباشرة من الإرسال فيما ان الفرق التي حصلت على ادنى نسبة في تسجيل النقاط المباشرة من الإرسالات حققت المراكز المتأخر في الدوري، مما يبين أهمية الإرسال في الحصول على نقاط مباشرة تؤثر في تحقيق المراكز المتقدمة في الدوري.

وبين ان الفريقين اللذين احرزوا المركز الأول والثاني في الدوري حققا ادنى النسب المئوية في خسارة النقاط مباشرة بسبب فقد الإرسال بينما حققت الفرق المتأخرة في الترتيب اعلى النسب المئوية في

الارسلات الفاشلة مما ساعدة الفريق المنافس في كسب النقاط المساوية لعدد الارسلات الفاشلة، وهذا يعني انه كلما قل عدد الارسلات الفاشلة كلما ساهم في الحصول على المراكز المتقدمة في الدوري، و ان كلما زادت عدد الارسلات الفاشلة كلما ساهم في الحصول على المراكز المتأخرة في الدوري، وهذا يبرهن على وجود علاقة سلبية بين ترتيب الفرق وخسارتها للنقاط من خلال الارسلات الفاشلة، مما يؤكد على وجود العلاقة الدال احصائيا بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري الدرجة الاولى بالكرة الطائرة للسيدات والنقاط التي احرزتها في الارسال، وتعزو الباحثة سبب ذلك ان الفرق القوية تسعى لتسجيل النقاط المباشرة عند أداء الارسال لان له تأثيراً فعال إيجابي للفرق التي تسجل من خلاله نقطة مباشرة دون ان يتكلف الفريق بمجهود كبير، فضلاً عن ان توجيه الارسال الى اللاعب الضعيف في الاستقبال او الى المناطق القريبة من حدود الملعب، مما يشير الى ارتفاع نسبة الارسلات الناجحة التي تسجل نقاطا مباشرة، بينما الفرق الضعيفة ليس لديها الكفاءة الفنية العالية لتوجيه الارسلات الى مستقبلين ضعيفين وفي النهاية تخشى فقدانها الارسال وفدانها النقاط بسبب ذلك، ولتجنب ذلك تقوم بأداء ارسلات سهلة لا تمكن الفريق من الحصول على النقاط المباشرة.

واتفقت نتائج هذا المحور من البحث مع دراسة (Giatsis G, et al, 2004, P3) والتي توصلت الى (وجود فروق في الأداء الهجومي بين الفرق الفائزة والفرق الخاسرة في بطولة العالم للسيدات التي أقيمت في 2003 حيث توصلت الى وجود اداءات ناجحة في مهارة الارسال اكثر لدى الفرق الفائزة)، و اتفقت نتائج هذا المحور مع ما توصلت اليه دراسة (السعدي ، 1988 ، 14) (التي أظهرت نتائجها الى وجود علاقة دالة احصائيا بين الارسال بين ترتيب الفرق)

3-3 عرض العلاقة بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الاولى بالكرة الطائرة للسيدات والنقاط التي أحرزتها في مهارة الضرب الساحق ومناقشتها

### الجدول ( 2 )

يبين العلاقة بين ترتيب الفرق في الضربات الساحقة والناجحة والضربات الساحقة الفاشلة وترتيبها في دوري أندية الدرجة الأولى للسيدات

الترتيب في البطولة	الترتيب في الضربات الساحقة الفاشلة	الترتيب في الضربات الساحقة الناجحة	الضربات الساحقة الفاشلة		الضربات الساحقة الناجحة		العدد الكلي للضربات الساحقة	اسم النادي
			النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
الأول	العاشر	الأول	9.6	38	45.5	180	340	سنحاريب
الثاني	التاسع	الثاني	9.9	43	37.2	162	436	قرقوش



افروديت	498	132	26.5	68	13.7	الرابع	السادس	الثالث
اكاد	535	129	24.1	81	15.1	السابع	الرابع	الرابع
الاسكان	374	117	31.3	52	13.7	الثالث	السابع	الخامس
الامانة	508	128	25.2	83	16.3	السادس	الخامس	السادس
الارمني	394	104	26.4	57	14.5	الخامس	الخامس	السابع
دريندخان	319	59	18.5	54	16.9	الثامن	الثالث	الثامن
طق طق	343	26	10.7	43	17.7	التاسع	الثاني	التاسع
فتاة اربيل	340	23	8.5	40	18.6	العاشر	الاول	العاشر

بين الجدول (2) ان الفرق التي حازت على المراكز المتقدمة الثلاثة وهي فرق ( سنحاريب - قرقوش - فروديت ) في الضرب الساق في دوري الدرجة المتقدمة للسيدات هي التي أحرزت على اعلى النسب المئوية في الضربات الساقفة الناجحة وهذا يسجل فارقا ملحوظا بينها وبين الفرق الأخرى، واحرزت الفرق المراكز ما بين المركز الرابع والسابع وهي الفرق ( اكاد - الإسكان - الأمانة - الأرمني )، واحرز فريق دريندخان على المركز الثامن في الضربات الساقفة الناجحة في الدوري وجاء فريق طق طق في المركز التاسع بينما احرز فريق فتاة أربيل المركز العاشر. مما يوضح ان الفريقين الحائزين على المركز الأول والثاني في الضربات الساقفة الفاشلة هما الحاصلان على المركز الاخيرين في الدوري وان الفريقين اللذين الحائزين على المركزين الأخيرين في الضربات الساقفة الفاشلة هم الفريقان الحائزان على المراكز الأول والثاني في الدوري. ويتضح مما سبق ان الفرق المتقدمة في دوري الدرجة الأولى للسيدات هي التي حققت اعلى نسبة مئوية في تسجيل النقاط في حين حققت الفرق الحائزة الى المراكز المتأخرة على ادنى النسب المئوية وهذا يوضح أهمية الضربات الساقفة الناجحة في تسجيل النقاط للفرق وبالتالي الحصول على مراكز متقدمة في الدوري، مما يؤكد وجود علاقة ارتباط دالة احصائيا بين ترتيب الفرق المشاركة في الدوري والنقاط التي احزتها في مهارات الضرب الساق، وترى الباحثة ان تفوق الفرق المتقدمة في الضربات الساقفة وخاصة ( فريق سنحاريب ونادي وفريق قرقوش ) يعود الى ارتفاع مستواهن الفني نتيجة التمرين المستمر ومشاركتهم في بطولة الإقليم ، و يعود ارتفاع نسبة الضربات الساقفة الناجحة لدى الفرق التي أحرزت المراكز المتقدمة في الدوري الى ضعف الارسال لدى الفرق الأخرى مما سهل عملية استقبال الارسال والاعداد الذي ساهم في تحقيق نسبة مرتفعة من الضربات الساقفة الناجحة، كم ان ارتفاع نسبة الضربات الناجحة للفرق المتقدمة نتيجة الى عدم القيام بالصد وقلة تكراره لدى الفرق الأخرى او فشله مما سهل مهمة اللاعبين الضاربات في الفرق المتقدمة واتيح لهن خيارات هجومية متعددة ساهمت في رفع نسبة الضربات الساقفة الهجومية الناجحة .

أما ما يخص ارتفاع نسبة الضربات الساحقة الفاشلة لدى الفرق التي احتلت المراكز المتأخرة في الدوري ويعود ذلك الى ضعف أداء المهارة لدى اللاعبات، فضلاً عن قوة الارسال لدى لاعبات الفرق المتقدمة أدى الى صعوبة اعداد كرات مناسبة للضربات لأداء الضرب الساحق، وهذا يتفق مع نتائج دراسة (حسين واخرون ، 2007، 231) التي أظهرت ((وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين ترتيب الفرق في الضرب الساحق وترتيب الفرق في البطولة)). واتفق هذا البحث مع دراستي ( الفتاني ، 2002 ، 34) و ( معاني ، وعبد المنعم ، 1985، 9) التي توصلتا الى ((أهمية الضرب الساحق لحسم نتائج المباريات ويعتبر الضرب الساحق هو المؤثر الأول في نتائج المباريات)).

3-4 عرض العلاقة بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الاولى بالكرة الطائرة للسيدات والنقاط التي أحرزتها في مهارة حائط الصد ومناقشتها

### الجدول ( 3 )

يبين العلاقة بين ترتيب الفرق في حائط الصد الناجح وحائط الصد الفاشل لمهارة حائط الصد وترتيبها في دوري أندية الدرجة الأولى للسيدات

الترتيب في البطولة	الترتيب في حائط الصد الفاشل	الترتيب في حائط الصد الناجح	حائط الصد الفاشل		حائط الصد الناجح		العدد الكلي حائط الصد	اسم النادي
			النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
الأول	العاشر	الأول	28.8	47	20.7	35	169	سنحارب
الثاني	التاسع	الثاني	30.2	49	19.1	31	162	قرقوش
الثالث	السادس	الرابع	41.2	56	11.8	16	136	افروديت
الرابع	الرابع	السابع	35	36	16.5	17	103	اكاد
الخامس	السابع	الثالث	47.8	55	11.3	13	115	الاسكان
السادس	الخامس	السادس	44.2	65	11.6	17	147	الامانة
السابع	الخامس	الخامس	43.5	62	9	13	144	الارمني
الثامن	الثالث	الثامن	51.4	71	7.9	11	138	دريندخان
التاسع	الثاني	التاسع	65.3	32	6	9	149	طق طق
العاشر	الاول	العاشر	20.5	30	3.4	5	146	فتاة اربيل

يبين الجدول (3) ان الفرق المتقدمة في دوري المتقدمات بالكرة الطائرة للسيدات حققت أعلى النسب المئوية في حوائط الصد الناجح في حين حققت الفرق الحاصل على المراكز المتأخرة ادنى النسب المئوية وهذا يدل على ان لحوائط الصد الناجحة أهمية في تسجيل النقاط المباشرة وبالتالي الحصول على مراكز متقدمة، مما يؤكد على وجود علاقة دالة احصائياً بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري الدرجة المتقدمة للسيدات والنقاط التي احرزتها في مهارة حائط الصد.

وكذلك يبين الجدول (3) ان الفرق الحاصلة على المراكز المتقدمة في الدوري حققت ادنى النسب المئوية في خسارة النقاط مقارنة بالفرق الحاصلة على المراكز المتأخرة التي حققت نسب عالية بفشل حائط الصد مما ساهم في زيادة عدد نقاط الفرق المنافسة ، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباط سلبية بين ترتيب الفرق وفشلها في حائط الصد مما يؤكد على وجود علاقة ارتباط دالة احصائيا بين ترتيب الفرق المشاركة في دوري الدرجة الأولى للسيدات والنقاط التي حصلت عليها من مهارة حائط الصد.

وترى الباحثة ان تفوق الفرق المتقدمة في مهارة حائط الصد النجاح يسند الى قوة الارسالات لهذه الفرق مما جعل الفرق المتأخرة في الترتيب تلقى صعوبة في استقبال الارسال والاعداد مما اضعف قدرتها في الضربة الهجومية، فضلاً عن المستوى الفني المتواضع لهذه الفرق في هذه المهارة وأداء الضرب الساحق الواضح مما ساهم في رفع نسبة نجاح أداء مهارة حائط الصد، وتتفق نتائج هذا المحور مع دراسة ( Shondel , Reynaud,2002,P242 ) (( التأكيد على قيمة حائط الصد الهجومي في احراز النقاط المباشرة من قبل الفرق المتقدمة))

**3-5 العلاقة الارتباطية بين ترتيب الفرق في دوري الدرجة الأولى للسيدات والمحاولات الناجحة في مهارات ( الارسال والضرب الساحق وحائط الصد )**

#### جدول (4)

**يبين معامل الارتباط بين ترتيب الفرق والمحاولات الناجحة في مهارات الارسال والضرب الساحق وحائط الصد**

المهارات	الارتباط
الارسال	0.80
استقبال الارسال	0.84
حائط الصد	0.95

يتبين من الجدول (4) ارتفاع في معامل الارتباط بين الفرق المشاركة في دوري المتدمات بالكرة الطائرة للسيدات والمهارات الارسال والضرب الساحق وحائط الصد وهذا يدل على أهمية النجاح في الحصول على النقاط من هذه المهارات لغرض احراز المراكز المتقدمة

**3-5 العلاقة الارتباطية بين ترتيب الفرق في دوري الدرجة الأولى للنساء والمحاولات الفاشلة في مهارات ( الارسال والضرب الساحق وحائط الصد )**

## جدول (5)

يبين معامل الارتباط بين ترتيب الفرق والمحاولات الفاشلة في مهارات الارسال والضرب الساحق وحائط الصد

الارتباط	المهارات
0.90	الارسال
0.85	استقبال الارسال
0.92	حائط الصد

يبين الجدول (5) ان كلما ارتفع نسبة الفشل في أداء المهارات (الارسال والضرب الساحق وحائط الصد) تراجع الترتيب للفرق المشاركة في الدوري مما يؤكد أهمية النجاح في أداء هذه المهارات لغرض احراز المراكز المتقدمة في الدوري

وترى الباحثة ان نسب النجاح في أداء المهارات (الارسال والضرب الساحق وحائط الصد) في الحصول على النقاط المباشرة من أداء هذه المهارات للفرق المقدمة في الترتيب كانت اعلى فيها جميعها من الفرق التي تليها في الترتيب، وكذلك كانت نسب فشلها في أداء هذه المهارات كانت اقل من الفرق التي تليها في الترتيب، وهذا يدل على ان تكامل الأداء لهذه المهارات يعد عنصرا أساسيا في الحصول على مراكز متقدمة في الدوري

### 4- الخاتمة

وتوصلت الباحثة الى وجود علاقة ارتباط إيجابية بين ترتيب الفرق المشاركة دوري المتقدّمات بالكرة الطائرة للنساء والنقاط التي حصلت عليها في مهارة الارسال ومهارة الضرب الساحق ومهارة حائط الصد، والمراكز الأربعة الأولى المتقدمة حصلت على الفرق (سنحاريب - قرقوش - افروديت - اكاد) المركزين الاخيرين كانتا من نصيب الفريقين ( طق طق - فتاة أربيل) وتوصي الباحثة بالتوصيات ضرورة التركيز في التدريب على هذه المهارات لما لها دور في كسب النقاط المباشرة، وضرورة الاستمرار بتدريب الفرق على مدار السنة حتى تحافظ اللاعبات على مستواهن المهاري والبدني ، وضرورة اعتماد عملية التقييم من قبل المدربين لفرقهم لتعرف المستوى الذي وصلت اليه فرقهم وذلك من خلال تحليل استمارات المباريات التي تخوضها فرقهم، وضرورة الاهتمام بالفرق النسوية ودعمها ماديا ومعنويا، واجراء دراسات على المهارات الدفاعية لمعرفة اثرها على نتائج الفرق وترتيبهم.

## المصادر

- السعدي، عامر جبار كاظم؛ (مهارة استقبال الارسال واثرها في النهج الهجومي بالكرة الطائرة): (رسالة ماجستير غير منشورة جامعة بغداد ، العراق 1988 )
- الفتياي عصام عبد اللطيف؛ (دراسة تحليلية للضرب الساحق وعلاقته بالنتائج في البطولة العربية الحادية عشر للرجال بالكرة الطائرة)، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان الأردن، 2002.
- الوشاحي، عصام الوشاحي؛ الكرة الطائرة مفتاح الوصول إلى المستوى العالي.: (قاهرة، دار الفكر العربي، 1994).
- حسين، عبد السلام جابر. وحلاوة، رامي. "دراسة تمايز بعض مراكز اللعب الأمامية في إحراز النقاط لدى اللاعبات المشاركات في البطولة العربية الثامنة للكرة الطائرة". المؤتمر العلمي الدولي الثاني "المستجدات العلمية في التربية البدنية والرياضية"، ٣ جامعة اليرموك، آلية التربية الرياضية ، 2007.
- علاوي، محمد. ورضوان، محمد. "القياس في التربية الرياضية وعلم النفس". ط.١ دار الفكر العربي، مصر، 1979.
- معاني، احمد كسرى. وحمدي، عبد المنعم؛ "دراسة تحليلية لمهارتي الإعداد والضرب الساحق وأثرهما على نتائج المباريات". المؤتمر الدولي "الشباب والرياضة"، جامعة حلوان، آلية التربية الرياضية، المجلد الأول والثاني. . ٢٥-١١، 1985
- *Shondel, Reynaud. "The Volleyball Coaching Bible". Human Kinetics, Inc. USA. (2002).*
- *Stephen d. Fraser. "Strategies for Competitive Volleyball". Leisure Press ,Champaign, Illinois. (1988).*
- *Shimazu, T. Izumicawa, S. Yamamoto, H. & Tanaka, M. "Match Analysis Based on Rotation Phases in International Women's Volleyball Games – 1997 World Grand Champions Cup, Cuban Team's Analysis". Japanese Society of Volleyball Research, Journal of Volleyball Sciences; 1(1). 68(1999).*
- *Laios, Yiannis. "A Comparative Study of the Effectiveness of the Greek National Men's Volleyball Team with Internationally Top-Ranked Teams". USAV. International Journal of Volleyball Research. 7(1). 4-9 (2004).*
- *Kudo K. & Kayamori. Y "The Study on the Evaluation of Attack Performance in a Volleyball Game: The Analysis of the Attack Performance on the Construction Type of Attack". Japanese Society of Volleyball Research, Journal of Volleyball Sciences; 3(1) (2001).*

## الملاحق

### ملحق (1)

#### الخبراء والمختصين

ت	اسم الخبير او المختص	التخصص الدقيق	مكان العمل
1	أ.د. بسمة نعيم محسن	تعلم حركي الكرة الطائرة	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د. محمد وليد شهاب	اختبارات وقياس الكرة الطائرة	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.د. رائد محمد مشنت	اختبارات وقياس الكرة الطائرة	جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.د. لمى سمير حمودي	تعلم حركي الكرة الطائرة	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات
5	أ.د. هدى بدوي شبيب	فلسجة تدريب الكرة الطائرة	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

### ملحق (2)

#### استمارة تحليل المباريات الدوري الممتاز لكرة الطائرة / للرجال - 2023 - 2024

رقم المباراة ..... التاريخ ..... الملعب .....

فريق (أ) ..... اسم عضو فريق العمل المساعد .....

فريق (ب) ..... اسم عضو فريق العمل المساعد .....

النتيجة النهائية للمباراة ..... نتائج الأشواط : الشوط الأول .....

..... الشوط الثاني

..... الشوط الثالث

..... الشوط الرابع

..... الشوط الخامس

مفتاح الاستمارة 1- ( + ) أداء ناجح = تسجيل نقطة

2- ( - ) أداء فاشل = الخصم يكسب نقطة

3- ( 0 ) أداء محايد = استمرار التداول

النتيجة	فريق ب				فريق أ				الشوط
	حائط الصد		الضرب الساحق		حائط الصد		الضرب الساحق		
الفائز:									الأول
النتيجة:									المجموع

الفائز:																		الثاني
النتيجة:																		المجموع
الفائز:																		الثالث
النتيجة:																		المجموع
الفائز:																		الرابع
النتيجة:																		المجموع
الفائز:																		الخامس
النتيجة:																		المجموع
نتيجة المباراة:																		المجموع النهائي

### ملحق (3)

#### استمارة تفرغ البيانات

الترتيب	النقاط		حائط الصد				الضرب الساحق				الارسال				اسم النادي	
	عليه	له	المجموع	محايد	فاشل	ناجح	المجموع	محايد	فاشل	ناجح	المجموع	محايد	فاشل	ناجح		
																سنحاريب
																قرقوش
																افروديت
																اكاد
																الاسكان
																الامانة
																الارمني
																دريندخان
																طق طق
																فتاة اربيل
																المجموع

## **Instruction of Publishing in the journal of Sports Science**

To the researchers who would like to publish their papers in the Journal of Sports Sciences they should take into account the following instructions:

So as to be able to publish their papers as soon as possible ,and to guarantee the non- delay in the publication in our journal.

1. Delivery three copies of the paper printed in(A4) size paper.
2. Acheque in (100.000) hundred thousand dinars.
3. A written confirmatory not by the researcher they has never published this paper in any other journal or derived from an M.A thesis or ph.D dissertation or website.
4. Writing the research title on the first page then there searchers' name, place of work ,the E-mail as well as the keywords of the research then abstract in Arabic.
5. Writing the abstract of research in English including the title of the research, the name of researchers and keywords.
6. The number of pages should be exceed (15) pages. If you exceed this number of page, you have to pay (2,500) IQD for each page.
7. Useing the printing program (Arab Offs 2010) only.
8. The font of titles should be (16) (simplified Arabic)
9. The font used should be (14) (simplified Arabic).
- 10.The sources must be written in the body of the research as time system ( The last name of the author : year: page number).
- 11.The sources must be written at the end of the paper presenting the title or the last name of author then the first name.
- 12.After evaluating and reviewing the paper, a modified version must be handed ( if there is any modification remarked by the scientific supervisor)  
The registered and evaluated papers must be listed publication.
- 13.The journal apologizes for those paoer which don't meet the requirements and the instructions mentioned above.

**With Thanks**

**Note: The journal is not responsible from corrections or any delay in corrections.**

**Editorship Management  
Journal of Sports Sciences**



Linguistic reviewer: Ibraheem Rahman Hameed  
 Diyala University – College Of Human Sciences  
 Be delivered and installed research notes with the director and secretary of  
 Liberation  
 Managing Editor – Dr. Sinan Abbas Ali  
 The website of the magazine [www.sportmag.uodiyala.edu.iq](http://www.sportmag.uodiyala.edu.iq)

Dr. Maher A. Aref  
***Editorship Group***

NO	Name Of Member	Specialism	Character	Workplace
1	Dr. Maher A. Aref maheraref@yahoo.com	Physiology	Manager	Diyala University College of Physical Education and Sports Sciences
2	Dr. Sinan Abbas Ali	Teaching methods	Member	Diyala University College of Physical Education and Sports Sciences
3	Dr. Saad Moneim Al-Sheikhly	The science of training	Member	Baghdad University College of Physical Education and Sports Sciences
4	Dr. Ashraf El Desouky Ahmed	Training Physiology	Member	Arab Republic of Egypt / Mansoura University
5	Dr. Amar Allah Ahmed Abu	Training	Member	Arab Republic of Egypt / Dean of the Faculty of Physical Education / Mansoura University
6	Dr. Magdy Mahmoud Wakk	Exercise physiology	Member	Arab Republic of Egypt / Tanta University
7	Dr. Abdel Hafez Al Mabrouk Ghawar	Management & Organization	Member	Libyan Arab Republic/ Al- Zaytoonah University
8	Dr. Maryam Khalifa Mareb	Sports Disability	Member	State of Kuwait/ Kuwait University/ College of Basic Education
9	Dr. Ammar Abu Al-Alam	Biomechanics	Member	The Hashemite Kingdom of Jordan/ Yarmouk University
10	Dr. Ammar Rawab	Physical Activity Techniques	Member	Tunisia/ Mohamed Khedir University of Biskra
11	Dr.Mujahid Hameed Rasheed Dr_mujahed14@yahoo.com	Motor learning	Member	Diyala University College of Physical Education and Sports Sciences
12	Dr. Mohammed Walid Shehab	Measure and Test	Member	Diyala University College of Physical Education and Sports Sciences

**Republic of Iraq**  
Ministry of Higher Education  
and Scientific Research  
**Diyala University**  
College of Physical  
Education and sport science

# **Journal of Sports Sciences**

*Refereed journal*  
*Issuance: College of Physical Education*  
*and sport science*  
*University of Diyala*

*International Phone*  
**ISSN-e: 2710-5016**  
**ISSN: 2074-6032**

*The Tina Volume 15*  
*issue- 57*

***September– 2023***