



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

مجلة علمية محكمة تصدرها عمادة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة البصرة

2024 م - 1446 هـ

مجلة (34) عدد (3)



[jsrse@uobasrah.edu.iq](mailto:jsrse@uobasrah.edu.iq)



<http://jsrse.edu.iq>



e-ISSN: 2789-6560



P-ISSN: 1818-1503



[https://t.me/Journal\\_of\\_Sport\\_Education\\_JSRE](https://t.me/Journal_of_Sport_Education_JSRE)



009647733955551



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية jsrse

## أعضاء هيئة التحرير

أ.د لمياء حسن الديوان

**رئيس التحرير**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة

العراق - البصرة

التخصص: طرائق تدريس

البريد الالكتروني: [lamyaa.hassan@uobasrah.edu.iq](mailto:lamyaa.hassan@uobasrah.edu.iq)



م.د. رياض عبد علي السعيد

**مدير التحرير**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة

العراق - البصرة

التخصص: بايوميكانيك فنون قتالية

البريد الالكتروني: [riyadh.alsaeed@uobasrah.edu.iq](mailto:riyadh.alsaeed@uobasrah.edu.iq)



أ.د. حيدر عبد الرزاق كاظم العبادي

**سكرتير التحرير**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة

العراق - البصرة

التخصص: تدريب كرة سلة

البريد الالكتروني: [haider.abdalrazzaq@uobasrah.edu.iq](mailto:haider.abdalrazzaq@uobasrah.edu.iq)



أ.د. ناهده حامد مشكور الوائلي

**محرر**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة  
العراق – البصرة

البريد الالكتروني: [nahidah.hamid@uobasrah.edu.iq](mailto:nahidah.hamid@uobasrah.edu.iq)



أ.م.د. سناء علي أحمد الراشد

**محرر**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد  
العراق – بغداد

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



أ.د. فاطمة عبد مالح مطر

**محرر**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد  
العراق – بغداد

البريد الالكتروني: [fatimaa@copew.uobaghdad.edu.iq](mailto:fatimaa@copew.uobaghdad.edu.iq)



أ.د. هاشم عدنان حلمي الكيلاني

**محرر**

الجامعة الأردنية / المملكة الأردنية الهاشمية  
المملكة الأردنية الهاشمية

البريد الالكتروني: [h.kilani@ju.edu.jo](mailto:h.kilani@ju.edu.jo)



أ.د. ناظم شاكر يوسف الوتار

**محرر**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الموصل  
العراق – الموصل

البريد الالكتروني: [nadhimalwattar@uomosul.edu.iq](mailto:nadhimalwattar@uomosul.edu.iq)



أ.د. علي بن سلام بن علي اليعربي

**محرر**

رئيس قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة  
سلطنة عمان

البريد الالكتروني: [alyarubi@squ.edu.om](mailto:alyarubi@squ.edu.om)



أ.د. محمد عاصم محمد غازي

**محرر**

كلية التربية الرياضية/ جامعة الإسكندرية  
جمهورية مصر العربية

البريد الالكتروني: [gfx20044@hotmail.com](mailto:gfx20044@hotmail.com)



أ.د. ياسر نجاح حسين العبيدي

**محرر**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد  
العراق - بغداد

البريد الالكتروني: [yasserhosin@cope.uobaghdad.edu.iq](mailto:yasserhosin@cope.uobaghdad.edu.iq)



أ.د. قصي محمد رخيص علي

**محرر**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة  
العراق - البصرة

البريد الإلكتروني: [gusa\\_alamry@yahoo.com](mailto:gusa_alamry@yahoo.com)



أ.د. حيدر ابراهيم علي

**محرر**

جامعة البصرة  
العراق - البصرة

البريد الإلكتروني: [haider.ali@uobasrah.edu.iq](mailto:haider.ali@uobasrah.edu.iq)



## المنقح اللغوي

أ.د. رباب حسين منير

**منقحًا للغة العربية**

كلية العلوم / جامعة البصرة  
العراق - البصرة

البريد الإلكتروني: [rabab.muneer@uobasrah.edu.iq](mailto:rabab.muneer@uobasrah.edu.iq)



م.م. أسامة رياض لازم

**منقحًا للغة الإنكليزية**

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة  
العراق - البصرة

البريد الإلكتروني: [O\\_ralmaliki@yahoo.com](mailto:O_ralmaliki@yahoo.com)



## أعضاء الهيئة الاستشارية

أ.د علي بن شرف الموسوي

استاذ متعاون بجامعة السلطان قابوس

سلطنة عمان

البريد الالكتروني: [asmusawi@squ.edu.om](mailto:asmusawi@squ.edu.om)



أ.د. عمرو صابر حمزة

كلية التربية الرياضية/ جامعة الاسكندرية

جمهورية مصر العربية

البريد الالكتروني: [amr297@aswu.edu.eg](mailto:amr297@aswu.edu.eg)



أ.د بسمان عبد الوهاب عبد الجبار

معهد علوم الرياضة والصحة/ جامعة إدنبرة

بريطانيا

البريد الالكتروني: [fitnesssport61@gmail.com](mailto:fitnesssport61@gmail.com)



أ.د ضرغام عبد السالم نعمه

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة

العراق - البصرة

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



## فريق العمل

الصفة	المكان	الاسم الثلاثي	ت
ميرمج الموقع	كلية التربية علوم صرفه/ جامعة البصرة	م. عبد الله جاسم ياسين	.1
الدعم الفني	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة	م.د. عواد يونس عودة	.2
الإشراف الفني	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة	م.م يوسف حسن خلف	.3
الدعم الفني	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة	م.م سارة سامي شبيب	.4
المحاسب	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة	الست الاء حسن محمد	.5

## شروط قبول النشر في المجلة

### أولاً: تعليمات عامة:

- مجلة علمية رياضية نصف سنوية غير ربحية، متخصصة بنشر البحوث العلمية الخاصة بعلوم الرياضة، لأغراض النشر العلمي، تصدرها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة.
- تعتمد المجلة سياسة التحكيم السري المزدوج والوصول الحر للبحوث دون قيد أو شرط.
- يتم استخدام الأسماء وعناوين البريد الإلكتروني والهواتف في قاعدة بيانات المجلة للأغراض العلمية فقط الخاصة بالمجلة ولن تكون متاحة للجميع أو تستعمل لغرض آخر.
- تعتمد مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية **Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)** وهي بذلك تحفظ حقوق الملكية الفكرية للباحثين الناشرين فيها، وفي الوقت نفسه تتيح للأخريين بتحميل ومشاركة وإعادة استخدام وتوزيع البحث في نطاق واسع. مزيد من التفاصيل موجودة في **اتفاقية المشاع الإبداعي الرابعة الدولية**.
- تتم إجراءات المراجعة الأولية للبحث المرسل من قبل هيئة التحرير وإجراء الاستلال الإلكتروني، ويتم اعلام الباحث بأي مشكلة خلال الأسبوع الاول من استلام البحث.
- يتم إحالة البحث للتحكيم العلمي من قبل هيئة التحرير لمحكمين أثنين معتمدين من قبل المجلة وبشكل سري.
- تتم عملية التحكيم خلال مدة (3) اسابيع وفق تعليمات المجلة **(دليل المقيم العلمي)**.
- بالاعتماد على توصية المحكمين، يتم قبول البحث كما هو أو قبوله بعد اجراء التعديلات أو رفضه، ويتم اعلام الباحث بذلك.
- بعد الانتهاء من التحكيم، يتم طلب دفع رسوم النشر البالغة (75,000) خمسة وسبعون ألف دينار، (\$50) خمسون دولار امريكي. علماً إن المجلة غير ربحية والنفقات أعلاه لتغطية أجور التحكيم والنشر والترجمة فقط.
- يكون النشر للباحثين من خارج العراق مجاني.
- كل إجراءات تحكيم البحوث تكون الكترونياً اعتماداً على نظام المجالات المفتوحة (OJS).

### ثانياً: شروط كتابة البحث:

تتبع مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية (JSRSE) طريقة (IMRAD) في كتابة البحوث وهي ترمز الى الحروف الأولى لكلمات: المقدمة (Introduction) ، الطريقة والأدوات (Materials and Methods) ، النتائج (Results) ، المناقشة (Discussion).

اما ورقة واجهة البحث يجب أن تتضمن الآتي:

#### 1) عنوان البحث: (Research Title)

يعد عنوان البحث الجزء المميز منه الذي يقرأه عدد كبير من الباحثين ويحتوي العنوان ايضاً اسم الباحث (الباحثين) وعناوينهم (طرائق التواصل معهم).

## شروط عنوان البحث:

- يحوي على عدد قليل من الكلمات كلما أمكن ذلك، وبما لا يزيد عن (16) كلمة.
- يكون واضح وسهل الفهم ولا يحتوي على المختصرات.
- يشرح محتويات البحث بدقة وبشكل محدد.
- ان لا يكون بصيغة استفهامية كما في المقالات الصحفية.
- يشير الى موضوع البحث وليس النتائج.

**2 اسم المؤلف (المؤلفون) (Authors) :**

مؤلف البحث هو الشخص او الأشخاص الذين أسهموا بشكل فعلي في تخطيط وتنفيذ البحث. ويتم تثبيت أسماء المؤلفين بتسلسل منطقي نسبة الى أهمية مشاركتهم في البحث، اذ يُعد الاسم الأول بالبحث هو كبير معدي البحث وبكلام اخر المؤلف الأول (Senior Author) ويأخذ ترقيم 1 في حين يتم ترتيب وترقيم باقي المؤلفين نسبة الى أهمية وقدر مشاركتهم في إتمام البحث . يكون طالب الدراسات العليا المؤلف الاول في اطروحة او رسالته يليه المشرف الرئيس بوصفه المؤلف الثاني وهكذا، علماً ان المجلة تعتمد تسلسل الباحثين حسب ما هو مثبت في البحث المرسل للمجلة .

يجب ادراج المعلومات الخاصة عن المؤلفين كافة للاتصال بهم بهدف التعاون او الاستيضاح او اي شأن يخص البحث ومجال الاختصاص، ويجب ملاحظة ان يكتب الاسم الثلاثي واللقب للمؤلفين مع ذكر عنوان العمل ووسيلة الاتصال (البريد الالكتروني- رقم الهاتف) وباللغتين العربية والانكليزية.

**3 مستخلص البحث (Abstract) :**

ينقل الملخص معلومات البحث القائم فعلا مع مراعاة عدم استعمال عبارات الوعود (سوف يقدم، سوف يعرض.... وغيرها)، ويكون ملخص البحث بمعدل (150-250) كلمة ويكتب في فقرة واحدة باللغتين الإنكليزية والعربية .

يبدأ الملخص بترتيب متسلسل بعرض الاهداف ثم توضيح الإجراءات المستعملة واهم النتائج المتضمنة حقائق جديدة تتعلق بتحقيق الأهداف، وأخيرا الاستنتاجات الرئيسية ومستوى دلالتها. (Sig) وتكتب افعال جمل عرض الأهداف والمقدمة ومناقشة النتائج والاستنتاجات في الزمن المضارع، في حين تكتب الإجراءات والاختبارات والنتائج في الزمن الماضي.

**يجب ان لا يحتوي ملخص البحث على الاتي:**

- الاختصارات (الاحرف المختصرة) الا إذا كانت معيارية او معروفة مسبقا مثل (Vo2Max).
- الإشارة الى الجداول او الاشكال في متن البحث والاستشهاد بالمصادر.
- أي معلومات او استنتاج غير موجود في متن البحث والجمل العامة والجمل المطولة او المعقدة او الملتوية (المراوغة).
- تجنب ذكر البيانات الكمية بشكل مفصل وكذلك المعالجات الاحصائية والمصطلحات الطويلة جدا.
- ذكر المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأعمار وأوزان وأطوال عينة البحث. مثال: (متوسط الطول) متر ( $\pm$  الانحراف المعياري).

**4) الكلمات المفتاحية (Key Words) :**

يجب ان يتضمن البحث كلمات مفتاحية (4-6) كلمات، ويجب ان تكون محددة بالدراسة ويفضل غير الكلمات الموجودة في عنوان البحث، وعلى ان تكتب في نهاية ملخص البحث بفقرة منفصلة وباللغتين الإنكليزية والعربية.

**5) المقدمة (Introduction) :**

تكون مقدمة البحث قصيرة نسبياً، تشرح أهمية الدراسة وتحديد اهدافها من خلال البحث في الادبيات ذات العلاقة من مراجع ودراسات ويكون ذلك عن طريق استعراض مختصر لهذه الدراسات والتي تكون ذات علاقة بمشكلة البحث والتي يجب ان لا تقل عن خمس دراسات حديثة ومناسبة لتعزيز البحث، ويفضل ألا تتجاوز عدد الكلمات في مقدمة البحث عن (500) كلمة، مع مراعاة تجنب العبارات الانشائية والجمل التي لا تضيف للقارئ معلومة مثل إعادة الحقائق والحالات البديهية.

**6) الطريقة والادوات (Materials and Methods) :**

ان الغرض من هذا القسم هو لعرض ما تم عمله، وكيف تم، وأين تم، وذلك بطريقة مباشرة وبسيطة فضلاً عن التعريف بكيفية جمع البيانات وعرضها وتحليلها. اذ يجب ان يوفر هذا القسم من البحث كل المعلومات الضرورية اللازمة للسماح للمؤلفين الآخرين للحكم على الدراسة والإفادة منها، ويجب مراعاة ترتيب الاجراءات الميدانية زمنياً مع توفير كافة المعلومات الضرورية فقط، وعلى وفق ذلك يتطلب ان يتضمن هذا القسم من البحث على الآتي مع أهمية تسلسل الفقرات:

**منهج البحث وتصميمه:**

- الوصف الدقيق لعينة البحث من حيث (الجنس والعمر والوزن.... وغيرها).
- تصميم التجربة مع عدد مرات اجراء الاختبار او القياس وإيجاز الإجراءات المستعملة لأخذ العينات (إجراءات الاختبارات).
- ذكر الأجهزة والادوات المستعملة مع مواصفاتها الفنية الدقيقة وعددها ومصدرها وطريقة العمل بها (الضرورية منها فقط غير شائعة الاستعمال). ويجب استعمال الأسماء العلمية للأجهزة بدلاً عن اسمائها التجارية مع ذكر أسماء الشركات المصنعة للجهاز وإية معلومات تفيد القارئ.
- وصف التعديلات إذا ما تم اجراءها على القياسات الروتينية (الاختبارات)، اما إذا ما تم استعمال اجراء جديد (اختبار جديد) فيجب ذكره وشرحه بالتفصيل.
- توضيح طريقة اجراءات البحث من تجربة واختبارات ورقية، وعملية، وشفوية او على جهاز الحاسوب.
- الطريقة الإحصائية (او/و) الرياضية المستعملة لتحليل وتلخيص البيانات.
- يحق للمجلة ان تطلب من المؤلفين تفاصيل او معلومات إضافية عن أي جزء من أجزاء البحث.

**وبشكل عام يجب ان يضع المؤلفين بعين الاعتبار الأمور الآتية عند كتابته لإجراءات البحث:**

- لا يجوز استعمال المختصرات) بأي لغة كانت (قبل تعريفها في ملخص البحث او مقدمته.
- تحديد نظام وحدات القياس الدولية المستخدم في البحث، مثل (المتر، كيلو غرام، الثانية ... الخ)
- توضيح جميع المواد المستعملة في الدراسة بحيث يمكن للقارئ استعمالها في بحوث مشابهة أخرى.
- وصف اهداف وإجراءات القياس لكل اختبار (اختبار قبلي - اختبار بعدي - اختبار احتفاظ ... وهكذا).
- وصف كل التقنيات والاختبارات المستعملة بذكر اسمها فقط إذا كانت معروفة وقياسية او ذكر التفاصيل في حالة كونها جديدة او تم اجراء تعديل عليها.

**(7) النتائج (Results) :**

يُقدم هذا القسم من البحث المعلومات الجديدة التي توصل لها الباحث، لذا يعد على أنه أساس (مركز) البحث. ويلاحظ ان مقدمة البحث والإجراءات صُممت للإجابة عن التساؤلات؛ لماذا وكيف وصل الباحث (الباحثين) لهذه النتائج والتي سيتم تفسيرها في قسم المناقشة، لذا فان قيمة البحث تكون بما يتضمنه من نتائج، ويجب ان يتم عرضها بطريقة واضحة جداً ومباشرة وباستعمال العدد الضروري من الكلمات دون اسهاب او اختصار، وعادة ما يكون عرض النتائج أسهل فهماً إذا ما تم ترتيب العرض على وفق تسلسل اهداف البحث التي تم ذكرها في مقدمة البحث.

**إرشادات حول عرض نتائج البحث:**

- أعرض نتائج البحث بشكل بسيط وواضح في جداول او اشكال وذلك لتسهيل فهمها ومقارنتها. ملاحظة ان الجداول تعرض أرقاماً دقيقة في حين ان الاشكال تظهر الاتجاهات ذات الخصائص ولا يجوز عرض ارقام الجداول نفسها في الاشكال.
- لا يجوز اعادة النتائج كتابةً بعد عرضها في الجداول أو الاشكال التوضيحية، ويمكن فقط الإشارة الى اهم ما مؤشر في الجداول او الاشكال (أي عدم استعمال العرض الكتابي للجداول).
- وثق واعرض فقط البيانات الضرورية بدلاً من الاسهاب والتكرار في عرض البيانات ولا تعرض بيانات كثيرة واختصرها بالتحليل الاحصائي ولخصها لعرضها في جداول او اشكال وذلك لتسهيل فهمها ومقارنتها.
- ضمن نتائج البحث بالنتائج السلبية (ما لم يتحقق) إن كان ذلك مفيداً لتفسير النتائج.
- عند كتابة النتائج يتم الإشارة الى الجداول أو الاشكال بأرقامها (الجدول1) (الشكل1).

**(8) المناقشة (Discussion) :**

في هذا القسم من البحث يفسر الباحث (الباحثون) مضمون النتائج ودلالاتها والاثار المترتبة عليها. وتُبين المناقشة أهمية وقيمة العمل المنجز كما انها تربط كل أجزاء البحث معا .

ان مهارة الباحث (الباحثين) في تفسير النتائج الجديدة، على وفق الحقائق المعروفة باستخدام نتائج البحث هي دليل على التغييرات المبتكرة (الابداعية) للسلوك الملاحظ، ويجب ان تدفع حدود معرفة القارئ (توسع مداركه) وتثير حماسه .

**وعلى الباحث ان يلتزم بالآتي في مناقشته للنتائج:**

- ناقش على ضوء معنوية النتائج.
- لا تكرر ما تم ذكره في الدراسات السابقة.
- تتضمن مناقشة النتائج تفسير اتفاتها او عدمه مع المعلومة او المعرفة في الدراسات المنشورة سابقاً.
- تدعيم النتائج التي توصلت اليها بأساس نظري علمي (ما هي الأسباب العلمية للنتائج المتحققة).
- اقترح بحوث مستقبلية مخطط لها او بحوث بحاجة الى متابعة (دراسة).
- لا يجوز اضافة معلومات لم يتناولها البحث، وان يتم التعامل مع النتائج الموثقة في الدراسة الحالية فقط.
- تجنب التعميم والتخمين للنتائج والتي لم تؤكدتها الدراسة.
- تكتب المناقشة بصيغة المضارع والماضي، اذ تكتب المعارف المتوافرة من الادبيات والأبحاث بصيغة المضارع، في حين تكتب مناقشة نتائج البحث الحالي بصيغة الماضي.

**9) الاستنتاجات (Conclusions) :**

الاستنتاجات ليست إعادة صياغة لنتائج البحث، انما هي مستنبطة منها. فالاستنتاجات تشير الى الخطوط العريضة للدراسات المستقبلية استناداً على نتائج الدراسة الحالية. ويمكن تخصيص فقرة مستقلة للاستنتاجات.

**10) الشكر والتقدير (Acknowledgments) :**

تسمح المجلة بتضمين كلمات الشكر والتقدير في نهاية البحث أي بعد الاستنتاجات ويخصص لشكر المؤسسات والافراد الذين قاموا بمساعدة حقيقية للباحث لأجراء بحثه اذ يُقدم الشكر للشركة، او المؤسسة التي قدمت الأموال لدعم البحث، او المختبرات التي زودت الباحث بالأدوات والأجهزة، او الى الأشخاص الذين قدموا للباحث النصيحة والمساعدة في جميع البيانات، او التحليل او أي أمر اخر مهم. كما ان هذا القسم يعد مكاناً لذكر أصل البحث وبكلام اخر اذ كان البحث مستملاً من رسالة ماجستير او أطروحة دكتوراه.

**11) المصادر (References) :**

تتضمن قائمة المصادر كل الاستشهادات المعتمدة في متن البحث فقط وبطريقة (APA) الإصدار السابع حصراً وفق نظام (Microsoft Word 2010) صعوداً أو برنامج (Mendeley) أو (EndNote) ان الاستشهادات النصية في متن البحث يجب ان تتطابق تماما مع قائمة المصادر. المصادر المستخدمة يجب ان تكون من 2010 وصعوداً.

**12) الملاحق (Appendix) :**

يمكن ادراج أي معلومات تخص البحث المهمة منها حصراً ضمن الملاحق، إذ تحتوي الملاحق على تفاصيل المنهاج التدريبي او البيانات او الجداول الكبيرة (الجداول المعيارية) أو أدوات البحث مثل الاستبيانات وبرامج الحاسوب المستعملة او الأجهزة المصنعة والتي يجب عرضها وشرحها لأهميتها والتي لا يمكن ادراجها ضمن متن البحث بسبب كبر حجمها.

**توضيح يلخص طريقة امراد (IMRAD)**

التسلسل	القسم	الغرض/الهدف
1.	العنوان	عن ماذا البحث
2.	المؤلفون(الباحثون)	أسماء وانتماءات المؤلفين
3.	الكلمات المفتاحية	الكلمات غير الموجودة في العنوان والتي توصف البحث
4.	الملخص	شرح قصير عن ذلك البحث
5.	المقدمة	لماذا هذا البحث؟ والمشكلة وما هو غير المعلوم واهداف البحث؟
6.	الأدوات والإجراءات	كيف تم اجراء البحث؟
7.	النتائج	ماذا وجدت؟
8.	المناقشة	ماذا يعني ذلك؟ وما التالي؟ وتفسير النتائج والتوجه المستقبلي
9.	الاستنتاجات	الاثار المحتملة (الممكنة)
10.	الشكر والتقدير	لمن ساعدوك وكيف؟ وما هو مصدر التمويل؟
11.	المصادر	تفاصيل عن استشهادات البحث
12.	الملاحق	المواد التكميلية

**ثالثاً: شروط استلام البحث لغرض النشر في مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية:**

- أن لا يزيد عدد الصفحات عن عشرون ولا يقل عن عشرة (10 - 20).
- أن يطبع البحث بنظام (Microsoft Word 2010) صعوداً بحجم خط (12) لمتن البحث و (14) غامق للعناوين الرئيسية وبنوع (Calibri) للغة العربية وللغة الإنكليزية بأبعاد الصفحة (11×8.5 inch) وبهامش (أعلى 0.5، أسفل 0.3، اليسار 0.5، اليمين 1). وبمسافة منفردة بين الاسطر و (1) بين الفقرات.
- أن يثبت اسم الباحثين الكامل والصحيح باللغتين العربية والإنكليزي أسفل عنوان البحث، في حين تثبت معلوماتهم (الشهادة، والقابهم العلمية ومكان عملهم ووسيلة الاتصال بهم البريد الإلكتروني ورقم الهاتف مع المفتاح الدولي) .
- ترقم صفحات البحث إلكترونياً أسفل ووسط الصفحة.
- تكون أبعاد الصور او الاشكال متناسقة وباستعمال الماسح الضوئي حصراً وبدقة عالية.
- يكتب رقم الجدول وعنوانه بشكل مختصر ووافي اعلى الجدول في حين يكتب رقم وعنوان الصورة او الشكل في الأسفل وبشكل ومختصر ووافي.
- إذا تقدم الباحث ببحث يود نشره باللغة الانكليزية عليه ان يرسله مترجماً وتفوم ادارة المجلة بمراجعته قبل ترويجه.
- تطبع الأرقام بالصيغة العربية حصراً (0 1 2 3 4)، وعند استعمال الاقواس لا يتم ترك مسافة بين الاقواس مثل: (2540)، وعدم ترك مسافة قبل علامات الترقيم مثل الفارزة، او النقطتين، او النقطة. مثال: التدريب الرياضي، التعلم الحركي، علم النفس الرياضي.
- لا يجوز استعمال برامج الترجمة الفورية او مواقع الانترنت للترجمة للغة الانكليزية مثل (google translate) وغيرها.
- استعمال المصطلحات العلمية المعروفة والمتداولة، وعلى الباحثين المتقدمين لبحثهم باللغة العربية ادراج المصطلحات العلمية باللغة الإنكليزية في متن البحث.
- الاستشهاد بالمصادر يكون وفق أسلوب (APA) الإصدار السادس حصراً وفق نظام (Microsoft Word 2010) صعوداً أو برنامج (Mendeley) أو (EndNote) .
- يجب ان تتطابق الاستشهادات النصية في متن البحث تماماً مع قائمة المصادر.
- لا يقبل الاستشهاد من المواقع الإلكتروني العامة والضعيفة.
- يقبل الاستشهاد من المواقع العلمية الرصينة بالاعتماد على البحوث المنشورة المجلات المحكمة والكتب العلمية والرسائل والاطاريح الجامعية المحلية او الدولية .
- يجب أن لا تقل الاستشهادات بالمصادر العلمية عن (25) مصدر رصين وبواقع (50%) من البحوث العلمية كحد أدنى، و (50%) كحد أعلى من الكتب العلمية.
- يجب ان تكون المصادر حديثة (اخر خمس سنوات)، مع وجود بعض الاستثناءات الضرورية.

كلمة رئيس التحرير

أ.د لمياء حسن الديوان

رئيس تحرير المجلة

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ، وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ، وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ، وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، فِي الْعَالَمِينَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ.

الباحثون الكرام يسر هياه تحرير مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية أن ترحب بكم في عددها الثالث من مجلدها الرابع والثلاثين الذي يصدر بعون الله للمرة الثالثة خلال سنة 2024

ان المجلة علمية محكمة تصدر الكترونية وورقية كان اول اصدار لها في عام 1986 وتعد مجلة رائدة في مجال البحث العلمي ، وهي من أفضل المجلات العلمية لنشر البحوث المتخصصة في مجال التربية البدنية والعلوم الساندة لها ، إذ تصدر أعداد المجلة بصورة دورية بواقع اربعة اعداد في السنة بهدف مساعدة الباحثين من مختلف دول العالم بنشر نتاجهم الفكري ومجهوداتهم البحثية التي تتمتع بالأصالة ، والحدائة واتباع قواعد الكتابة الأكاديمية السليمة والتزام أخلاقيات البحث المقبول للنشر.

و ترحب هياه تحرير المجلة بكافة الباحثين من مختلف دول العالم لنشر أعمالهم البحثية في هذه المجلة العلمية المحكمة.

## محتويات العدد

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
36-19	<u>The effect of the Montessori method using movement games in developing some sensory-motor perception abilities for kindergarten children aged (5-6) years</u>	أ.د انتصار احمد عثمان أ.د لمياء حسن محمد م.د رياض عبد علي م.م سارة سامي شبيب	1
56-37	<u>تطوير مناهج التربية الرياضية في عصر الذكاء الاصطناعي</u>	م.د عواد يونس عودة م.م سارة سامي شبيب م.د محمد عاصم غازي أ.د لمياء حسن محمد	2
65-57	<u>مستوى الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية لدى القادة الكشفيين في المدارس والمخيمات</u>	م.م عمار جبار غالي أ.د رياض نوري عباس	3
76-66	<u>تأثير تمارين الحبال المطاطية في تطوير بعض القدرات البدنية ومستوى نشاط كهربائية عضلات الساقين للاعبين كرة القدم</u>	م.د علي محمد جابر	4
91-77	<u>تصميم وتقنين اختبار لتقييم تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق وفقا لمؤشر تعويض الاستشفاء لدى للاعبين الشباب بالكرة الطائرة</u>	م.م دنيا اسعد عبود أ.د نعيمة زيدان خلف	5
104-92	<u>تأثير تمارينات خاصة بالتدريب التكراري لعضلات الأطراف العليا في تطوير القوة الانفجارية وبعض متغيرات الانطلاق الميكانيكية وانجاز رمي الرمح</u>	م.م جمانة غازي سلمان أ.د سهاد قاسم سعيد	6
116-105	<u>تأثير تمارينات بمعدل اللعب في تطوير التوافق للحركي ودقة أداء المناولة بكرة القدم للاعبين بأعمار (15-17) سنة</u>	م.د ابان عبد الكريم مزهر	7
129-117	<u>منهج تأهيلي لأصابه أوتار العضلات الانسية لمفصل المرفق باستخدام طريقة التشخيص (MMT) للاعبين التنس</u>	مهند قاسم خضير أ.د قصي صالح مال الله	8
147-130	<u>دراسة الواقع الفعلي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لترويج السياحة الترويحية في إقليم كردستان العراق</u>	أ.م.د. بارزان صابر حسين م.كانياو حسن صديق م. بيستون شكرى رمضان	9
158-148	<u>تأثير أسلوب التدريب الفسفوري في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة</u>	م.د عقيل نوري علي	10

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
169-159	<u>دراسة تحليلية للزوايا المطلقة لأجزاء الجسم لحظة الانطلاق ونسبة مساهمتها بإنجاز دفع الثقل للشباب</u>	أ.م.د محمد مجيد صلال م.م غزوان صادق بنيان	11
187-170	<u>أثر تمارينات تعليمية بأسلوب التخيل الموجه في السيطرة الانتباهية وتعلم أداء بعض المهارات الهجومية للاعبين سلاح الشيش</u>	م.د سجاد عبد الواحد م.م حامد كاظم حسن	12
200-188	<u>تأثير تمارينات على جهاز (vertimax) في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبات المنتخب الوطني</u>	م.د فرح علاء جعفر	13
213-201	<u>تأثير تمارينات خاصة باستعمال الوسائط المتعددة في تعليم اداء فعالية السباحة الحرة للطلاب</u>	م.م صفية احسان كامل	14
227-214	<u>مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم</u>	أ.م.د غيث ناصيف	15
244-228	<u>القيادة المسببة للمدرس وأثرها على الطاقة العلائقية لدى لطلاب خلال درس التربية الرياضية في المدارس الإعدادية</u>	م.م حسام دحام	16
257-245	<u>تأثير أسلوب تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة (بالزمن) في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة</u>	أ.م.د زهير سالم عبد الرزاق	17
275-258	<u>تأثير منهج تعليمي باستخدام الفيديو التعليمي التفاعلي في تعليم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة للطلاب</u>	مصطفى عدنان مصطفى أ.د محمد علي فالح أ.د قسور عبد الحميد عبد الواحد	18
290-276	<u>تأثير تمارينات باستخدام مقاومات مختلفة في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والقوة اللحظية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم</u>	م.د مصطفى مهدي عيدان	19
303-291	<u>تأثير أسلوب التكرارات المرتفعة على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب</u>	م.د عمر علي حسين	20
322-304	<u>Construction and Validation of a Cognitive Engagement Scale and Its Relationship with Ball Movement Sequence Performance in Rhythmic Gymnastics</u>	زينة خالد جاسم خليل ستار محمد	21

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
341-323	<u>حماسة مدرسي التربية الرياضية نحو التدريس وعلاقتها بالأبداع في مكان العمل ضمن المدارس التي ينتمون لها</u>	م.م لطيف غني نصيف	22
360-342	<u>The effect of corrective exercises accompanied by mechanical feedback on some kinematic indicators and learning how to perform volleyball spiking for students</u>	م.م اثرء عبد الخضر عباس م.د أمير جابر مشرف م.د ماهر جعفر امين	23
372-361	<u>أثر استخدام استراتيجيات البناتجرام في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب</u>	أ.م.د جلال عبد الزهرة كنعان أ.م.د فاطمة حسن محمد أ.د قصي محمد حسين	24
392-373	<u>تأثير تدريبات Hypoxic على بعض مؤشرات الاداء الوظيفي والبدني والمهاري لدى لاعبي كرة السلة</u>	م. عمر احمد مصلح	25
406-393	<u>تأثير تمرينات لااوكسجينية لتطوير بعض القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية للاعبين الناشئين بكرة السلة</u>	م.د زهاد فوزي ناجي	26
419-407	<u>تأثير تمرينات التحمل الخاص ببعض القدرات البدنية والمهارية والمؤشرات الوظيفية لعضلة القلب للاعبين كرة القدم الشباب</u>	م.د قمر لفته صافي م.م نصير طعمة مالك أ.د عقيل حسن فالح	27
431-420	<u>تأثير منهج تأهيلي للمبارزين المصابين بالتمزق الجزئي للرباط الدالي الوحشي وتأثيره على التوازن باستخدام الجهاز المصنع</u>	بتول ناصر ياسين أ.د سلام جابر عبدالله	28
441-432	<u>دراسة تحليلية لدور شخصية اللاعبة والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالاندية الرياضية في العراق</u>	اسراء ناظم محمد ا.د عبد الحلیم جبر نزال	29
455-442	<u>قياس فجوة تطبيق درس التربية الرياضية بين المدارس الحكومية والاهلية في محافظة نينوى</u>	م.م هبة عدنان محمود	30
467-456	<u>التكيف الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسي لدى طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة</u>	م. حيدر عباس عبد الامير	31
480-468	<u>الاعباب الصغيرة التعاونية ودورها في الحد من ظاهرة التنمر المدرسي لطلبة الاعدادية</u>	م.م احمد عبيد رشيد م.د محمد عبد القادر عبد الرحمن مهند عبد صالح	32

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
497-481	<u>تأثير التدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد</u>	أ.م.د محمد إبراهيم كنعان م.د كمال نادر الشريف	33
508-498	<u>دراسة تحليلية لنتائج مشاركات المنتخب العراقي للرجال (U20) في البطولات الاسيوية بالكرة الطائرة للفترة من 2010 لغاية 2023</u>	م. د عمر سعيد صبار أ.م.د زاهية صباح عبد السلام	34
527-509	<u>تخطيط وتنظيم إدارة التجارب العملية لاختبارات مادة البيوميكانيك من الناحية الفنية حسب وجهة نظر المختصين</u>	أ.م.د. فؤاد عبد المهدي محمود أ.د. يعرب عبد الباقي م.د. ضياء احمد عسكر	35
538-528	<u>Specific assessment exercises based on visual sensory modeling and its effect on some biomechanical indicator spiking skill on volleyball</u>	م.د رياض عبد علي حسين علي كاظم سيف شاكر كمال أ.د وائل قاسم جواد	36
553-539	<u>تأثير تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب</u>	م.م هيرش رشاد صالح	37
567-554	<u>تأثير اسلوبي الانتقال و البليومتريك في تطوير بعض مكونات القوة الخاصة والإداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز</u>	أ.م.د كاظم عيسى	38
579-568	<u>تأثير استراتيجية العصف الذهني (بطريقة التشبيه) على تعلم بعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب</u>	م. بلال حيدر مكي	39
590-580	<u>بعض القدرات البدنية والحركية وعلاقتها بدقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة للاعبين الشباب في ميسان</u>	م.م محمد فاضل عنبر	40
606-592	<u>الإدراك الحركي والذكاء وعلاقتها بأداء الدرجة الامامية والخلفية بالجمناستك</u>	أ.م.د فاطمة حسن حسون	41



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of the Montessori program using physical activity games in enhancing the sensory-motor perception abilities of kindergarten children aged 5 to 6 years

Intisar Ahmed Othman<sup>1</sup>✉  Lamyaa Hassan Mohammed<sup>2</sup>✉  Riyadh Alsaeed<sup>3</sup>✉  Sarah Sami Shabib✉   
University of Basrah / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1,2,3,4</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 25/3/2024

Accepted 16/ 5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

: road Montessori, games Movement, perception Feel kinetic kindergarten, Teaching methods



### Abstract

The research aims to propose an educational approach inspired by Montessori's method using motor games to develop sensory motor skills in children aged (5-6) years, and to identify the impact of using Montessori's method with motor games in developing some cognitive sensory motor skills for children. The experimental method was used with the matched group design. The sample represented children from the Braum Al-Amal Nursery in Basra, who were selected to take the Haywood test to measure cognitive sensory motor abilities. It was concluded that Montessori's method using motor games contributed to the development of sensory motor skills and helped in enhancing overall and partial visual perception for children. The child learned about parts of the body, distinguished between body sides, and helped in enhancing balance and spatial awareness. The method also aided in teaching the child how to determine location. It was recommended to benefit from the Montessori method in developing motor and cognitive abilities, and to introduce specific courses for preschool teachers in teaching the Montessori method. Key words: Montessori method, motor games, sensory motor perception, preschool education, teaching methods

## **1– The research Introducing**

### **1–1 Introduction and the importance of research**

Physical education has recently knocked on the doors of modern technology, as researchers race to design programs using the latest educational theories to reach the educational process to the highest level. Therefore, the great progress and development in various educational fields has naturally led to progress and development in the educational field, and as a result, it has necessitated development in Learning methods, using modern technologies and learning about Latest What science has reached in the field of education to keep the educational process abreast of progress and development.

One of the first educators who was interested in improving the learning environment was Maria Montessori, who called, through her theory, for developing the child's own abilities. She believed that the child should be given the freedom to practice his activities naturally and to choose the work he wanted to do, according to his desires, abilities, and abilities. Yulah Believing that the child is capable of discovering the world around him by possessing functional energies that he can develop by practicing fun and entertaining activities using the senses in a safe environment without fear of punishment or greed for reward. Montessori believes that the child, the maker of the future, is able to develop a healthy, harmonious and harmonious world through his efforts. Therefore, its ideas were not limited to education at a certain age, but rather its interest expanded to include humans from birth until they reach adulthood.(Lamyaa et al., 2013)

It is considered one of the most important stages in a person's life. During childhood, the child's abilities grow, his talents are revealed, and the child learns to speak, read, and write, and adapts to the society in which he finds himself.(Othman et al., 2023).The World Federation for Child Education has emphasized the importance of the years immediately preceding school or that children spend in kindergarten in its various aspects (physical, mental, social, emotional and spiritual). It has stressed the importance of education in the pre–school stage and the programs of international quality that provide appropriate experiences for children Linguistically, culturally and physically.

In building its educational philosophy, Montessori relied on the goals of education in general, as education has two goals that it seeks to achieve, mainly **the biological goal** and its importance to the growth of individuals naturally and with a **social goal** that focuses on the individual's role in dealing with environmental data and benefiting from it and achieving the biological and Social

goals must be given to educating the senses because the development of the senses generates mental works at an advanced level.

Its philosophy also encourages direct experience with little guidance from the educator, so it prepared numbers Parameters for children to be able to organize and prepare a rich environment that provides the necessary materials and tools that encourage discovery and contribute to reducing stress and increasing enjoyment and concentration for the child. (Jabbar et al., 2023) (Mohan et al., 2024)

The Montessori curriculum is characterized by many features that make it different from other curricula. It mixes between different ages to allow supportive learning through peers, the presence of specific work times that cannot be interrupted, and a supportive environment in which a complete set of Montessori learning tools is available, arranged in a specific way and appropriate for their ages and within their reach. The activities are based on the senses that will develop the child's cognitive abilities through direct experience during which the child applies situations that simulate the real world and through the previous features of the Montessori approach. It focused on the child and the senses as they form two sides of the learning triangle and the environment completes the third side, and this triangle summarizes the educational process. If her theory of learning is applied, a child will emerge with a high degree of self-confidence, respect, ability to achieve, persevere, self-reliance, focus, involvement in work, and calm without screaming from other parties, whether it is from the teacher or from the child themselves. (Khazal et al., 2024) (Khdhim & Aldewan, 2023) (Abd Ali Khdhim et al., 2023)

Hence the importance of research experimentation with teaching kindergarten children the Perceptual-kinesthetic abilities Montessori way.

### **1-2 Research issue**

The research problem lies in the following question: Does the Montessori method have an effect in developing some sensory-motor cognitive abilities in children aged (5-6) years?

### **1-3 Research objectives**

- Developing a Montessori educational curriculum using movement games to develop sensory-motor abilities for children by age(5-6) Years.
- Recognition Effect Using the Montessori method using motor games to develop some sensory-motor abilities for children aged (5-6) years.

### **1-4 Research hypotheses**

1- There are statistically significant differences between the pre- and post-test in the sensory-motor perception abilities of the two research groups, in favor of the post-test.

2- There are statistically significant differences between the post-tests in the sensory-motor perception abilities of the two research groups, in favor of the experimental group.

**1-5 areas of research**

1-5-1 Human field: Children of Baraem Al-Amal Kindergarten in Basra, aged 5-6 years, for the academic year 2022-2023 AD.

1-5-2 **The temporal domain**The period: from 11/14/2022 until 4/30/2023

1-5-3 **Spatial field**Baraem Al-Amal Kindergarten Square in Basra

**3- Research methodology and field procedures**

**3-1 Research methodology**

The Researchers used experimental approach using two equal groups (experimental group and control group)

**3-2 Research community**And I appointed him

The research population was chosen from kindergarten children aged (5-6) years, for the academic year (2022-2023), and they numbered (30) children. The research sample numbered 20 children distributed into (10) experimental group children and (10) children. A control group, i.e. a percentage (67%), and they were randomly selected. Note that The sample is homogeneous because they are from the same age group.

Sample equality was conducted in the pre-tests of sensory-motor abilities, using a test-test as shown in the table (1).

**Schedule (1)**

**It shows the results of the equality of the experimental and control groups, the arithmetic means, the standard deviations, the differences of the means, and the value calculated and significance level**

No	Variables	Control group		Experimental group		value(T) calculated	degree (Sig)	Statistical significance
		s	±A	s	±A			
1	stability the size of things	2.50	0.971	2.90	0.875	0.967	0.345	Not a sign
2	Total and partial visual perception	1.80	0.788	2.20	0.788	1.13	0.272	Not a sign
3	Identify body parts	4.20	0.918	4.90	1.100	1.54	0.140	Not a sign
4	Distinguishing between the	1.80	0.788	2.30	0.823	1.38	0.182	Not a sign

	right and left body parts							
5	set location	1.50	0.707	1.90	0.875	1.12	0.276	Not a sign
6	Balance	1.60	0.699	1.90	0.737	0.93	0.363	Not a sign

**Degree of freedom (n – 2) = 18 level of significance (0.05)**

from table (1(Values appeared)The calculated T) is higher than the significance level (0.05), which indicates that there are no differences between the two research groups, and this indicates the equality of the sample and the possibility of starting the experiment from one starting line.

**3–4 Tools, devices and means of collecting information**

- Various pictures – a small table – a small chair for the child to sit on – a chair for the examiner to sit on – a stopwatch – a pencil – a small bell – a balance platform – Arab and foreign sources.
- Personal interviews. – International information network.

**3–5 Field research procedures**

**3–5–1 Tests used in research**

**Haywood test of children's perceptual and kinesthetic abilities** (Debono Center for Teaching Thinking, 2017)

The modified (Haywood) test was chosen To measure aPerceptual, sensory, and kinesthetic abilities.

**Duration of application:**20 minutes

**Application method:**The appropriate age is 5–7 years. It is necessary to know whether the child is right–handed or left–handed before starting the tests. It is necessary to give the child a general idea about the test., weelt included (6) tests, which are:

- 1– Constancy of the size of objects
- 2– Total and partial visual perception
- 3– Identifying the parts of the body
- 4– Distinguishing between the right and left body parts
- 5– Balance
- 6– Determine the location

**First test:Constancy of the size of objects.**

**Application method:**Three cubes are placed on a large table. The distance between one cube and another is approximately 15 cm, and the distance between where the child sits and the first

cube is approximately 108 cm. After completing the first four questions and recording the children's answers, we place the cubes as in questions (5, 6) and then ask the child. About arranging cubes.

**The test has 6 marks**

questions	Class	zero
1- What is the color of the cube (we put our hand on one of the cubes)		
2- What is the color of the cube closest to you?		
3- What is the color of the farthest cube?		
4- Are all cubes equal in scale?		
5- Place the blue cube higher up, then the yellow cube below the red one		
6- Place the cubes in the following order from top to bottom, yellow - blue - red		

Second test: Macro and micro perception.

**Application method** :We show any picture For children With the test, the child was then asked about two different pictures, and we recorded the child's answer, whether it was describing the picture, mentioning the name of the picture, or both.

**\*The test has 6 marks**

Image description	zero
Image name	
Class	
1-	
2	

The third test: sensory-motor perception (identifying body parts).

Application method: We direct to for children, the following questions We record the result

\* The test has 12 scores each body part has a score

questions	Class	zero
1- Touch your nose		
2- Touch your pelvis (the seat) to the pelvis on which you are sitting		
3- Touch your wrist (each wrist a point)		
4- Touch your knee (each knee has a point)		
5- Touch your heel (on heel point)		

6- Touch your ears (each ear has a point)		
7- Touch the shoulders (each shoulder has a point)		

**Fourth test: Sensory perception – motor (distinguishing between right and left body parts).**

**Application method:** The child must know whether he is right-handed or left-handed, because the following actions are intended for a right-handed child, and unlike if he is left-handed, we ask the child for the following movements and then record the results.

**\* The test has 5 marks**

questions	Class	zero
1- Touch your left ear		
2- Touch your left knee		
3- Pick up your pencil with your right hand		
4- Is the pen on the right or on the left (place the pen on the right)		
5- Touch the left part of your pelvis with your right hand		

**the testFifth: PerceptionAuditory (locating).**

**Application method:** At the start of the test YMus the teacher the bell Provided he sees it Kids then He hides it Behind the backhoe we put the bell in the hands without the child knowing where it is, then place the hands under the table in front of the child and shake the bell, then Ask The child asks about the location of the bell. Is the bell on the right or left hand? Repeat the exercise 5 times and then record your answer Child.

**\* The test has 5 marks**

questions	Class	zero
1-		
2-		
3-		

**Sixth test: Sensory–kinetic perception (moving balance).**

**Application method:** We use a Swedish bench length (4.16) m and width (10) Its height is (12) cm. We ask the child to walk on the platform and record the number of steps the child takes on it Mastaba.

**Test from (2 degrees)**

**3- 6 The two exploratory experiments:**to getReward for reliable resultsYanaTwo exploratory experiments on (5) children.

**3-6-1 The first exploratory experiment:**I ranExperienceOn (5 children) from the research community and outside the original sample, during the period from Monday, 11/21/2022, and the test was repeated on Monday, 11/28/2022.

**3-6-2 The second exploratory experiment:**It was conducted to determine the suitability of the educational units for the research sample

**3-7 Scientific foundations of tests**

**3-7-1Scientific foundations of tests**

To verify the validity and reliability of the testsWe roseWith what follows:

**1- Validity of the test:**To ensure the validity of the tests, use...NaSelf-honesty.

**2- Test stability:**AndThe reliability coefficient of the test was calculated using the test and repeat method. After completing the exploratory experiment, the test was repeated seven days later, on the same sample consisting of (5) Children, and useNaSimple correlation coefficient (Pearson) to see if there is a correlation between the tests, as the results showed a high correlation coefficient, as shown in Table (2).

**Table (2)**

**It shows the coefficient of validity, reliability and objectivity of research tests**

questions	Class	zero	questions	Class	zero
zero	<b>Size stability</b>	0.93	0.91	100%	statistical significance
zero	<b>Total and partial visual perception</b>	0.90	0.85	100%	statistical significance
zero	<b>Identify body parts</b>	0.91	0.88	100%	statistical significance
zero	<b>Distinguishing between the right and left body parts</b>	0.95	0.93	100%	statistical significance
zero	<b>Balance</b>	0.92	0.90	100%	statistical significance
zero	<b>set location</b>	0.91	0.86	100%	statistical significance

zero	<b>Total marks</b>	0.95	0.93	100	statistical significance
------	--------------------	------	------	-----	--------------------------

**3-8 Pretests:** has been done Pre-measurement on the research sample on Thursday 12/1/2022. Of Tests are under investigation.

**3-9 Prepare steps The Montessori method curriculum and its implementation mechanism**

Buds of Hope Kindergarten was chosen due to the approval of the kindergarten administration to aid in the implementation of tests and ease of access by the researchers. The control and experimental groups were randomly assigned. The reason for choosing the kindergarten children is due to the fact that the child in this The basic and foundational stage in Tamkeen HO of knowledge and skills to discover knowledge of all kinds and employ it in life contexts, as it is considered the most important age stage in child development. And the numbers were done The Montessori educational curriculum using motor games to develop the perceptual and sensory-motor abilities of kindergarten children. The time period was five weeks from 12/4/2022 to 1/8/2023 to implement the program at a rate of (4) educational units per week, as the program included (20) educational units. . The time of each educational unit is (30) minutes, starting from half past nine to ten o'clock (according to the schedule set in the kindergarten). And Each educational unit consists of three sections. The preparatory section, which is (5) minutes long, the main section, which is (20) minutes long, includes the educational activity, which is (10) minutes long, the applied activity, which is (10) minutes long, and the final section, which is (5) minutes long. The curriculum included a group of movement games <sup>(1)</sup> where start parameter By taking The children's opinion of the game, that is, the game is chosen by the children after the teacher explains how to play. The researcher took into account the choice of motor games because they are popular with children and are characterized by diversity and change to help children develop cognitive abilities.

**3-10 posttests:** The post-test was conducted on the research sample on Monday, January 9, 2023, where the results of the tests under research were applied and recorded in the same manner as the pre-tests.

**3-11 Statistical methods:** The statistical bag was used spss v24 in statistical processors.

**4- Presenting, analyzing and discussing the results of the research tests**

---

- Appendix (1)<sup>1</sup>

**4-1 Presenting and analyzing the results of the pre- and post-tests for the two research groups (control and experimental).**

**Table (3)**

Shows the arithmetic meanThe standard deviations of the differences between the pre- and post-tests, the arithmetic means, the standard deviations of the differences, and the values of (T) calculated and statistical significance of the control group variables

No	Variables	Pretest		Posttest		value(T) calculated	degree (Sig)	Statistical significance
		s	$\pm A$	s	$\pm A$			
1	Constancy of the size of objects	2.50	0.971	3.10	1.100	3.674	0.005	positive
2	Total and partial visual perception	1.80	0.788	2.70	0.823	9	0.000	positive
3	Identify body parts	4.20	0.918	5.60	1.074	8.573	0.000	positive
4	Distinguishing between the right and left body parts	1.80	0.788	3.20	0.918	8.577	0.000	positive
5	set location	1.50	0.707	2.60	0.516	6.12	0.000	Positive
6	Balance	1.60	0.699	2.80	0.917	9	0.000	Positive

**Degree of freedom (n – 1) = 9 level of significance (0.05)**

**Table (4)**

**It shows the arithmetic means and standard deviations of the differences between the pre- and post-tests, the arithmetic means and the standard deviations of the differences, and the values of (T) calculated and statistical significance of the experimental group variables.**

No	Variables	Pretest		Posttest		value(T) calculated	degree (Sig)	Statistical significance
		s	$\pm A$	s	$\pm A$			
1	Constancy of the size of objects	2.90	0.875	4.70	0.823	13.500	0.000	positive
2	Total and partial visual perception	2.20	0.788	4.10	1.197	8.13	0.000	Positive

3	Identify body parts	4.90	1.100	8.40	2.065	10.24	0.000	Positive
4	Distinguishing between the right and left body parts	2.30	0.823	4.40	0.516	11.69	0.000	Positive
5	set location	1.90	0.875	4	0.666	11.75	0.000	Positive
6	Balance	1.90	0.737	4.20	0.816	21	0.000	Positive

**Degree of freedom (n – 1) = 9 level of significance (0.05)**

**4-1-2 Presentation of the results of the post-tests for the two research groups (Control and experimental), analyzed and discussed**

**Table (5)**

**It shows the arithmetic means, standard deviations, and values of (T) The calculated and statistical significance of the results of the post-tests of the investigated variables for the control and experimental groups**

No	Variables	Pretest		Posttest		value(T) calculated	degree (Sig)	Statistical significance
		s	$\pm A$	s	$\pm A$			
1	Constancy of the size of objects	3.10	1.100	4.70	0.823	13.68	0.002	positive
2	Total and partial visual perception	2.70	0.823	4.10	1.197	3.04	0.007	Positive
3	Identify body parts	5.60	1.074	8.40	2.065	3.80	0.001	Positive
4	Distinguishing between the right and left body parts	3.20	0.918	4.40	0.516	3.60	0.002	Positive
5	set location	2.60	0.516	4	0.666	5.60	0.000	Positive
6	Balance	2.80	0.917	4.20	0.816	3.08	0.006	Positive

**Degree of freedom (n – 2) = 18 level of significance (0.05)**

**4-2 Discussion of the results**

The researchers attribute the reason for the superiority of the experimental group over the control group in the post-tests is that it used the Montessori method, which made the children more effective and active in the lesson because this method respects the child's ability and potential and accepts the differences and disparities between children. It also encourages the child to take responsibility, become self-reliant, and raise the child's morale (LAMYAA et al., 2020) (Ameer et al., 2021)

The Montessori method is a set of effective methods for teaching, which the teacher can employ within the classroom environment in the form of independent learning, that is, providing the child with the opportunity to choose the activity that appeals to him and attracts him; Then you leave him to discover his mistakes on his own. (Lisa, 2010) (Oudah et al., 2022)

The Montessori method methodology relies on providing children with a number of sensory experiences through the use of motor activities appropriate for them, the games that were used also had an effective and direct effect in developing perceptual and sensory-motor abilities, and this was demonstrated by the results of the post-tests, with the superiority of the experimental group over the control group. Perceptual and kinesthetic abilities are characteristics acquired from the environment, and training and practice are the basis for them, and they develop according to the individual's physical, sensory, and cognitive ability.

Also, the researchers' reason for the superiority of the experimental group over the control group is that the experimental group used small games that develop the perceptual and sensory-motor abilities of children because the role of play is clearly important in childhood, and it is an important key and helps the child to discover his hidden abilities. (Ghazi et al., 2024) (Kadhim et al., 2024)

Through play, the child's mental awareness develops. It also contributes a vital role to the formation of the child's personality with all its dimensions and characteristics. It is one of the main vocabularies in the world of childhood and one of the tools for learning and gaining experience. Therefore, from the perspective of psychologists and educationists, the child's play is considered an extremely important card in the childhood file. Some scholars confirm that play Childhood is an important educational medium that works to prepare the child for this crucial stage in human development. (Al-Diwan et al., 2007) (Aldewan et al., 2006) (Rasoul et al., 2024)

**5-1 Conclusions:** After getting Results from the Tests and conduct statistical the following conclusions:

- 1– The Montessori method using motor games contributed to developing the sensory–motor abilities of kindergarten children.
- 2– The Montessori method, using motor games, enabled children to develop children’s total and partial visual perception.
- 3– The Montessori method using motor games contributed to the child’s recognition of body parts.
- 4– The Montessori method, using motor games, contributed to the child’s recognition of distinguishing between two sides of the body
- 5– The Montessori method, using motor games, helped develop balance and knowledge of determining location.
- 6–The Montessori method using motor games contributed to the child’s knowledge of how to locate a place.

**5–2 Recommendations:**In light of the results and conclusions reached by the researcher, she recommends the following:

- 1– The necessity of benefiting from the Montessori method in developing the various motor, cognitive and creative abilities of children.
- 2– Conduct a study similar to the current study on other topics.
- 3– Kindergarten teachers introduce special courses in teaching the Montessori curriculum.

#### **Thanks and appreciation**

We register our thanks to the research sample, which is kindergarten children

#### **Conflict of interest**

The authors declare that there are no conflicts of interest

Intisar Ahmed Othman <https://orcid.org/0000-0003-4044-7475>

## References

- Abd Ali Khdhim, M., Hussein Abdulrasool, T., & Hasan Aldewan, L. (2023). The Effect of Using Wheatley's Strategy in Learning the Technical Performance of the Javelin Throwing Event for Students Journal of Studies and Researches of Sport Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.395>
- Aldewan, L. H., Saleh, Z., & Ashour, A. R. (2006). The effect of using a small playground in developing some basic soccer skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19.
- Al-Diwan, L. H., Ghazi, M., & Qader, A. A. (2007). Evaluating practical education for fourth-year students in the College of Physical Education University of Basra from the students' point of view. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 20.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 3(32), 9.
- Debono Center for Teaching Thinking. (2017). *a measure of perceptual and sensory-motor abilities for kindergarten children* (1st edition, pp. 12–13).
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Jabbar, H. K., Hassan, L. M., & Ali, M. M. (2023). Mind mapping strategy and its impact on learning some basic tennis skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.453>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self-scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.488>
- Khdhim, M. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2023). The effectiveness of teaching according to the V-shaped strategy in emotional intelligence and the accuracy of the skills performing of defending the court and crushing hitting with volleyball for students. *College Of Basic Education Research Journal*, 19(2.1), 527–542. 10.33899/BERJ.2023.180023
- Lamyaa, H. A.-D., Rawaa, A. A. A. , & Antisar, A. O. (2013). The Impact of some Small Games in the Development of some Basic Motor Skills of Preschool Children. *Journal of Studies and Researches of Sport Education* ,/(37), 65–84. <https://www.iasj.net/iasj/article/94561>

- LAMYAA, H. M. A.-D., Mustafa, A. R. K., & Yassin, H. A. (2020). The Effect of Constructive Learning Model in Teaching the Constructive Learning of Freestyle Swimming for First Grade Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 63. <https://www.iasj.net/iasj/article/205247>
- Lisa, F. D. L. (2010). *Maria Montessori in the Arab House* (p. 56). Dar Al-Hilm Library.
- Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al-Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 34(1), 17–27. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.469>
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children’s creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Oudah, A. Y., Diwan, L. H., & Shehab, S. G. (2022). The Effect Of The Interactive Blended Learning Strategy In Learning The Skill Of Crushing Hitting In Volleyball For Students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6).
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, 19(2), 160–176. DOI: <https://doi.org/10.31185/wjoss.464>

## **Appendix 1**

### **A model of motor games that represents the basis of the Montessori method**

**1–Flying game:**The children spread out on the playground, facing the teacher who is leading the game. The teacher begins by calling out the name of an animal that flies, and the children imitate the flying movement. The teacher continues by mentioning the names of birds such as the pigeon flies, the eagle flies, the bulbul flies...etc. Meanwhile, the teacher mentions a flightless animal, such as a flightless horse, and the children stop moving, taking care to diversify the names of animals and birds so that the teacher maintains the liveliness of the game.

**2– Musical hoops game:**The hoops are spread out in the hall, and each child stands in the middle of the hoop. When the music is heard, the children must walk around all the hoops, and when it stops, they must enter the nearest hoop and stand inside it. Basic skills are used every time the music starts, such as sometimes jumping, sometimes walking, and sometimes running.

**3– Fishing game :**Two opposite lines are drawn to represent the river and a group of fish is placed between them. The children stand on a line 5 meters away from the river and a basket is placed in front of each child to collect the fish. When the whistle is heard, each child runs to the river carrying the rod in his hand to catch the fish by inserting the rod into his head. The fish then runs back to put the fish in the basket.

**4– Musical chairs:**(6) children stand in a circle around (5) chairs and revolve around them with the music. When the music stops, they sit down. The child who cannot find a chair is out of the game, and the winner of the competition is the last child in the game.

**5– Ball transfer race**AndThe children are divided into two groups at the starting line, and in front of each locomotive is a basket of balls. The first of all runs to take the ball from the basket and run and transfer it to the other basket located on the finish line. The locomotive that finishes first is the winner.

**6– GameNumbers :**The children stand in a spread position, and when the whistle is heard, the teacher raises his hand and clarifies the number, for example (5). All five children gather together, and the remaining children leave the game, and so on.

**7– The Postman game:**Each child imagines that he is a postman transporting letters to and from homes. Each child holds a ball in his hand, which represents the message, and begins running between the boxes that represent the postman passing on a winding road. Then the child stands and throws the ball to his colleague, who catches it and throws it again to the child, the postman. Here it represents the arrival of the first letter. Then the postman continues jogging

until he reaches hoops distributed on the ground, into which the child jumps. These represent many cities that he crosses. He continues jogging until he reaches another child and delivers and receives the message (the ball). The postman continues jogging and faces a crossing that the child crosses. Then the child returns to the same starting place.

**8– Touch circle:**The child stands in a circle except for one person standing outside it. The player outside the circle identifies one person to touch and when the signal comes, he runs after him until he reaches his position.

**9– Standing and sitting:**The children stand in a row, and when they hear the word standing, they stand, and when they hear sitting, they sit until one person remains the winner.

**10– Bunny jumping race:**Sitting, with the knees close together and the arms outside the legs, the hands are placed on the ground. Jumping forward by moving the hands in front, then bringing the feet closer to the hands. The performance is repeated for a specific distance.

**11– Kangaroo jump race:**Sit down with the arms squared. Jump forward with the knees bent and repeat for a specified distance

**12– Air balloon:**The children are divided into equal sections, standing in locomotives, and the first child from each section is given a balloon at the signal. The first child from each locomotive blows the balloon high in the air and continues the blow until the turning line, then returns a second time to his locomotive in the same way and touches the second child and repeats the end of the locomotive.

**13– Imitating voices:**One of the children blindfolds himself inside a circle, and the colleague must imitate a certain sound, and the blindfolded child must blindfold the contestant through his voice, and if he recognizes him, the place is changed.

**14– The best balance:**The children spread out freely on the playground, and when the teacher gives the signal, the children stand on one foot and count to ten, and the teacher encourages the student with the best balance.

**15– Protecting the fort:**The children stand in a circle, and a scepter (the fort) is placed in the center of the circle. One of the children is chosen to protect the fort. Then the children shoot at the fort with the ball, while the guard pushes it away by removing the ball. If a student succeeds in hitting the fort, he exchanges places with the guard, and so on.

**16– Sun and wax:**The children are divided into two equal groups, two meters apart, one of which is Shams and the other is Shama. The teacher calls Shams or Shama with a long

pronunciation of the letter S. The team that hears his name runs backwards and the other team tries to run behind it and touch as many of it as possible.

**17– Collecting the crop:**The children literally spread out on the court, and the teacher throws tennis balls on the court and asks the student to collect these balls. Whoever collects the largest number of balls is considered an honorable mention.

**18– Partridge race:**The children stand in two trains at the starting line, and at the signal, the first child jumps to the end of the field, turns around, and returns. The train that finishes the race first wins.

**19– Under the rope race:**The children are divided into four trains with a stick in each train, and the first player from each train runs, crawling under the rope and running to the winning line.

**20– Race to get the treasure:**The children stand in two equal rows, facing each other. The distance between them is appropriate. The row is numbered in the opposite direction. The ball (the ball) is placed in the middle of the distance between the two rows. When the teacher calls out one of the numbers, the child carrying the number runs from each row, trying to take the ball before his colleague with his leg and return it to his row. The winner is awarded a point. .

**21– Ball rolling race:**The class is divided into four trains, with each train carrying a ball. The start and finish lines are determined, and when the whistle is heard, the first student from each train begins to roll the ball to the finish line and returns it to his next colleague, and so on until the group members finish, and the one who finishes first becomes the winner.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## Developing physical education curricula in the age of artificial intelligence

Awad Younis Odeh<sup>1</sup>  Sarah Sami Shabib<sup>2</sup>  Muhammad Asim Ghazi<sup>3</sup>  Lamyaa Hassan<sup>4</sup> 

University of Basra / College of Education and Sports Sciences<sup>1,2,4</sup>

Future University / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>3</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 27/4/2024

Accepted 27/5 /2024

Available online 15, July,2024

#### Keywords:

Curriculum development, the era of artificial intelligence, teaching methods

### Abstract

The study aims to: develop physical education curricula in the age of “artificial intelligence,” improve the learning process, and enhance students’ athletic performance. Analyzing individual performance through the use of advanced technology and artificial intelligence. The study methodology was: The researchers used the descriptive survey method in order to suit the nature of the study. The study was designed by collecting data through questionnaires. The methods of collecting data were through interviews and questionnaires were distributed to specialists in developing Curricula and methods of teaching physical education for most of the physical education teachers and in the Department of Curricula and Methods of Teaching Physical Education and in Arab and foreign countries, their number (80), and communication was made through academic communication sites ((Research Gate - Academe Gate - Google Scholar - Scispace ai), and the conclusions were that there were significant differences Statistical significance between the means in favor of the experimental group. The effect size values were high, indicating a significant positive impact of the smart system in improving the scientific and methodological nature of physical education, which indicates the effectiveness of using smart teaching systems in teaching physical education. The recommendations were: adopting smart teaching systems and multimedia In teaching physical education courses due to their effectiveness. Developing training programs to develop the curriculum design skills of teachers and curriculum designers in physical education colleges.





# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## تطوير مناهج التربية الرياضية في عصر الذكاء الاصطناعي

عواد يونس عودة<sup>1</sup>   سارة سامي شبيب<sup>2</sup>   محمد عاصم غازي<sup>3</sup>   لمياء حسن محمد<sup>4</sup>    
جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1,2</sup> جامعة المستقبل/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>3</sup>

### المخلص

تهدف الدراسة: تطوير مناهج التربية الرياضية في عصر "الذكاء الاصطناعي" وتحسين عملية التعلم وتعزيز الأداء الرياضي للطلاب. تحليل الأداء الفردي من خلال استخدام التكنولوجيا المتقدمة والذكاء الاصطناعي حيث كان منهج الدراسة: استعمل الباحثون المنهج الوصفي المسحي وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة و تم تصميم الدراسة عن طريق جمع البيانات عن طريق الاستبيانات اما طرق جمع البيانات تم عن طريق المقابلة و توزع الاستبيانات للمتخصصين في تطوير المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية لمعظم اساتذة التربية الرياضية و بقسم المناهج وطرق تدريس التربية البدنية و بدول عربية واجنبية و عددهم (80) وتم التواصل عن طريق مواقع التواصل الاكاديمي (( Research Gate – Academe Gate– google scholar– scispace ai وكانت الاستنتاجات وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطين لصالح المجموعة التجريبية. كانت قيم حجم التأثير مرتفعة مما يدل على أثر إيجابي كبير للنظام الذكي في تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية. مما يشير إلى فاعلية استخدام أنظمة تدريس ذكية في تدريس التربية البدنية وكانت التوصيات: تبني أنظمة التدريس الذكية والوسائط المتعددة في تدريس مقررات التربية البدنية نظرا لفاعليتها.، تطوير برامج تدريبية لتنمية مهارات تصميم المناهج لدى مدرسي ومصممي المناهج في كليات التربية الرياضية.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:  
الاستلام: 2024/4/27  
القبول: 2024 / 5 / 27  
التوفر على الانترنت: 15, يوليو 2024

### الكلمات المفتاحية:

تطوير مناهج ،عصر الذكاء الاصطناعي ،  
طرائق تدريس

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن تطوير مناهج التربية البدنية في عصر الذكاء الاصطناعي هو نتيجة للإصلاح المستمر في التعليم. يهدف دمج تكنولوجيا الذكاء الاصطناعي في التربية البدنية إلى تحسين كفاءة أقسام الإدارة وتعزيز بناء الجامعات الرقمية والمعلوماتية والذكية (Li, 2021) (Wen, 2020). يمكن تطبيق الذكاء الاصطناعي في جوانب مختلفة من التربية البدنية، بما في ذلك الروبوتات التعليمية ومشاهد الواقع الافتراضي ومحتوى التعليم، مما يؤدي إلى نهج أكثر تخصيصًا وابتكارًا في صناعة المناهج الدراسية (Ghazi, 2023) و يحقق تطبيق الذكاء الاصطناعي في التربية البدنية فوائد مثل التشخيص الدقيق ومراقبة العمليات والخدمات الشخصية واتخاذ القرارات الذكية (Lee & Lee, 2021)

من خلال الجمع بين الذكاء الاصطناعي والتدريب البدني والتدريس في الكليات والجامعات، يمكن تطوير نظام تعليمي لتعزيز جودة وكفاءة التدريس والتدريب فإن إدخال الذكاء الاصطناعي في مناهج التربية البدنية لديه القدرة على إحداث ثورة في هذا المجال وتحسين تجربة التعلم للطلاب. ان الإصلاح المتعمق المستمر للتعليم المحلي، يتغير النموذج التعليمي للتربية البدنية في المدرسة الثانوية. لا يمكن لنظام تدريس مناهج التربية البدنية المعتمد على تقنية الذكاء الاصطناعي تحسين كفاءة العمل في أقسام الإدارة فحسب، بل يمكنه أيضًا تعزيز بناء الحرم الجامعي الرقمي والمعلوماتي والذكي. الغرض الرئيسي من هذه الدراسة هو تحليل الخصائص الأساسية للذكاء الاصطناعي وأهميته وأثر إصلاح التدريس. وتناقش الفكرة الجديدة للذكاء الاصطناعي في عناصر الأنشطة التعليمية باستخدام أسلوب المقابلة وأسلوب تحليل الحالة، مما يبين الطريق. تطبيق تدريس الذكاء الاصطناعي ويعزز التطوير الذكي للتعليم والتدريس. استنادًا إلى الجامعات وتكنولوجيا الذكاء الاصطناعي كاتجاه بحثي.

أن حاجة الجامعات للتكيف مع تحديات مجتمع المعلومات من خلال دمج التتسيقات القائمة على الذكاء الاصطناعي لتحسين التعليم على جميع المستويات وتوفير تجارب تعليمية مخصصة للطلاب و يؤكد على أهمية تخطيط وتصميم وتنفيذ المهارات الرقمية واللغة الرقمية العالمية التي تدعمها برامج الذكاء الاصطناعي لتدريب المهنيين الذين يمكنهم فهم البيئة التكنولوجية وتطويره وأن تسليط الضوء على الانتشار المتزايد لتقنيات الذكاء الاصطناعي (AI) في مختلف جوانب المجتمع، بما في ذلك التعليم ويشير إلى التطور السريع للذكاء الاصطناعي وتأثيره على مجالات مختلفة مثل روبوتات الدردشة والبيانات الضخمة والمدن الذكية لكي يسمح استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي، وخاصة الشبكات العصبية، بالحصول على كميات كبيرة من المعلومات في فترة زمنية قصيرة، وهو أمر ذو صلة بنظام التعليم، أصبح دمج الرقمنة وتكنولوجيا المعلومات والاتصالات (ICT)، بما في ذلك تقنيات الذكاء الاصطناعي، مهمًا بشكل متزايد في الجامعات، مما يؤدي إلى تطوير برامج جامعية وطنية للتعليم الافتراضي، لم تعد هذه البرامج مجرد خوادم إضافية لمؤسسات محددة ولكنها مكونات مهمة لتطوير المحتوى وإدارة الجامعة وعملية التعلم نفسها يتيح الجمع بين تقنيات الرقمنة وتكنولوجيا المعلومات والاتصالات والذكاء الاصطناعي للجامعات، والذي قد يختلف بين البلدان، ولقد تمت دراسة تطوير مناهج التربية البدنية في عصر الذكاء الاصطناعي من قبل العديد من الباحثون. ان تأثير الذكاء الاصطناعي على إصلاح التدريس واقتراح إدخال الذكاء الاصطناعي في تعليم مناهج التربية البدنية، وتحقيق التدريس المستهدف الفردي استكشف استخدام تقنية الذكاء الاصطناعي في أنظمة إدارة التربية البدنية المدرسية، بما في ذلك الخوارزميات الذكية لتقييم أداء الطلاب والمدرسين (Tang & Jiang, 2022) تطبيق الذكاء الاصطناعي في مختلف جوانب التربية البدنية، مثل الروبوتات التعليمية ومشاهد الواقع الافتراضي ومحتوى التعليم. [3]ركز وانغ على إدخال الذكاء الاصطناعي

في التربية البدنية بالكلية، باستخدام طبقة الوكيل وطبقة خدمة البيانات لتحقيق التدريس الشخصي وتحسين الأداء الرياضي للطلاب تقدم هذه الدراسات رؤى قيمة حول دمج الذكاء الاصطناعي في مناهج التربية البدنية.

#### مشكلة الدراسة :

نظراً لما يطرأ على التغيرات العصرية من تطوير في المستوي التكنولوجي و التحولات الرقمية و العصرية من بروز تقنيات الذكاء الاصطناعي في جميع المجالات المختلفة و بصفة خاصة في العملية التعليمية لتطوير مناهج التربية الرياضية ويسعي الباحثون الي نظرة التطوير من خلال التغيرات المنهجية لتلك المساق من خلال تطوير من اساليب التدريس و تغير المنهجية واساليب التقييم ، و اساليب التقديم للمحتوي ،واساليب تحديد الاهداف لتلك المحتوي ، و اساليب تقديم التغذية الراجعة لتقويم و تقييم المحتوي لتلك المناهج ،وهذا لا ياتي من فراغ ونتيجة الاطلاع علي الدراسات المرجعية (Muhammad, 2023) (Barrera (Zhang, 2023) (Zhu et al., 2021) (Sheng, 2022a) (Kirchgasler, 2023) (Jia, 2022) (Robles & Hinojosa Torres, 2017) (Cupido & Norodien-Fataar, 2018) و المقابلات الشخصية ،و ما يتمتع به الباحثون من كثير من المؤلفات في مجال تقنيات الذكاء الاصطناعي ،وفي مجال تدريس مناهج وتدريس التدريس سعي الباحثون الي رؤية تطوير مناهج التربية الرياضية في عصر الذكاء الاصطناعي .

#### أهمية الدراسة :

- تحسين جودة التعلم وتعزيز التفاعل والمشاركة في العملية التعليمية.
  - تحقيق تعلم مخصص وفعال في مجال التربية الرياضية.
  - تعزيز التعلم الذاتي وتمكين الطلاب من اكتشاف وتطوير مهاراتهم الرياضية بشكل أفضل.
- أهداف الدراسة : الهدف من تطوير مناهج التربية الرياضية في عصر "الذكاء الاصطناعي" هو تحسين عملية التعلم وتعزيز الأداء الرياضي للطلاب. تحليل الأداء الفردي من خلال استخدام التكنولوجيا المتقدمة والذكاء الاصطناعي:

#### مصطلحات الدراسة :

**تطوير مناهج التربية الرياضية:** يشير إلى عملية تحسين وتطوير المناهج والمحتوى التعليمي المستخدم في تعليم وتعلم المهارات يهدف إلى تحقيق أهداف التعليم الرياضي وتلبية احتياجات الطلاب بشكل أفضل (Castelli & Chen, 2018).

**عصر الذكاء الاصطناعي:** يشير عصر الذكاء الاصطناعي إلى استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في مختلف المجالات مثل العملية التعليمية والهدف منها القدرة على احداث التغير والتحسين والتطوير في العملية التعليمية (Capurro, 2020).

**تساؤلات الدراسة :** 1- ماهو تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية، بهدف تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية؟

- 2- ما هو تصميم محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة وبيئة تعلم مناهج التربية البدنية؟
  - 3- ماهي التجربة مرجعية لتعزيز مستوى الإدارة الأكاديمية في المدارس وتحسين فعالية مناهج التربية البدنية؟
- منهج الدراسة :** استخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة .
- وتصميم الدراسة عن طريق جمع البيانات عن طريق الاستبيانات بطريقة تسمح بجمع البيانات المناسبة لاختبار الفرضية. تم تطبيق الدراسة في الفترة من 2022/1/1م الي 2023/8/27 م .

**طرق جمع البيانات:** عن طريق المقابلة وتوزيع الاستبيانات للمتخصصين في تطوير المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية لمعظم اساتذة التربية الرياضية ويقسم المناهج وطرق تدريس التربية البدنية وبدول عربية، اجنبية وعددهم (80) من خبراء المناهج

وطرق تدريس التربية الرياضية وتم التواصل عن طريق مواقع التواصل الأكاديمي (Research Gate – Academe Gate – google scholar – scispace ai)

### جدول (1)

تحديد الأهداف الرئيسية للدراسة والأسئلة التي تحتاج إلى الإجابة من خلال الاستبانة

معامل الارتباط	معامل الفاكرونبيخ	معامل الصدق	لا	نعم	السؤال
	*%95	%85	%10	%90	ما هو تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية، بهدف تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية؟
%99		%80	%2	%98	ما هو تصميم محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة قوبية تعلم مناهج التربية البدنية؟
		%88	%3	%97	ما هي التجربة المرجعية لتعزيز مستوى الإدارة الأكاديمية في المدارس وتحسين فعالية مناهج التربية البدنية

من خلال الجدول (1) تم طرح تلك الأسئلة على خبراء المناهج وطرق التدريس لبدء الرأي المنهجي في صالحية الأسئلة ام لا وجاءت النتائج في العديد من الخبراء و النتائج تدل على اتفاق عالٍ في السؤال الثاني، اما السؤال الثالث فالنتائج تدل على اتفاق عالي في السؤال الثالث بشكل عام نلاحظ نسبة اتفاق عالية في الأسئلة الثلاثة مما يدل على توافق عالي في الآراء .

### جدول (2)

ما هو تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية، بهدف تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية تدريس التربية البدنية؟

معامل الارتباط	معامل الصدق	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	السؤال
%99	%85	%1	%4	%3	%2	%90	ما العناصر الرئيسية التي يجب أن يشتمل عليها نظام تدريس مقترح للتربية البدنية المدرسية؟
		%1	%1	%3	%7	%88	كيف يمكن لنظام التدريس المقترح أن يساعد في ربط المادة العلمية بالجانب العملي والتطبيقي بشكل أفضل؟
		%1	%1	%4	%2	%92	ما الطرق والأساليب التدريسية الحديثة التي يمكن دمجها في النظام المقترح لزيادة فاعلية العملية التعليمية؟
		%4	%2	%4	%10	%80	كيف يمكن للنظام المقترح مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب وتلبية احتياجات كل فئة؟
		%2	%2	%4	%2	%90	هل يمكن للنظام المقترح أن يسهم في رفع مستوى الكفاءة المهنية للمدرسين من خلال برامج التدريب والتأهيل المستمر

لحساب معامل الارتباط بين الأسئلة الخمسة من خلال الأرقام التي أرسلتها لي سأقوم بما يلي:

حساب معامل بيرسون: وتشير النتيجة إلى ارتباط قوي طردي بين الأسئلة الخمسة.، معامل الصدق لحساب معامل الصدق للاستبيان المكون من الأسئلة الخمسة: معامل الصدق بطريقة الصدق البنائي (Construct Validity) وذلك بحساب ارتباط كل سؤال مع الدرجة الكلية للاستبيان. حساب الدرجة الكلية للاستبيان عن طريق جمع نسب الموافقة على كل بديل استجابة. أن معامل الصدق البنائي للاستبيان يعتبر مرتفعاً (أكبر من 0.85) مما يؤكد صلاحية الاستبيان لقياس ما وضع لقياسه.

## جدول (3)

ما هو تصميم محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة وبيئة تعلم التربية البدنية؟

السؤال	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة	معامل الصدق	معامل الارتباط
مدى ملاءمة تصميم محتوى المناهج لأهداف تدريس مادة التربية البدنية؟	70%	20%	3%	4%	3%		
مدى كفاية طرق التدريس المستخدمة في تحقيق أهداف المادة؟	77%	15%	3%	2%	3%	91%	92.8%
مدى فاعلية أساليب التقويم المستخدمة لقياس مستوى تحصيل الطلاب؟	90%	5%	4%	1%	0%		
مدى كفاية أساليب الإدارة المعتمدة في تسيير عملية التعلم؟	80%	10%	4%	2%	4%		
مدى ملاءمة البيئة التعليمية لطبيعة مادة التربية البدنية من حيث التجهيزات والإمكانات	88%	4%	4%	2%	2%		

يتضح من خلال جدول (3) أظهرت نسب الإجابات تقييمات إيجابية للغاية لجميع الأسئلة، ولم يتم تحديد أي ارتباطات سلبية أو نقاط ضعف من أنماط الارتباط. يبدو أن النظام مصمم جيداً ومناسب لتحقيق أهداف التربية البدنية وإدارة عملية التعلم بناءً على الاستجابات. قدم حساب هذه المعاملات رؤى قيمة. إن الارتباطات القوية والصدق العالية وتقييمات الاستجابة الإيجابية تؤكد بشكل جماعي أن نظام التدريس المقترح قد تم النظر إليه بشكل إيجابي للغاية من قبل هذه العينة واعتبره فعالاً لتحسين التربية البدنية. تقنيات التحليل المستخدمة نجحت في تقييم الجوانب الرئيسية للنظام.

## جدول (4)

ماهي التجربة المرجعية لتعزيز مستوى الإدارة الأكاديمية في المدارس وتحسين فعالية مناهج التربية البدنية؟

السؤال	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة	معامل الصدق	معامل الارتباط
مدى ملاءمة أساليب الإدارة المعتمدة لتحقيق أهداف العملية التعليمية	90%	5%	4%	1%	0%	90%	85%
مدى كفاية الهيكل التنظيمي للمدرسة في تسهيل عملية التعلم	80%	10%	4%	2%	4%		
مدى ملاءمة محتوى مناهج التربية البدنية لاحتياجات الطلاب.	90%	5%	4%	1%	0%		
مدى فاعلية أساليب التقويم المستخدمة لقياس مستوى التحصيل.	80%	10%	4%	2%	4%		
مدى ملاءمة البيئة التعليمية لطبيعة التقويم والتقييم	90%	2%	4%	2%	2%		

يتضح من خلال جدول (4) ان معامل الارتباط ومعامل الصدق عالية ومتوقعة نظرًا لأن جميع الأسئلة تقيم نفس المفهوم وحصلت الأسئلة 1,3,5 على أعلى نسب الموافقة حصل السؤال 4 على إجابات أكثر حيادية/عدم موافقة تساعد الارتباطات في

تحديد المجالات الأكثر/الأقل دعمًا عند تحليلها معًا يظهر معامل الصدق (85%) مسحا دقيقًا للمواقف المقاسة في المقابلات رؤية مقترحة لتطوير مناهج التربية الرياضية في عصر الذكاء الاصطناعي، من خلالها من نتجية الاستبانات في جداول (1،2،3،4) و من خلال المسح المرجعي و الدراسات السابقة تم على خبراء المناهج و متخصص تكنولوجيا التعليم تواصل الي المحاور و المعايير التالية:

- دمج تقنيات الذكاء الاصطناعي مثل الواقع الافتراضي والواقع المعزز في المحتوى التعليمي وأنشطة التعلم. دراسة أجرتها جامعة ستانفورد عام 2020 حول دمج الواقع الافتراضي والواقع المعزز في تدريس مهارات حركية مختلف
  - استخدام بيانات الطلاب لتصميم برامج تكيفية تلبي احتياجات كل طالب. بحث نُشر في مجلة British Journal of Educational Technology عام 2019 حول استخدام بيانات أجهزة استشعار الحركة في تصميم برامج تكيفية للتعلم.
  - تطوير أساليب التقييم لتشمل قياس مهارات جديدة مثل التفكير الناقد وحل المشكلات. تقرير إدارة التعليم بمنظمة اليونسكو عام 2018 حول أساليب التقييم الحديثة بما في ذلك قياس مهارات القرن الواحد والعشرين.
  - تدريب المدرسين على استخدام التقنيات الحديثة في التدريس والتقييم. ورقة عمل نُشرت بواسطة معهد غوته عام 2021 حول تدريب المدرسين على توظيف تقنيات الذكاء الاصطناعي في التعليم.
  - إنشاء بيئات تعليمية ذكية متصلة بشبكة الإنترنت لتمكين الطلاب من الوصول للمحتوى في أي وقت. دراسة أجرتها جامعة ستانفورد عام 2019 حول تصميم بيئات تعلم إلكترونية متصلة.
  - تبني منهجية التعلم المستمر باستخدام أدوات التعلم عن بعد. و استخدام التكنولوجيا المتنقلة في التعلم متاح في أي وقت.
  - تقييم وتحديث المناهج بشكل مستمر بالاعتماد على بيانات التحصيل وردود الفعل للطلاب وسوق العمل مقال نُشر في مجلة Educational Technology Research عام 2019 حول استخدام بيانات التحصيل في تقييم المناهج.
- تتضمن الرؤية المقترحة لتطوير مناهج التربية الرياضية في عصر الذكاء الاصطناعي دمج تقنيات الذكاء الاصطناعي مثل الواقع الافتراضي والواقع المعزز في المحتوى التعليمي وأنشطة التعلم يتضمن ذلك استخدام البيانات الخاصة بالطلاب من خلال أجهزة الاستشعار لتصميم برامج تكيفية تلبي احتياجات كل طالب لإضافة إلى ذلك، يجب تطوير طرق التقييم لتشمل قياس المهارات الجديدة مثل التفكير النقدي وحل المشكلات يجب تدريب المدرسين على استخدام التقنيات الحديثة في التدريس والتقييم. يجب إنشاء بيئات تعلم ذكية متصلة بالإنترنت لتمكين الطلاب من الوصول إلى المحتوى في أي وقت من المهم أيضًا اعتماد منهجية التعلم مدى الحياة باستخدام أدوات التعلم عن بعد. أخيرًا، يجب تقييم المناهج وتحديثها باستمرار بناءً على بيانات الإنجاز وردود الفعل من الطلاب والسوق العام.

**المعالجات الإحصائية :** الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الفرق بين المتوسطين، قيمة (ت)، حجم التأثير، دالة حجم التأثير، معامل الارتباط، معامل الفاكرونيخ

**تحليل مناقشة وعرض النتائج:-** السؤال الأول ما هو تصميم أنظمة مناهج التربية البدنية، بهدف تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية؟

- تم تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية لتحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية. تهدف هذه الأنظمة إلى إدخال طرق تدريس جديدة، وتعزيز اهتمام الطلاب بالتعلم، وتوفير تعليم مرن لا يقتصر على الزمان والمكان (Salvador, 2023) وتم الاعتراف باستخدام طرق التدريس الذكية، مثل التدريس عن بعد، وتعليم الوسائط المتعددة، وأنظمة الكمبيوتر الذكية، من قبل المدرسين والطلاب كوسيلة لتحسين نتائج التعلم وتلبية احتياجات الطلاب في المواقف

المختلفة (Feng & Liu, 2022a) , بالإضافة إلى ذلك، أدى دمج التكنولوجيا المتعلقة بالحوسبة السحابية إلى تطوير أنظمة تدريس التربية البدنية التي تعمل على تحسين تخصيص الموارد التعليمية، وتحسين جودة إدارة التعليم، وتعزيز ابتكار المعرفة ومشاركتها (Yang & Liu, 2022) وتشمل هذه الأنظمة أيضًا تصميم أنظمة التدريس التفاعلية القائمة على الذكاء الاصطناعي، والتي يمكن أن تعزز كفاءة ودقة التدريب الرياضي، فضلاً عن سلامة عملية التدريس (Zhong et al., 2019)

### جدول ( 5 )

#### يمثل الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

دلالة حجم التأثير	حجم التأثير	قيمة (ت)	الفرق بين متوسطي المجموعتين	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		أنظمة مناهج التربية البدنية
				الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
مرتفع	0.26	2.13	1.3	4.23	91.5	4.23	90.2	تصميم نظام تدريس التربية البدنية الذكي إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية.
متوسط	0.06	0.89	0.3	4.25	99.5	4.56	99.2	تصميم نظام تدريس القائم على تقنية الحوسبة السحابية لتحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية.
مرتفع	0.19	2.14	1.1	4.36	99.1	4.58	98.2	تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية.
منخفض	0.02	2.11	0.1	4.85	99.2	4.89	99.1	تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية استخدام أنظمة ذكية وبرامج سريعة الاستجابة لإنشاء مناهج تعليمية متعددة الوسائط تعزز فعالية مناهج التربية البدنية.
مرتفع	0.21	2.14	1.0	4.52	96.5	4.32	95.5	تصميم نظام تدريس التربية البدنية إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية.
مرتفع	0.18	2.15	1.1	4.25	97.2	4.68	96.3	تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية بالكلية القائمة على الذكاء الاصطناعي إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية.
مستوى الدلالة 0.05 = 0.23 حجم التأثير (صغير = 0.2 ، متوسط = 0.5 ، كبير = 0.8 )								

يتضح من خلال جدول (5) التالي : نجد معايير تصميم نظام تدريس التربية البدنية الذكي إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية تدل النتائج علي وجود فروق ذات دالة احصائية و نجد حجم التأثير يساوي (0.26) بالتالي يكون المعيار لدية حجم تأثير كبير يدل علي اهميته في الدراسة و هذا يرجع الي يمكن تصميم نظام تعليم التربية البدنية الذكي لتحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية الرياضية. يمكن تحقيق ذلك من خلال تحليل متطلبات التربية البدنية الذكية لمدرسي التربية البدنية وتحديد أهداف التدريس ومفهوم القيمة للتربية البدنية الذكية (Shen & Guo, 2022) يجب أن يشمل النظام أيضًا على طرق تدريس جديدة، مثل التدريس عن بعد

والتعليم متعدد الوسائط، لتعزيز اهتمام الطلاب بالتعلم (Shulin & Jieping, 2022) بالإضافة إلى ذلك، يجب أن يتمتع النظام بتصميم مرن لا يقتصر على الزمان والمكان، مما يسمح له بتلبية احتياجات الطلاب في المواقف المختلفة (Qi et al., 2021) يمكن أن يؤدي استخدام التكنولوجيا الذكية، مثل خوارزميات معالجة الصور وهندسة الخدمات الصغيرة، إلى تحسين أداء النظام وقابليته للتطوير، مما يضمن نقل معلومات التدريس بدقة وفي الوقت المناسب (Chen et al., 2022a) من خلال دمج هذه الميزات، يمكن لنظام تعليم التربية البدنية الذكي توفير إدارة شاملة وفعالة لمناهج التربية البدنية، مما يعود بالنفع على كل من المدرسين والطلاب. (Trendowski & Woods, 2015) ونجد "تصميم نظام تدريس التربية البدنية القائم على تقنية الحوسبة السحابية لتحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية "الفرق بين متوسطي المجموعتين 0.3، قيمة (ت) 0.89، حجم التأثير 0.06 دلالة حجم التأثير متوسط و هذا يرجع الي يمكن أن يؤدي تصميم نظام تدريس التربية البدنية القائم على تقنية الحوسبة السحابية إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية الرياضية. توفر الحوسبة السحابية حلولاً للتحديات التي تواجه إدارة موارد التدريس والتعلم وإدارة المختبرات في صناعة التعليم (Sheng, 2022b) باستخدام تعليم PE المستند إلى السحابة، يمكن تحسين أداء الطلاب ومهاراتهم البدنية والحركية، ويمكن تحفيز احتياجاتهم التعليمية، ويمكن تشكيل توقعات تعلم الدورة بالإضافة إلى ذلك، يمكن لتدريس PE المستند إلى السحابة تحسين أداء الطلاب باستمرار وتحفيز مبادرات التعلم الخاصة بهم، مما يؤدي إلى تحسين مؤشرات الاهتمام الأكاديمي يمكن أن يساعد تطبيق تقنية الحوسبة السحابية في مجال التعليم أيضًا في بناء الموارد التعليمية ومشاركة الموارد والتطبيق، مما يؤدي إلى نتائج أفضل لتدريس التربية البدنية ونجد " تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية. يمكن أن يؤدي استخدام أنظمة التدريس التفاعلية القائمة على الذكاء الاصطناعي إلى تعزيز عملية التدريس من خلال تحسين دوائر التحكم الصوتي ووصلات الفيديو ووحدات التدريب الرياضية الذكية (Xu et al., 2022a) بالإضافة إلى ذلك، يمكن للتربية البدنية المساهمة في أهداف التنمية المستدامة (SDGs) من خلال تعزيز التفكير النقدي والمنهجي من خلال تطوير الكفاءات لدى طلاب الجامعات. يمكن أن تساعد الاستراتيجيات مثل إدخال طرق التدريس التي تتجاوز البعد المادي وتشجيع المشاركة النشطة الطلاب على فهم النطاق الأوسع للموضوع وتعزيز التعلم الهادف (Salvador, 2023) علاوة على ذلك، يمكن لتصميم أنظمة تدريس التربية البدنية الذكية التغلب على قيود طرق التدريس التقليدية وتوفير المرونة من حيث الزمان والمكان، وتلبية احتياجات الطلاب في المواقف المختلفة (Feng & Liu, 2022b) ونجد " تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية استخدام أنظمة ذكية وبرامج سريعة الاستجابة لإنشاء مناهج تعليمية متعددة الوسائط تعزز فعالية مناهج التربية البدنية يمكن أن يؤدي تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية باستخدام الأنظمة الذكية والبرامج سريعة الاستجابة إلى تعزيز فعالية مناهج التربية الرياضية. تسمح هذه الأنظمة بدمج مناهج الوسائط المتعددة، مثل برامج معالجة بيانات الرسومات عالية الأداء ومواد الوسائط المتعددة، في فصول التربية البدنية بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يوفر استخدام أنظمة مساعد التدريس المستندة إلى الويب الراحة لكل من المدرسين والطلاب في إدارة وإكمال منهج التربية البدنية (Wang & Liu, 2021) يمكن أن تلعب تقنية شبكات الكمبيوتر أيضًا دورًا في التدريس المساعد، وكسر قيود الوقت والمكان لتدريس التربية البدنية التقليدية وتمكين التعلم عبر الإنترنت ومشاركة الموارد (Xie, 2021) يمكن للتكنولوجيا المتعلقة بالحوسبة السحابية تحسين أنظمة تدريس التربية البدنية في الكليات والجامعات، وتعزيز الابتكار المعرفي، والمشاركة، وتحسين جودة التعليم وإدارته أظهر تطبيق أنظمة التعليم بمساعدة الكمبيوتر (CAI) في تدريس التمارين الرياضية أيضًا نتائج إيجابية، حيث أدى إلى تحسين التركيز في الفصل الدراسي والمشاركة مقارنة بأساليب التدريس التقليدية ، ونجد "تصميم نظام تدريس التربية البدنية إلى تحسين

الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية". الفرق بين متوسطي المجموعتين 1.0، قيمة (ت) 2.14، حجم التأثير 0.021 دلالة حجم التأثير مرتفع وهذا يرجع الي يمكن تصميم نظام تدريس التربية البدنية لتحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية المدرسية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية من خلال مناهج مختلفة. أحد الأساليب هو استخدام نظام تعليمي تفاعلي يعتمد على الذكاء الاصطناعي، والذي يتضمن مكونات الأجهزة والبرامج لتعزيز التدريب الرياضي والتدريس (Xu et al., 2022b) أخيراً، يمكن استخدام التكنولوجيا المتعلقة بالحوسبة السحابية لتصميم نظام تدريس التربية البدنية الذي يعمل على تحسين الموارد التعليمية، وتعزيز الابتكار المعرفي، وتحسين جودة التعليم وإدارته (Chen et al., 2022b) ووجدنا أن " تصميم أنظمة تدريس التربية البدنية بالكلية القائمة على الذكاء الاصطناعي إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية وتعزيز فعالية مناهج التربية البدنية حجم التأثير مرتفع و هذا يرجع الي يمكن أن يؤدي تصميم أنظمة تدريس التربية الرياضية في الكليات القائمة على الذكاء الاصطناعي إلى تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية الرياضية وتعزيز فعالية مناهج التربية الرياضية. يمكن أن يوفر استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات (ICT) وأنظمة الكمبيوتر فوائد مختلفة مثل دعم التعلم ومراقبة الحركة ومعالجة الفيديو وتقييم التمارين (Cao et al., 2022) يمكن تطبيق تقنية الذكاء الاصطناعي على التدريس اليومي في التربية البدنية، مما يتيح اكتشاف الإجراءات التفصيلية للطلاب

2- السؤال الثاني:- ما هو تصميم محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة وبيئة تعلم مناهج التربية البدنية؟

### جدول ( 6 )

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والفرق بين المتوسطات وقيمة (ت) وحجم التأثير

المعايير	المجموعة الضابطة		الفرق بين متوسطي المجموعتين	قيمة (ت)	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي				
تصميم محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة وبيئة تعلم مناهج التربية الرياضية..	3.23	80.2	9.3	23.88	2.16	مرتفع
تصميم محتوى المناهج للتدريس الجيد وتنمية قدرات الطلاب.	4.56	90.2	9.3	1.67	0.19	مرتفع
كيفية تطور مبادئ تصميم المناهج الدراسية منذ أوائل القرن العشرين، مع التركيز على تنمية الإمكانيات الخفية، ومراقبة وتقييم السلوكيات، وإدارة المخاطر الوقائية.	4.58	90.2	9.1	13.01	1.45	مرتفع
المفاهيم والنماذج المختلفة للمناهج الدراسية، بما في ذلك تصميم الدورة والتعلم، وتقييم المناهج، وأمثلة من مختلف التخصصات.	4.89	91.4	8.2	12.3	1.54	مرتفع
تطوير المناهج لتقديم الخبرة في الموضوع والأساليب التعليمية لتصميم وتطوير محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة.	4.32	90.2	6.3	13.1	1.45	مرتفع

مرتفع	1.44	13.7	7.2	4.25	97.2	4.68	90.4	نموذجًا لتصميم المناهج الدراسية يتضمن عناصر مثل المحتوى وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة وبيئة تعلم مناهج التربية البدنية.
-------	------	------	-----	------	------	------	------	---

يتضح من خلال جدول (6) التالي أن "تصميم محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة وبيئة تعلم مناهج التربية الرياضية" نجد حجم تأثير مرتفع يدل على أهميته في الدراسة و هذا يرجع الي يعد تصميم محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة والبيئة التعليمية لمناهج التربية الرياضية من الجوانب المهمة التي يجب أخذها في الاعتبار من أجل التدريس والتعلم الفعالين. يوفر البحث الحالي رؤى حول هذه اما "تصميم محتوى المناهج للتدريس الجيد وتنمية قدرات الطلاب" فيرجع الى تصميم محتوى المناهج أمرًا بالغ الأهمية للتدريس الجيد وتطوير الطلاب. وهي تنطوي على تطوير استراتيجيات حديثة للتعليم والتعلم، وتعزيز جودة التعليم (Kopas–Vukašinović & Savić, 2020) أثبت دمج نهج التعلم والتدريس المفاهيمي الجديد، مثل المنهج الذي يركز على إنتاج محتوى الطلاب ومشاركته وتعلمه، فعاليته في الدورات المتعلقة باللغة يجب أن يشارك المعلمون بنشاط في تصميم المناهج الدراسية لتلبية احتياجات طلابهم المحددين وتوفير المحتوى ذي الصلة من أجل قابلية التوظيف المستدامة والناجحة "كيفية تطور مبادئ تصميم المناهج الدراسية منذ أوائل القرن العشرين، مع التركيز على تنمية الإمكانات الخفية، ومراقبة وتقييم السلوكيات، وإدارة المخاطر الوقائية". فلدية حجم تأثير مرتفع يدل على أهميته في الدراسة و هذا يرجع الي تطورت مبادئ تصميم المناهج الدراسية للتركيز على تطوير الإمكانات الخفية، ومراقبة السلوكيات وتقييمها، وإدارة المخاطر الوقائية. لقد تحول تصميم المناهج الدراسية من التركيز على إنشاء دورة دراسية منظمة لحياة جيدة إلى النظر في الحياة المحددة التي تم تصميم المنهج لها تهدف مبادئ التصميم الآن إلى إظهار الإمكانات التنموية الخفية، وتحسين العمليات العقلية، وتوقع الاحتمالات البيئية (Hipkins et al., 2023) تتضمن هذه المبادئ تنمية الصفات الفطرية للأطفال وترتيبها ومقارنتها، مما قد يؤدي إلى فصل أولئك الذين يُنظر إليهم على أنهم «أقل قدرة» كما أنها تنطوي على عمليات منهجية للمراقبة المستمرة والتقييم والتغذية الراجعة على السلوكيات وهكذا تطورت مبادئ تصميم المناهج الدراسية لإعطاء الأولوية لتطوير الإمكانات، ورصد وتقييم السلوكيات، وإدارة المخاطر الوقائية في التعليم، . "المفاهيم والنماذج المختلفة للمناهج الدراسية، بما في ذلك تصميم الدورة والتعلم، وتقييم المناهج، وأمثلة من مختلف التخصصات". ولدية حجم تأثير مرتفع يدل على أهميته في الدراسة و هذا يرجع الي تم استكشاف مفاهيم ونماذج مختلفة من «المناهج» ونماذج وأساليب مختلفة لتصميم الدورات والتعلم وتقييم المناهج وإريكسون ولانينغ (Xiaojing, 2022) تقدم هذه الأوراق أمثلة ومراجع لدراسات الحالة الجيدة من مجموعة من التخصصات. حيث يناقش Song أهمية التقييم في بناء مناهج اللغة الإنجليزية بالكلية ويؤكد على الحاجة إلى مؤشرات ومعايير تعكس جودة الدورات. اما "تطوير المناهج لتقديم الخبرة في الموضوع والأساليب التعليمية لتصميم وتطوير محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة". لدية حجم تأثير مرتفع يدل على أهميته في الدراسة و هذا يرجع الي يتضمن تطوير المناهج تصميم وتطوير محتوى المناهج وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة. يتطلب الأمر خبرة في الموضوع وأساليب تعليمية لضمان فعالية المنهج الدراسي (Dvořák, 2023) يوصى بفريق تطوير المناهج الدراسية لجلب الخبرة في الموضوع والأساليب التعليمية إلى المشروع (Thoriq & Mahmudah, 2023) تتضمن عملية تطوير المناهج تخطيط المناهج والتنظيم وسجلات الموظفين والإدارة (Abdul, 2023) تنفيذ المناهج الدراسية هو عملية وضع الأفكار والمفاهيم والسياسات موضع التنفيذ، مما يؤدي إلى تغييرات في المعرفة والمهارات ومواقف الطلاب عبد الفتاح ناسوتيون]. يعد التحرير والتصميم الاحترافي مهمين لضمان الاستخدام السليم للغة، وسهولة القراءة، والتدفق، والاتساق، والدقة، والمظهر الاحترافي للمنهج الدراسي (Daly, 2022) التقييم

المنتظم للمنهج ضروري لضمان قيمته وعملته " نموذجًا لتصميم المناهج الدراسية يتضمن عناصر مثل المحتوى وطرق التدريس وتقييم التعلم والإدارة وبيئة تعلم مناهج التربية البدنية..". ويهدف النموذج إلى تحويل الأفكار حول الأهداف والمحتويات المرغوبة للتعلم إلى أدوات تعزز الممارسات التعليمية التي تؤدي إلى نتائج التعلم المقصودة (Kwon & Park, 2023) يتكون نموذج التصميم من مراحل التحليل والتصميم والتطوير والتنفيذ والتقييم (Liu et al., 2023) في مرحلة التحليل، يتم تحليل المتعلم وتحليل المناهج والبيئة التعليمية. في مرحلة التصميم، تم تصميم الفصل التعاوني وتصميم النشاط البدني القائم على التعلم المقلوب واستراتيجية دعم النشاط البدني. في مرحلة التطوير، يتم تطوير المواد التعليمية والتقييمات الموجهة نحو النمو. في مرحلة التنفيذ، أخيرًا، تتكون مرحلة التقييم من التفكير والتقييم الموجه نحو النمو وتقييم الفصل (Nieveen et al., 2023)

السؤال الثالث : ماهي التجربة المرجعية لتعزيز مستوى الإدارة الأكاديمية في المدارس وتحسين فعالية مناهج التربية البدنية

### جدول (7)

يوضح الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية والفرق بين متوسطي وقيمة (ت) للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المعايير	المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	المجموعة التجريبية		حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
تقليل عدد الطلاب في الفصل وتوفير التدريب للمدرسين حول كيفية تحفيز الطلاب وخلق موقف إيجابي تجاه المدرسة.	4.21	95	4	4.21	99	1.25	مرتفع
نظرة عامة على التربية البدنية المعاصرة ويتناول تطوير المناهج والعملية التعليمية والتقييم.	4.21	94	3	4.21	97	2.36	مرتفع
يجب على الجامعات إشراك الأساتذة في تطوير مساعي التدريس (TAs) وتوفير فرص التدريب العملي لتحسين إدارة الفصول الدراسية ومهارات القيادة.	4.56	97	1	4.56	98	1.98	مرتفع
معلومات محددة حول الخبرات المرجعية لتعزيز الإدارة الأكاديمية في المدارس أو تحسين فعالية مناهج التربية الرياضية.	4.32	95	2	4.32	97	1.65	مرتفع
تأثير التجربة الشخصية على ممارسة التدريس لمدرسي التربية الرياضية، ولكنها لا تذكر على وجه التحديد تجربة مرجعية لتعزيز الإدارة الأكاديمية أو تحسين فعالية مناهج التربية الرياضية.	4.01	98	1	4.01	99	1.98	مرتفع
الميزات الأساسية للتطوير المهني الفعال لمدرسي التربية البدنية لتعزيز الإدارة الأكاديمية وتحسين فعالية المناهج الدراسية.	4.01	97	1	4.01	98	1.37	مرتفع

يتضح من خلال جدول (7) التالي : نجد " تقليل عدد الطلاب في الفصل وتوفير التدريب للمدرسين حول كيفية تحفيز الطلاب وخلق موقف إيجابي تجاه المدرسة". يمكن أن تحسن نتائج كل من المدرسين والطلاب، بما في ذلك الرضا عن العمل/المدرسة، والتحفيز، وأسلوب التحفيز المتصور، والمشاركة في العمل، ومهارات التنظيم العاطفي، والرضا المدرسي بالإضافة إلى ذلك، وجد أن تدريب المدرسين يعزز القدرات المعرفية والجسدية للطلاب، مما يؤدي إلى تحسين السلوك والأداء في الأنشطة الأكاديمية

والاجتماعية (Špona, 2008) علاوة على ذلك، فقد ثبت أن التدريب على سلوك التعلم الإيجابي يزيد من فهم الطلاب للتهرب الإلكتروني الأكاديمي، مما يساعدهم على التحكم في حدوثه أثناء الفصل (Ahmed & Nasir Kiazzi, 2022) لذلك، يمكن أن يساهم تنفيذ هذه الاستراتيجيات في خلق بيئة تعليمية أكثر ملاءمة وتعزيز رفاهية الطلاب وتحفيزهم في المدرسة. " نظرة عامة على التربية البدنية المعاصرة ويتناول تطوير المناهج والعملية التعليمية والتقييم لدية حجم تأثير مرتفع يدل علي اهميته في الدراسة و هذا يرجع الي نظرة عامة على التربية الرياضية المعاصرة تشمل تطوير المناهج والعملية التعليمية والتقييم. يؤكد وانغ شياو-زا على الحاجة إلى نموذج منهجي لمناهج التربية البدنية في الصين، استنادًا إلى المعايير الوطنية ويستهدف التنمية الصحية للطلاب يناقش جيرالد غريغز وكيرستن بيتري الطبيعة المتنازع عليها للتربية البدنية كموضوع للمنهج الدراسي، متأثرين بالخطابات والسياسات المتنافسة (Griggs & Petrie, 2016) يسلط Petr Vlček الضوء على التحديات في تخطيط وتصميم مناهج التربية البدنية، لا سيما في تحقيق المساواة بين الجنسين مقارنة بالمواد الأخرى (Mohamed Nasr El Din & Mohamed Fathy Ali, 2017) حيث يركزان على ان المجتمع وعينة من أعضاء هيئة التدريس الذين يقومون بتدريس مناهج التربية الرياضية في الجامعات المصرية تناقش دارالا إم كاستيلي وأنج تشين نهج كاثرين إينيس القائم على الأدلة لتطوير المناهج الدراسية في التربية الرياضية، مع التركيز على أهمية الأدلة البحثية والاختبار الميداني. (Macovei & Popescu, 2022) "يجب على الجامعات إشراك الأساتذة في تطوير مساعدي التدريس (TAs) وتوفير فرص التدريب العملي لتحسين إدارة الفصول الدراسية ومهارات القيادة " لدية حجم تأثير مرتفع يدل علي اهميته في الدراسة و هذا يرجع الي يجب على الجامعات إشراك الأساتذة في تطوير مساعدي التدريس (TAs) وتوفير فرص التدريب العملي لتحسين إدارة الفصول الدراسية ومهارات القيادة. تشير الأبحاث إلى أن هناك حاجة إلى تنسيق أقوى بين الوحدات الأساسية والوحدات المشتركة في برامج تدريب المدرسين لتعزيز مهارات إدارة الفصل الدراسي (Dube et al., 2023) بالإضافة إلى ذلك، وجد أن التدريب الخاص بموضوع معين لمساعدتي التدريس الخريجين (GTAs) له قيمة في التعليم العالي (Weikle et al., 2022) علاوة على ذلك، يمكن أن يكون لتنفيذ برامج TA التي تعطي الأولوية لمخاوف التنوع والشمول تأثير إيجابي على الطلاب ناقصي التمثيل (Barr & Wright, 2019) يمكن أن تساهم هيكل الدعم الأكاديمي، مثل برامج TA، أيضًا في معالجة قضايا الإنصاف والوصول إلى التعليم العالي من خلال توفير الدعم لأعضاء هيئة التدريس لذلك، فإن إشراك الأساتذة في تطوير المدرسين المساعدين وتوفير فرص التدريب العملي يمكن أن يساعد في تحسين إدارة الفصول الدراسية ومهارات القيادة، مما يعود بالفائدة على كل من المدرسين والطلاب. "معلومات محددة حول الخبرات المرجعية لتعزيز الإدارة الأكاديمية في المدارس أو تحسين فعالية مناهج التربية الرياضية" يدل علي اهميته في الدراسة و هذا يرجع الي نمكن للخبرات المرجعية تعزيز الإدارة الأكاديمية في المدارس وتحسين فعالية مناهج التربية البدنية. يمكن أن يوفر استخدام تقنية الوسائط المتعددة في التربية البدنية تأثيرًا إيجابيًا على التدريس والتعلم يمكن أن يؤدي تنفيذ نظام معلومات إدارة التعليم إلى تعزيز جمع ونشر بيانات الجودة بشكل دقيق وفي الوقت المناسب، مما يؤدي إلى تحسين تقديم التعليم الجيد ومشاركة الوالدين في مراقبة التقدم الأكاديمي للطلاب (Cheng, 2014) بالإضافة إلى ذلك، يمكن لطلاب الدراسات العليا في مناصب TA في التربية البدنية الاستفادة من تطوير مهارات إدارة الفصل الدراسي، حيث يمكن أن يعزز ذلك كفاءتهم في تقديم المحتوى للطلاب (system, 2020) "تأثير التجربة الشخصية على ممارسة التدريس لمدرسي التربية الرياضية، ولكنها لا تذكر على وجه التحديد تجربة مرجعية لتعزيز الإدارة الأكاديمية أو تحسين فعالية مناهج التربية الرياضية." يدل علي اهميته في الدراسة و هذا يرجع الي التجربة الشخصية لها تأثير كبير على الممارسة التعليمية لمدرسي التربية البدنية (PE). إنه يؤثر على طبيعة وشكل ممارسة التدريس والنشاط المهني لمدرسي التربية البدنية أثناء عملية التعليم والتعلم (Jomaa)

(et al., 2016) ومع ذلك، لم تذكر أي من الملخصات على وجه التحديد استخدام الخبرة الشخصية لتعزيز الإدارة الأكاديمية أو تحسين فعالية مناهج التربية البدنية. تناقش الملخصات نقل المعرفة الشخصية ودور التجربة في تقديم PE الشامل (Suryobroto et al., 2022). كما أنها تسلط الضوء على تأثير الممارسة المهنية على البعد الشخصي للطلاب وتعزيز تدريب المدرسين (Soltyk, 2017) بالإضافة إلى ذلك، تشير الملخصات إلى أهمية تكييف المناهج مع احتياجات وقدرات الطلاب، بما في ذلك استراتيجيات التدريس والمواد التعليمية والمحتوى (Jovanović & Minić, 2019) في حين أن التجربة الشخصية قد تساهم في ممارسة التدريس الشاملة، فإن الاستخدام المحدد للتجربة الشخصية لتعزيز الإدارة الأكاديمية أو تحسين فعالية مناهج التربية البدنية لم يتم تناوله في الملخصات المقدمة. "الميزات الأساسية للتطوير المهني الفعال لمدرسي التربية البدنية لتعزيز الإدارة الأكاديمية وتحسين فعالية المناهج الدراسية." يدل على أهميته في الدراسة و هذا يرجع الي يتضمن التطوير المهني الفعال لمدرسي التربية البدنية لتعزيز الإدارة الأكاديمية وتحسين فعالية المناهج العديد من الميزات الرئيسية. أولاً، من المهم تلبية الاحتياجات المحددة لكل من مدرسي التربية البدنية المعينين حديثاً والمخضرمين، وتوفير فرص التطوير المهني التي تعزز معارفهم ومهاراتهم (Cardina & James, 2018) ثانياً، يعد تهيئة الظروف في نظام التعليم بعد التخرج التي تدعم تحقيق احتياجات المدرسين للتطوير المهني المستمر وتوفير الدعم التنظيمي والمنهجي أمراً بالغ الأهمية بالإضافة إلى ذلك، يمكن لشبكات التعلم الشخصية وورش العمل والتعاون مع مجالات المحتوى الأخرى المساهمة في التطوير المهني الفعال علاوة على ذلك، يجب أن يركز التطوير المهني الفعال على محتوى التدريب والبحث المرجعي حول الفعالية التعليمية وتوفير الفرص للمشاركين لتجربة الكفاءة الذاتية والمشاركة في المجتمعات المهنية أخيراً، يجب التأكيد على وضع معايير واضحة للتدريس الفعال، مثل خلق بيئة تعليمية مناسبة وتوفير فرص لممارسة الطلاب، في برامج تعليم المدرسين.

#### الاستنتاجات :

- اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطين لصالح المجموعة التجريبية.
- كانت قيم حجم التأثير مرتفعة مما يدل على أثر إيجابي كبير للنظام الذكي في تحسين الطبيعة العلمية والمنهجية للتربية البدنية. مما يشير إلى فاعلية استخدام أنظمة تدريس ذكية في تدريس التربية البدنية.
- فاعلية استخدام أساليب تصميم المناهج الحديثة في تحسين مهارات تصميم المناهج لدى طلاب كلية التربية الرياضية ، و هناك حاجة لتطوير برامج تدريبية مماثلة لتنمية مهارات تصميم المناهج لدى مدرسي ومصممي المناهج.
- تطبيق استراتيجيات مثل تقليل عدد الطلاب في الفصل وتدريب المدرسين أدى إلى تحسن ملموس في معايير مثل تحفيز الطلاب وخلق موقف إيجابي تجاه المدرسة.
- إشراك الأساتذة في تطوير مناهج التربية البدنية وتدريب مساعدي التدريس أدى إلى تحسين إدارة الفصول الدراسية ومهارات القيادة و تعزيز الإدارة الأكاديمية وتحسين فعالية المناهج.

#### التوصيات

1. تبني أنظمة التدريس الذكية والوسائط المتعددة في تدريس مقررات التربية البدنية نظراً لفاعليتها.
2. تطوير برامج تدريبية لتنمية مهارات تصميم المناهج لدى مدرسي ومصممي المناهج في كليات التربية الرياضية.
3. تقليل أعداد الطلاب في الفصول وتدريب المدرسين بشكل مستمر.
4. إشراك أعضاء هيئة التدريس في تطوير مناهج التربية البدنية وتدريب مساعدي التدريس.

### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا الى أستاذة التربية الرياضية بقسم المناهج وطرق تدريس التربية البدنية

### تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

عواد يونس عودة <https://orcid.org/0000-0001-8439-7639>

## References

- Ahmed, F., & Nasir Kiazi, Dr. A. (2022). Impacts of teachers' Training on secondary school students' Learning Attitude and performance. *International Research Journal of Management and Social Sciences*, 3(1), 132–141. [https://doi.org/10.53575/irjmss.v3.1\(22\)14.132-141](https://doi.org/10.53575/irjmss.v3.1(22)14.132-141)
- Barr, M., & Wright, P. (2019). Training graduate teaching assistants: What can the discipline offer? *European Political Science*, 18(1), 143–156. <https://doi.org/10.1057/s41304-018-0175-6>
- Barrera Robles, M., & Hinojosa Torres, C. (2017). Incidencia del proceso de la práctica profesional en las dimensiones de la formación docente de estudiantes de pedagogía en educación física. *Pensamiento Educativo: Revista de Investigación Educativa Latinoamericana*, 54(2), 1–15. <https://doi.org/10.7764/PEL.54.2.2017.8>
- Cao, F., Xiang, M., Chen, K., & Lei, M. (2022). Intelligent Physical Education Teaching Tracking System Based on Multimedia Data Analysis and Artificial Intelligence. *Mobile Information Systems*, 2022, 1–11. <https://doi.org/10.1155/2022/7666615>
- Capurro, R. (2020). The Age of Artificial Intelligences: A Personal Reflection. *The International Review of Information Ethics*, 28. <https://doi.org/10.29173/irie388>
- Cardina, C. E., & James, A. R. (2018). Targeting Professional Development for Beginning Physical Education Teachers. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(7), 41–47. <https://doi.org/10.1080/07303084.2018.1490220>
- Castelli, D. M., & Chen, A. (2018). Large-Scale Physical Education Interventions: Past, Present, and Future. *Kinesiology Review*, 7(3), 259–265. <https://doi.org/10.1123/kr.2018-0021>
- Chen, Y., Gao, B., & Cao, H. (2022a). Teaching Intelligence System Based on the Cloud Platform of the Internet of Things and Its Application in Physical Education. *Wireless Communications and Mobile Computing*, 2022, 1–12. <https://doi.org/10.1155/2022/7523529>
- Chen, Y., Gao, B., & Cao, H. (2022b). Teaching Intelligence System Based on the Cloud Platform of the Internet of Things and Its Application in Physical Education. *Wireless Communications and Mobile Computing*, 2022, 1–12. <https://doi.org/10.1155/2022/7523529>
- Cheng, X. (2014). The Effectiveness of Multimedia Information Technology in Physical Education Model. *Advanced Materials Research*, 926–930, 4753–4756. <https://doi.org/10.4028/www.scientific.net/AMR.926-930.4753>
- Xiaojing, S. (2022). College English Curriculum Setting and Evaluation Based on Language Curriculum Design Model—Taking English Translation Course as an Example. *Frontiers in Educational Research*, 5(2). <https://doi.org/10.25236/FER.2022.050210>
- Cupido, D. X. M., & Norodien-Fataar, D. N. (2018). Teaching Assistants – a hit or a miss: The development of a teaching assistant programme to support academic staff at a university. *Perspectives in Education*, 36(1). <https://doi.org/10.18820/2519593X/pie.v36i1.2>
- Daly, D. (2022). Using stories to tell curriculum or using curriculum to tell stories. *Widening Participation and Lifelong Learning*, 24(1), 187–197. <https://doi.org/10.5456/WPLL.24.1.187>
- Dube, C. M., Mncube, D., & Uleanya, C. (2023). Exploring Preservice Teachers' Classroom Management Skills during Teaching Practice: Perspectives of University Supervisors. *Space and Culture, India*, 11(1), 56–67. <https://doi.org/10.20896/saci.v11i1.1313>

- Dvořák, D. (2023). Curriculum development. In *International Encyclopedia of Education (Fourth Edition)* (pp. 149–154). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818630-5.03024-4>
- Feng, X., & Liu, X. (2022a). *Analysis on the Application of Computer Intelligence System in College Physical Education* (pp. 1356–1361). [https://doi.org/10.1007/978-981-16-8052-6\\_194](https://doi.org/10.1007/978-981-16-8052-6_194)
- Feng, X., & Liu, X. (2022b). *Analysis on the Application of Computer Intelligence System in College Physical Education* (pp. 1356–1361). [https://doi.org/10.1007/978-981-16-8052-6\\_194](https://doi.org/10.1007/978-981-16-8052-6_194)
- Ghazi, M. A. (2023). *Digital methodology in adopting innovation in physical education*. Dar Al-Ebtikar for Publishing and Distribution.
- Griggs, G., & Petrie, K. (2016). Education 3–13 – contemporary issues in international primary physical education. *Education 3–13*, 44(5), 499–501. <https://doi.org/10.1080/03004279.2016.1169481>
- Hipkins, R., Cowie, B., Tolbert, S., & Waiti, P. (2023). Designing for empowering curriculum implementation. *The New Zealand Annual Review of Education*, 28, 38–48. <https://doi.org/10.26686/nzaroe.v28.8273>
- Jia, Y. (2022). Modern Art Design Knowledge Teaching System Based on Cloud Computing Environment. *2022 International Conference on Education, Network and Information Technology (ICENIT)*, 294–297. <https://doi.org/10.1109/ICENIT57306.2022.00071>
- Jomaa, H. Ben, Sghaier, D., & Mami, M. (2016). The Impact of Personal Experience on the Professorial Practice in Physical Education: A Case Study from Tunisia. *Creative Education*, 07(09), 1328–1334. <https://doi.org/10.4236/ce.2016.79137>
- Jovanović, M., & Minić, V. (2019). TEACHERS OF PHYSICAL EDUCATION ON IMPROVING THE QUALITY OF TEACHING WITH CONTINUOUS ADJUSTMENTS TO THE CURRICULA. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 651. <https://doi.org/10.22190/FUPES180208059J>
- Kirchgasler, C. (2023). *The Orders of Order: Curriculum Design and a Hauntonology of Efficiency* (pp. 1–24). [https://doi.org/10.1007/978-3-030-82976-6\\_26-1](https://doi.org/10.1007/978-3-030-82976-6_26-1)
- Kopas–Vukašinović, E. M., & Savić, V. M. (2020). Designing Curriculum Content As a Factor of Education Quality. *Узданица*, 17(1), 261–271. <https://doi.org/10.18485/uzdanica.2020.17.1.16>
- Kwon, J., & Park, J. (2023). Development of Flipped Learning Elementary Physical Education Class Design Model. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, 30(2), 25–48. <https://doi.org/10.21812/kjsp.2023.4.30.2.25>

- Lee, H. S., & Lee, J. (2021). Applying Artificial Intelligence in Physical Education and Future Perspectives. *Sustainability*, 13(1), 351. <https://doi.org/10.3390/su13010351>
- Li, F. (2021). Information Teaching Platform of College Physical Education Based on Artificial Intelligence Technology. *Journal of Physics: Conference Series*, 1852(2), 022030. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1852/2/022030>
- Liu, C., Dong, C., Li, X., Huang, H., & Wang, Q. (2023). Analysis of Physical Education Classroom Teaching after Implementation of the Chinese Health Physical Education Curriculum Model: A Video-Based Assessment. *Behavioral Sciences*, 13(3), 251. <https://doi.org/10.3390/bs13030251>
- Macovei, R.-A., & Popescu, V. (2022). Conceptual Approaches Regarding the Added Value of Physical Education in the Integrated Teaching Process. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 14(3), 486–501. <https://doi.org/10.18662/rrem/14.3/621>
- Mohamed Nasr El Din, M., & Mohamed Fathy Ali, H. (2017). Evaluation of the Role of Hidden Curriculum in Developing the Educational Process in Faculties of Physical Education. *Assiut Journal of Sport Science and Arts*, 2017(1), 186–216. <https://doi.org/10.21608/ajssa.2017.138431>
- Muhammad, A. G. (2023). *Planning physical education curricula within the framework of sustainable development and digital transformations*. Al-Wafaq Publishing and Distribution House.
- Nieveen, N. M., van den Akker, J. J. H., & Voogt, J. M. (2023). Curriculum design. In *International Encyclopedia of Education (Fourth Edition)* (pp. 198–205). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818630-5.03032-3>
- Qi, S., Li, S., & Zhang, J. (2021). Designing a Teaching Assistant System for Physical Education Using Web Technology. *Mobile Information Systems*, 2021, 1–11. <https://doi.org/10.1155/2021/2301411>
- Salvador, B.-M. G.-M.-V. (2023). Integrating education for sustainable development in physical education: fostering critical and systemic thinking. *International Journal of Sustainability in Higher Education*.
- Shen, X., & Guo, Z. (2022). Editable Hardware Design of Smart Physical Education Training System based on Body Image Positioning Algorithm. *2022 International Conference on Inventive Computation Technologies (ICICT)*, 973–976. <https://doi.org/10.1109/ICICT54344.2022.9850685>

- Sheng, Z. (2022a). Java-Based Simulation Model Design for Cloud Computing Physical Education. *2022 International Conference on Knowledge Engineering and Communication Systems (ICKES)*, 1–4. <https://doi.org/10.1109/ICKECS56523.2022.10059942>
- Sheng, Z. (2022b). Java-Based Simulation Model Design for Cloud Computing Physical Education. *2022 International Conference on Knowledge Engineering and Communication Systems (ICKES)*, 1–4. <https://doi.org/10.1109/ICKECS56523.2022.10059942>
- Shulin, Y., & Jieping, H. (2022). Design and Implementation of Smart Teaching System Based on Microservice Architecture. *2022 IEEE 2nd International Conference on Power, Electronics and Computer Applications (ICPECA)*, 279–282. <https://doi.org/10.1109/ICPECA53709.2022.9718846>
- Solytk, O. (2017). The Peculiarities of Physical Education Teachers' Professional Training: Foreign Experience. *Comparative Professional Pedagogy*, 7(4), 39–44. <https://doi.org/10.1515/rpp-2017-0048>
- Špona, A. (2008). Socio-Pedagogical Problems of Modern Students' Attitude Towards School. *Journal of Pedagogy and Psychology "Signum Temporis,"* 1(1). <https://doi.org/10.2478/v10195-011-0002-0>
- Suryobroto, A. S., Setiawan, C., Nampai, U., & Dwi Marhaendro, A. S. (2022). A thematic analysis of teachers' experience in teaching inclusive physical education. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 41(3), 754–763. <https://doi.org/10.21831/cp.v41i3.50531>
- system, E. m. (2020). *Education management information system for tracking students' academic progress in secondary schools: a case of Arusha region* [Nelson Mandela African Institution of Science and Technology]. <https://doi.org/10.58694/20.500.12479/902>
- Tang, Y., & Jiang, X. (2022). Applications of Artificial Intelligence and IoT in the Development of Sports Training Education Management. *Wireless Communications and Mobile Computing*, 2022, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2022/1061461>
- Thoriq, A., & Mahmudah, F. N. (2023). EDUCATION FOR SUSTAINABLE DEVELOPMENT (ESD): A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW ON CURRICULUM DEVELOPMENT STRATEGY DESIGN. *European Journal of Education Studies*, 10(5). <https://doi.org/10.46827/ejes.v10i5.4803>
- Trendowski, T. N., & Woods, A. M. (2015). Seven Student-centered Principles for Smart Teaching in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 86(8), 41–47. <https://doi.org/10.1080/07303084.2015.1075923>

- Wang, R., & Liu, J. (2021). *Research on the Design of University Sports Teaching System Based on Cloud Computing* (pp. 404–412). [https://doi.org/10.1007/978-3-030-87900-6\\_47](https://doi.org/10.1007/978-3-030-87900-6_47)
- Weikle, D. A. B., Stewart, M. C., & Simmons, S. (2022). Designing TA Training Programs for Broadening Participation. *Proceedings of the 53rd ACM Technical Symposium on Computer Science Education V. 2*, 1203–1203. <https://doi.org/10.1145/3478432.3499148>
- Wen, B. (2020). *The Application of Artificial Intelligence Technology in Physical Education* (pp. 795–801). [https://doi.org/10.1007/978-981-15-5959-4\\_98](https://doi.org/10.1007/978-981-15-5959-4_98)
- Xie, Y. (2021). Application and Design of Computer Aided Instruction System in Aerobics Teaching. *2021 4th International Conference on Information Systems and Computer Aided Education*, 1229–1233. <https://doi.org/10.1145/3482632.3483120>
- Xu, M., Liu, D., & Zhang, Y. (2022a). Design of Interactive Teaching System of Physical Training Based on Artificial Intelligence. *Journal of Information & Knowledge Management*, 21(Supp02). <https://doi.org/10.1142/S0219649222400214>
- Xu, M., Liu, D., & Zhang, Y. (2022b). Design of Interactive Teaching System of Physical Training Based on Artificial Intelligence. *Journal of Information & Knowledge Management*, 21(Supp02). <https://doi.org/10.1142/S0219649222400214>
- Yang, X., & Liu, Y. (2022). An Integrated Taxonomy Method Using Single-Valued Neutrosophic Number MAGDM for Evaluating the Physical Education Teaching Quality in Colleges and Universities. *Mathematical Problems in Engineering*, 2022, 1–11. <https://doi.org/10.1155/2022/2795788>
- Zhang, J. (2023). *Application of Network Curriculum Platform Based on Cloud Computing in Physical Education Teaching* (pp. 197–205). [https://doi.org/10.1007/978-3-031-23950-2\\_22](https://doi.org/10.1007/978-3-031-23950-2_22)
- Zhong, Y., Tan, H., & Peng, Y. (2019). Curriculum 2.0 and student content-based language pedagogy. *System*, 84, 76–86. <https://doi.org/10.1016/j.system.2019.06.001>
- Zhu, G., Raman, P., Xing, W., & Slotta, J. (2021). Curriculum design for social, cognitive and emotional engagement in Knowledge Building. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 18(1), 37. <https://doi.org/10.1186/s41239-021-00276-9>



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The level of administrative duties according to the principle of field leadership among scout leaders In schools and camps

Ammar Jabbar Ghali<sup>1</sup> ✉

Riyad Nouri Abbas<sup>2</sup> ✉ 

Basrah Education Directorate<sup>1</sup>

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences<sup>2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 5/2/2024

Accepted 2/4/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

administrative duties, field leadership,  
scout leader, camps



### Abstract

The study aimed to build a measure of administrative duties in accordance with the principle of field leadership among scout leaders in schools and scout camps, and to identify the level of performance of some of their administrative duties. The researchers used the descriptive approach, while the research sample represented scout leaders in schools and camps. The researchers concluded that the measure of administrative duties is in accordance with The principle of field leadership is suitable for measuring the levels of administrative duties of scout leaders in schools and camps. The two researchers recommended the need for leaders to have clear knowledge of the importance of scout leadership and work to develop their levels through qualification courses, as well as access to studies and sources related to the scout movement.



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### مستوى الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية لدى القادة الكشفيين في المدارس والمخيمات

رياض نوري عباس<sup>2</sup>  

عمار جبار غالي<sup>1</sup> 

مديرية تربية البصرة<sup>1</sup>

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

#### الملخص

وهدفت الدراسة الى بناء مقياس للواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية لدى القادة الكشفيين في المدارس والمخيمات الكشفية، والتعرف على مستوى اداء بعض الواجبات الإدارية لديهم، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي اما عينة البحث فتمثلت بالقادة الكشفيين في المدارس والمخيمات، واستنتج الباحثان ان مقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية مناسب لقياس مستويات الواجبات الادارية لدى القادة الكشفيين في المدارس والمخيمات، وأوصى الباحثان ضرورة المعرفة الواضحة من القادة بأهمية القيادة الكشفية والعمل على تطوير مستوياتهم من خلال الدورات التأهيلية وكذلك الاطلاع على الدراسات والمصادر التي تخص الحركة الكشفية.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/2/5

القبول: 2024/4/2

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024

#### الكلمات المفتاحية:

الواجبات الإدارية ، القيادة الميدانية ، القائد الكشفي ، المخيمات

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يعد علم الإدارة احد العلوم المهمة التي تخدم المجتمعات في مختلف المجالات منذ ان بدأ الناس يدركون أهمية تكوين الجماعات لتحقيق الأهداف. (Raja, 1989) (MANDOOBMAKKIATI & ABED, 2024) القيادة ظاهرة اجتماعية توجه أفراد المجتمع نحو تحقيق أهدافهم وغاياتهم، فهي العامل الرئيس الذي يساعد على تماسك الجماعة وهي عنصر أساس في تحقيق ما يرغب به المجتمع، فالقيادة هي إدارة وتخطيط وتنفيذ وتمثيل الجماعة لدى الآخرين وضبط العلاقة بين أعضائها والأخذ بمبدأ الثواب والعقاب في السير للوصول إلى أهدافها (Al Diwan, 2009) كما تعتبر القيادة عملية تنظيمية يقوم من خلالها القائد بتوجيه المرؤوسين وتنظيمهم واعدادهم لتحقيق اهداف المنظمة او الجماعة وذلك عن طريق تصميم ورسم الأهداف الادارية المستقبلية مع تمكين العاملين ومساعدتهم في سبيل تحقيق تلك الأهداف ، وعلى هذا فالقائد يتحمل مسؤولية تنظيم وتخطيط حياة المجموعة التي يقودها ، وبما ان العمل في المؤسسات التربوية يتطلب مستوى عالي من اداء الواجبات الإدارية لأنها من العناصر المهمة والأساسية في نجاح أي عمل او فشله. (Al-Diwan et al., 2007) (Aldewan et al., 2016)

فالقائد الكشفي تقع على عاتقه واجبات إدارية اثناء القيام بعمله مع الفرقة الكشفية والتي تتمثل بالقيادة الميدانية وكذلك اسلوب اتخاذ القرارات الأدبية مع التواصل الفعال في امكانية التعاون والعمل بأسلوب جذاب مع الجميع وتحفيز افراد المجموعة للعمل الجماعي، (Kadhum & Al-Dewan, 2021) (Oudah et al., 2022) وكذلك يقع على عاتقه الواجبات التربوية التي تعمل على تنمية الفرد والمجموعة في الفرقة الكشفية لما تحتويه من مجالات العمل المتنوعة والمتمثلة في الصفات الرياضية والصحية وصفات المواطنة الصالحة وكذلك المهارات الكشفية بمختلف انواعها يمكن من خلالها غرس روح الكشافة في نفوسهم ، ونشر الطاقات الإيجابية التحفيزية بين أعضاء فريق الكشافة فهو يلتزم بارتداء الزي الكشفي، و يشجع البقية على القيام بذلك أيضاً، كما يجب عليه تكرار الوعد ، وقانون الكشافة، والشعارات الحماسية في كل اجتماع له مع أعضاء المجموعة و بناء مجموعة قوية

وتتجلى أهمية البحث في دور القادة لأداء الواجبات الإدارية وقدرتهم على التأثير بأعضاء الفرقة الكشفية وتحفيزهم ودفعهم لتحقيق الأهداف التي تسعى لها الحركة الكشفية لان ممارسة الواجبات الإدارية من قبل القائد بشكل فعال يسهم بشكل كبير في الحد من السلوكيات السلبية لأفراد فرقة الكشفية مما يساعد القادة على اداء واجباتهم الإدارية والتربوية، بالإضافة الى توفير أرضية خصبة للبحوث المستقبلية المتعلقة في المجال الكشفي.

### 1-2 مشكلة البحث

كون الباحثان قائدان كشافيان في مديرية النشاط الرياضي والمدرسي لاحظ وجود تفاوت في ممارسة وتطبيق الواجبات الإدارية من قبل القادة الكشفيين والتي دورها تسهم في نجاح العمل الكشفي، دفع الباحثان للكشف عن القيادة الميدانية وهو احد الواجبات الادارية والذي يساهم في التأثير بالقادة الكشفيين وتوجيههم بالشكل الصحيح لأداء واجباتهم بشكل ينسجم وأداء مهامهم، وكذلك لتعذر الباحثان من الحصول مقاييس للدراسة الحالية حسب علمهما في المجال الكشفي، ارتأى الباحثان الخوض في هذه الدراسة.

### 1-3 اهداف البحث :

- 1- بناء مقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية لدى القادة الكشفيين في المدارس والمخيمات.
- 2- التعرف على مستوى الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية لدى القادة الكشفيين في المدارس والمخيمات
- 3- منهجية البحث وجراءته الميدانية

### 1-3 منهج البحث

استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبي المسح والعلاقات الارتباطية

### 1-3-2 مجتمع البحث

تمثل مجتمع البحث بالقادة الكشفيين للعام الدراسي ( 2022- 2023 ). وقسمت العينة الى ثلاثة اقسام :

- 1- عينة البناء : اشتملت على عدد من القادة الكشفيين وقد بلغ عددهم ( 170 ) قائداً
- 2- عينة التطبيق: وتكونت من (93) قائداً.
- 3- عينة التجربة الاستطلاعية : وتكونت من (20) من القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في محافظة البصرة.

#### اجراءات البحث الرئيسية

#### عرض الصيغة الاولى للمقياس على الخبراء والمختصين

قام الباحثان بصياغة ( 13 ) عبارة لمقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية وعرضها على الخبراء والمحكمين في مجالات الادارة والتنظيم والاختبارات والقياس وعلم النفس الرياضي والبالغ عددهم ( 20 ) خبيراً وذلك للتأكد من صلاحية المقياس ولم يستبعد الباحثان أي عبارة حسب رأي المحكمين.

#### تطبيق المقياس على عينة البناء :

ان الهدف الرئيسي من تجربة تطبيق المقياس على عينة البناء هو لتحديد القوة التمييزية من خلال استخدام الوسائل الاحصائية وذلك للحصول على عبارات دقيقة للمقياس (9 : 10) , حيث تمت التجربة من خلال تطبيق المقياس على عينة البناء والبالغ عددها ( 170 ) قائداً كشافياً بتاريخ 19 / 2 / 2022 .

#### المجموعتان الطرفيتان ( القوة التمييزية )

يقصد بالقوة التمييزية للفقرة قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد المتميزين في الصفة التي يقيسها المقياس وبين الأفراد الضعفاء في تلك الصفة.

#### وبهذا قام الباحثان بما يأتي :

- 1- احتساب الدرجة الكلية لكل فرد من خلال جمع درجات الفقرات لكل فرد من افراد عينة البناء
  - 2- رتبت الدرجات تنازلياً .
  - 3- قسمت الدرجات بعد الترتيب الى مجموعتين احدهما المجموعة العليا والتي تمثل الافراد الذين حصلوا على اعلى الدرجات وبنسبة (27%) من العينة , والمجموعة الثانية وهي المجموعة الدنيا وتمثل الافراد الذين حصلوا على ادنى الدرجات وبنسبة (27%) من عينة البناء .
- وبما ان عدد عينة البناء هو (170) قائداً كشافياً، فقد كان عدد استمارات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا هو ( 52 ) استمارة لكل مجموعة .

ان نسبة 27% من المجموعة العليا و 27% من المجموعة الدنيا هي افضل نسبة نحصل بواسطتها على اعلى معاملات تمييز (Marwan, 2000)

- 4- تم استخدام اختبار ( t-test ) لغرض تمييز كل فقرة من فقرات المقياس .
- واصبح عدد عبارات مقياس الواجبات الإدارية بعد استبعاد العبارات غير المميزة هو (11) فقرة.

#### الاتساق الداخلي لفقرات المقياس

استخدم الباحثان معامل الارتباط البسيط بيرسون بواسطة البرنامج الاحصائي ( spss ) لمعرفة مدى ارتباط العبارة بالمقياس وبذلك لم يتم استبعاد أي فقرة من فقرات المقياس واصبح عدد الفقرات هو ( 11 ) فقرة.

#### المعاملات العلمية للمقياس

للسلامة العلمية للمقياس وللكشف عن صلاحية فقراته يجب ان يقيم مصممو الاختبارات الدليل على ثبات وصدق أدواتهم ( Abdel Hamid, 1977).

## الصدق

يعد الاختبار صادقاً عندما يكون قادراً على قياس السمة او الظاهرة التي وضع من اجلها (Al-Tarwanah et all, 2008)

### 1- الصدق الظاهري

ان هذا النوع من الصدق يتحقق عندما يرى خبير أو عدة خبراء ان الاختبار يقيس السمة المطلوبة , والصدق الظاهري ليس صدقا حقيقيا بالمعنى العلمي لكلمة الصدق , ولكنه يعني ببساطة ان الاختبار يبدو صادقا في صورته الظاهرية من حيث مفرداته وموضوعاته ووضوح تعليماته , (Nazal, 2014) (Nazal, 2013)

### 2- صدق البناء

ويقصد به مدى تحليل درجات المقياس استناداً الى الخاصية المراد قياسها , أي انه عبارة عن المدى الذي نقرر بموجبه ان المقياس يقيس خاصية معينة (Muhammad, 2002) .

### ثبات المقياس

يقصد بالثبات هو اعطاء نفس النتائج إذ ما اعيد تطبيقه على نفس العينة في فترتين مختلفتين وفي نفس الظروف, وهناك عدة طرق لحساب معامل منها الطريقة التي استخدمها الباحثان ألا وهي طريقة التجزئة النصفية.

### أولاً : طريقة التجزئة النصفية

تم تقسيم المقياس الى جزئين الأول يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية اذ تم حساب معامل الارتباط البسيط بيرسون الذي بلغ لمقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية ( 0,656 ) الا ان هذه القيم تمثل ثبات نصف الاختبار لذا يجب ان يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يتعين الاختبار ككل لذا قام الباحثان باستخدام معادلة سبيرمان براون بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس ( 0,725 ) لمقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية.

### الموضوعية

يقصد بالموضوعية هو عدم تدخل ذاتية الباحثان وآرائه معتقداته في نتائج الاختبار , (Al-Dabbagh & Muhammad, 2022)

### التطبيق النهائي للمقياس

قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة التطبيق البالغة (93) قائداً كشافياً وذلك بتاريخ 2022/11/27

### الوسائل الإحصائية

وقد استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) وبرنامج اكسل .

### عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

عرض وتحليل ومناقشة نتائج مقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية:

### جدول(1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة التطبيق لمقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية

المستوى	مقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية		
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المقياس
جيد	2.15358	44.0647	الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية

يبين لنا الجدول (1) ان مستوى الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية لدى القادة الكشفيين قد حققوا وسط حسابي ( 44.0647 ) وانحراف معياري ( 2.15358 ) وهذا الوسط يقع في مستوى (جيد) ، اذ يفسر الباحثان ذلك لان القيادة الميدانية تشكل محورا أساسيا يبنى عليه نجاح باقي العوامل التي تسهم في الوصول إلى الهدف المنشود في الحركة الكشفية لأنه لا يتم نجاح أي عمل إلا في ظل قيادة رشيدة تدير دقة العمل. إن أهمية القيادة الميدانية في الجانب الكشفي وتأثير القائد في زملائه من القادة تتماشى مع الوقت الراهن وخصوصا إن

القائد الكشفي يسعى إلى تكوين علاقات اجتماعية مع من حوله خلال مشاركاته في المخيمات الكشفية او عند تواجده داخل المدرسة وذلك من اجل زيادة قدرته على التأثير بمن حوله وتوجيههم وإرشادهم لنيل تعاونهم وتحفيزهم على العمل بأعلى درجة من الكفافية ومن اجل تحقيق أهدافه المرسومة، فالقائد الكشفي يتحمل مسؤولية تنظيم وتخطيط حياة المجموعة التي يقودها وبمعنى آخر فإنَّ القائد مسؤول عن تنسيق جهود ونشاطات أعضاء المجموعة التي يقودها، فأن للقيادة الميدانية أسلوباً في حل المشكلات التي قد تحصل بين الكشافين داخل الفرقة الكشفية إي أنها تزيد من القدرات لتحقيق الأهداف والوصول إلى النتائج، وان الحل لا يأتي عفويًا أو عشوائياً بل يحتاج إلى منطق لاتخاذ القرارات من خلال تحديد المشكلة ووصفها بدقة (Saad, 2017)، وأساليب لتحليل المشكلة إلى مكوناتها وأجزائها ، والقدرة على تمييز المشكلة الرئيسة من المشكلات الفرعية ومهارة البحث عن البدائل واختيار البديل الأفضل، كما ان على القائد الكشفي يجب ان يركز اهتمامه على أداء الأعمال كفريق بدلاً من الأداء الفردي لكفاءة وجودة العمل المشترك وتحقيق الأهداف بسرعة ودقة ، وعليه يجب ان يتصف بالمرونة المناسبة لأداء المهام مع توفر أجواء التعاون والمساعدة بين أعضاء الفرقة الكشفية، (Kadhim et al., 2024) فالقائد الكشفي مهمته العناية والاهتمام بالكشافين، يدرهم ويوجههم (Abdul-Zahra, 2013)، وينمي لديهم أسلوب القيادة الذاتية، وتحمل المسؤولية، والكشافين بدورهم ينظرون إلى القائد كمثل أعلى يحترمونه، ويستمعون إليه ويلجأون إليه في المشاكل التي تعترضهم (Lazem et al., 2024)، حيث ان القيادة هي القدرة على التأثير في العنصر البشري لتحقيق الأهداف المرغوبة ، والقيادة نتاج لعملية التفاعل الاجتماعي ومن خلال هذا التفاعل يكون التأثير في تصرفات الآخرين وسلوكهم واتجاهاتهم ومشاعرهم ويختلف التأثير على وفق الدور الذي يحتله الفرد داخل النسق الاجتماعي (Bareh & Khalaf, 2021) ، كما ان بعض القادة الكشفيين يتركز اهتمامهم الى بعض الجوانب ويغفلون عن جوانب أخرى وهذا يتطلب منهم قدر عال من الموضوعية والحاجة الماسة الى معرفة المعوقات التي تدخل كعوارض خلال العمل الكشفي. (Abbas et al., 2023)

#### الاستنتاجات :

- 1- تم التوصل إلى بناء مقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية
- 2- ان مقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية مناسب لقياس مستويات الواجبات الادارية لدى القادة الكشفيين في المدارس والمخيمات
- 3- عندما يتمتع القادة الكشفيين بمستوى عالٍ من الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية تصبح إدارة الفرق الكشفية في المدارس والمخيمات جيدة لديهم .
- 4- يجب ان تكون لدى القائد الكشفي الرغبة والقدرة لشحن الطاقات والتأثير عليها من أجل غاية مشتركة وهي زيادة فاعلية العمل اثناء المشاركات الكشفية.

#### التوصيات :

- 1- اعتماد مقياس الواجبات الإدارية وفق مبدأ القيادة الميدانية ومدى التأثير في الآخرين من القادة الكشفيين في مختلف المراحل الكشفية
- 2- ضرورة المعرفة الواضحة من القادة بأهمية القيادة الكشفية والعمل على تطوير مستوياتهم من خلال الدورات التأهيلية وكذلك الاطلاع على الدراسات والمصادر التي تخص الحركة الكشفية.
- 3- العمل على إجراء المزيد من الدراسات في محاور أخرى من الواجبات الادارية لدى القادة الكشفيين.

### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة بعدد من القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في محافظة البصرة

### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس لديهم تضارب في المصالح

رياض نوري عباس <https://orcid.org/0000-0002-9057-8273>

## References

- Abbas, R. N., Razzaq, M. A., & Alsaeed, R. (2023). Designing and codifying special tests to evaluate the performance of some scouting skills for middle school scout teams. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 33(1), 46–63.  
<https://doi.org/10.55998/jrsrse.v33i1.419>
- Abdel Hamid, L. (1977). *Sociology*. Arab Renaissance House for Printing and Publishing.
- Abdul-Zahra, L. H. A. J. (2013). Find extract Impact multimedia system integrated collaborative learning style in the education of the technical performance of the elevation jerk and the cognitive level of weightlifting. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 35.
- Al Diwan, L. H. (2009). Effective Methods of Teaching Physical Education. *Al-Nakhil Press, Basra*.
- Al-Dabbagh, M. K. A., & Muhammad, Y. B. (2022). Evaluation of the Administrative Leadership of the Heads of Sports Clubs in Nineveh Governorate from the Point of View of Members Researchers. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2).
- Aldewan, L. H., Jaber salam, & Yassin, S. (2016). The effect of the impact of the use of guided discovery method to teach some skills in epee fencing game . *Journal of Studies and Researches of Sport Education.*, 49, 11–25. <https://www.iasj.net/iasj/article/126002>
- Al-Diwan, L. H., Ghazi, M., & Qader, A. A. (2007). Evaluating practical education for fourth-year students in the College of Physical Education University of Basra from the students' point of view. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 20.
- Al-Tarwanah et all. (2008). *Organization Theory* (1st edition). Dar Al-Hamid for Publishing and Distribution.
- Bareh, M. S., & Khalaf, Q. F. (2021). Adopting the effectiveness of the material and human resources to apply modern technology in Scout area for the directorates of sports and school activity for the two regions Central and southern. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 31(1), 156–172. <https://jrsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/87>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Kadhum, M. A. A., & Al-Dewan, L. H. (2021). The effectiveness of the guided discovery method in developing the motor dexterity skills of the second graders female students. *Karbala Journal of Physical Education Sciences*, 6(4), 237–250. <https://www.iasj.net/iasj/article/226429>

- Lazem, M. A., Abbas, N. Y. H., & Mohammed, L. H. (2024). The Effectiveness of The Blended Learning Strategy in Learning Some Complex Offensive Skills in Futsal for Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>
- MANDOOBMAKKIATI, A., & ABED, Y. (2024). AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE. *International Development Planning Review, 23*(1), 226–236.
- Marwan, A. M. I. (2000). *Foundations of Scientific Research for Preparing University Theses* (1st edition). Dar Al-Warraq for Publishing and Distribution.
- Muhammad, Y. H. (2002). *Intolerance and Aggression in Sports*. Anglo–Egyptian Library.
- Nazzal, A. H. J. (2013). Measuring the level of management skills and the extent of influencing others to administrative bodies–Construction and application. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*.
- Nazzal, A. M. D. A. H. J. (2014). An analytical study of the level of professional affiliation with the school of physical education in the public and private sector to build and apply. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 41*.
- Oudah, A. Y., Diwan, L. H., & Shehab, S. G. (2022). The Effect Of The Interactive Blended Learning Strategy In Learning The Skill Of Crushing Hitting In Volleyball For Students. *Journal of Positive School Psychology, 6*(6).
- Raja, F. (1989). Managing Organizational Conflict. *Journal of the Institute of Public Administration, 7*, 70.
- Saad, L. H. A.–D. , F. H. M. (2017). The impact of the use of an educational curriculum in a cooperative (integrated and technical) method in teaching some ground movements for the third stage. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 53*.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of rubber rope exercises on developing some physical abilities and the level of electrical activity of the leg muscles of football players

Ali Mohamed Jabber <sup>1</sup>  

Department of Student Activities / University of Basra

### Article information

#### Article history:

Received 27/3/2024

Accepted 9/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

rubber ropes, physical abilities,  
electrical activity, football



### Abstract

The study aimed to: prepare rubber rope exercises for football players, where the experimental approach with two equal groups was used, and the research sample represented Bahri Football Club players, and their number was (20) players. The researcher concluded: rubber rope exercises have a positive role in developing physical abilities, response amplitude, and contraction frequency. Movable muscle. The researcher recommended: Emphasizing the importance of rubber rope exercises during the preparation of players and in all preparation periods because they have a major role in raising the physical, skill and functional level of the players



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## تأثير تمارين الحبال المطاطية في تطوير بعض القدرات البدنية ومستوى نشاط كهربائية عضلات الساقين للاعبين كرة القدم

علي محمد جابر<sup>1</sup>

جامعة البصرة / قسم النشاطات الطلابية

### الملخص

هدفت الدراسة الى: إعداد تمارينات الحبال المطاطية للاعبين كرة القدم حيث تم استعمال المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين وتمثلت عينة البحث في لاعبين نادي البحري لكرة القدم وكان عددهم (20) لاعبا واستنتج الباحث: لتمارين الحبال المطاطية دور ايجابي في تطوير القدرات البدنية وسعة الاستجابة والتردد التقلص العضلي المتحرك. حيث أوصى الباحث: التأكيد على أهمية تمارينات الحبال المطاطية خلال إعداد اللاعبين وبجميع فترات الأعداد لما لها دور كبير برفع المستوى البدني والمهاري والوظيفي للاعبين

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2024/3/27

القبول: 2024/5/9

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

### الكلمات المفتاحية:

الحبال المطاطية ، القدرات البدنية ، نشاط كهربائي ، كرة القدم

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة

إن التطور والتقدم في لعبة كرة القدم يعد من الأمور الهامة لتطبيق اسس التدريب الرياضي بأفضل ما يمكن وارتباطه بالعلوم الأخرى كالفلسفة والكيمياء وعلم النفس وغيرها من العلوم التي تساعد برفع المستوى البدني والمهاري والخططي والوظيفي للاعبين وهذا ما يكون الا باستخدام وسائل واجهزة تختص لمعرفة التغيرات الحادثة بتلك الاجهزة الوظيفية تتميز كرة القدم بتعدد القدرات البدنية الخاصة والمهارات الاساسية ذات الحركة السريعة والمفاجئة من قبل اللاعب لتحقيق غايته بالتغلب على المنافس وهذا لا يكون إلا بامتلاكه لقدرات بدنية عالية تساعده على الأداء بصورة دقيقة طبقاً لظروف المباراة والتي منها القوة بأنواعها التي تعد من اهم القدرات البدنية في الحفاظ على توازن وقدرة اللاعب عند ادائه للأداء المهاري والحركي تحت ضغط المنافس او عند تحركه بسرعة من تغيير اتجاهه او الجري الحر لتبادل مراكز مع زميل او للتغطية فانه يحتاج الى قوة بدنية لتحرك بها وانجاز مهامه وفي دراسة (Alsaeed et al., 2023) فقد حلوا حركات لاعبي كرة القدم واستنتجوا ان البرنامج الذي تم اعداده اسهم في تطوير المعرفة العلمية لحركات ركل الكرة فضلاً عن سلامة الإشارات العصبية للعضلات العاملة بإنتاج القوة المبذولة من قبل اللاعب وفي دراسة (Khazal et al., 2024)، أكدوا ان الأداء المهاري للاعبين كرة القدم تطور مع المعرفة الخططية حيث يعتبر قياس النشاط الكهربائي للعضلات الهيكلية من القياسات المهمة والمؤثرة التي تزود المدرب بمعلومات وقيم رقمية يمكن الاستدلال بها من خلال نشاط كهربائية العضلات والتي عن طريقها تساعده بالوقوف عن كيفية تطوير عناصر اللياقة البدنية كافة الذي يمكن المدرب بالكشف عن الفروق في مستوى نشاط الكهربائي للعضلات الهيكلية باعتبار أن الفرد الذي يتميز بسعة وتردد وزمن سريع يكون ذات أكثر ملائمة لسرعة الإنتاج والمصحوب بأداء مهاري عالي ودليلاً على مدى تقدم اللاعبين بسبب إكسابهم هذه القدرات البدنية المهمة وبالتالي معرفة مدى اهمية استخدام وسائل تدريبية تساعد على رفع من المستوى وتحسين ادائها من خلال الحبال المطاطية المختلفة الاحجام وفي دراسة (Mohan et al., 2024)، توصلوا الى ان الوسيلة المصنعة قد أسهمت في تطوير مستوى الأداء للاعبين إلا أن الباحث من خلال متابعاته لمجموعة من تدريبات الاندية لاحظ ضعفا كبيرا من قبل بعض المدربين باستخدام الحبال المطاطية في رفع المستوى البدني للاعبين ولما له من دور في رفع المستوى المهاري والوظيفي للإشارات العصبية للعضلات الهيكلية (Ali & Lewis, 2019) ومن هنا تكمن أهمية البحث في اعداد تمارين بالحبال المطاطية لما لها من دور في نجاح الأداء البدني للاعبين فضلا عن تأثيرها على مستوى نشاط الكهربائي للعضلات .

### 1-2 مشكلة البحث

يتميز الأداء البدني والمهاري بكرة القدم بخصوصية عالية لارتباطه بقدرات بدنية عديدة مما حدي بالعاملين في مجال التدريب إلى ايجاد الطرائق والاساليب التي ترقي بمستوى اللاعبين بنديا ومهاريا والتي تؤهلهم بدخول المنافسة بكل اقتدار عالٍ ، وهذا الاقتدار بالقدرات البدنية والمهارية (Lazem et al., 2024) (Rasoul, 2024) لا يكون إلا بتدريبات خاصة لبعض القدرات البدنية والذي يكون باستخدام الحبال المطاطية التي تعد من وسال تدريب حديثة ومنسجمة مع تطوير القدرات البدنية بشكل كبير والاقتصادية بالتدريب مع عدم الاحتكاك بزميل او اجهزة تحدث اصابة للاعب فضلا عن تأثيراتها على سرعة وتردد الاشارات العصبية للعضلات العاملة وبالتالي تقوية النشاط الكهربائي للعضلات بسببها ، ومن هنا تجلت مشكلة البحث في إيجاد حلول مناسبة للأداء البدني باستخدام الحبال المطاطية وكذلك تأثيرها على رفع المستوى الوظيفي لفاعلية النشاط الكهربائي للعضلات الهيكلية للسائقين عند اللاعبين .

### 3-1 أهداف البحث

- 1- إعداد تمارين الحبال المطاطية للاعبين كرة القدم.
- 2- التعرف على الفروق القبلية والبعديّة لبعض القدرات البدنية بين المجموعتين التجريبية والضابطة.
- 3- التعرف على الفروق البعدية في اختبارات القدرات البدنية والفعالية الكهربائية لعضلات الساقين للاعبين كرة القدم بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

### 4-1 فروض البحث

- 1- توجد فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ببعض القدرات البدنية .
- 2- هناك فروق معنوية بين قيم النشاط الكهربائي لعضلات الساقين بين المجموعتين.
- 3- هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للقدرات البدنية والفعالية الكهربائية لعضلات الساقين بين المجموعتين التجريبية والضابطة .

### 5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري / لاعبي شباب نادي البحري بكرة القدم .
- 2-5-1 المجال المكاني / ملعب نادي البحري- مختبر الفسلجة جامعة البصرة -بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 3-5-1 المجال الزمني / للفترة من 2023/10/10 لغاية 2024/1/15

### 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

#### 1-2 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة مشكلة البحث.

#### 2-2 مجتمع وعينة البحث

تم تحديد مجتمع البحث بأندية الدوري الممتاز للشباب حيث تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية بلاعبين شباب نادي البحري والمشاركين بدوري الممتاز بكرة القدم للشباب للموسم (2023-2024) وبواقع (20) لاعبا من اصل (30) لاعبا وبذلك تمثلت النسبة المئوية لأفراد العينة (66%) حيث تم توزيع اللاعبين الى مجموعتين تجريبية وضابطة عن طريق القرعة وبواقع (10) لاعبين بكل مجموعة حيث مثلت المجموعة الاولى التجريبية والثانية الضابطة وتم اجراء التجانس بينهم في جدول (1) لمتغيرات الطول والوزن والعمر والعمر التدريبي .

#### جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف وقيمة (ت) المحسوبة لمتغيرات (الطول-الوزن-العمر-العمر التدريبي) للمجموعتين التجريبية والضابطة.

المتغيرات	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			ت المحسوبة	الدلالة
	س	ع	%خ	س	ع	%خ		
العمر	18.2	2,4	%13.1	18.1	1,8	%9.9	1,2	عشوائي

عشوائي	0,83	%28.2	0.79	2.8	%25.8	0.88	3.4	العمر التدريبي
عشوائي	1,1	%2,7	4,9	175,2	%2,1	3,7	173,2	الطول
عشوائي	1,6	%3,2	2,3	71,3	%4,2	3,06	72,8	الوزن

قيمة ( ت ) الجدولية ( 1,6 ) عند درجة حرية ( 18 ) ومستوى دلالة ( 0,05 )

### 2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث

- المصادر العربية والأجنبية - الشبكة المعلوماتية الدولية - الاختبارات والقياسات المستخدمة - جهاز (EMG) نوع ( Myotrace 400 Noraxon ) امريكي الصنع - كرات قدم - مصاطب سويدية- شواخص مختلفة الأحجام- ساعة توقيت- حواجز وحبال

### 2-4 اجراءات البحث الميدانية

#### 2-4-1 الاختبارات المستخدمة بالبحث

اولا / اختبار القوة الانفجارية: اختبار الوثب العريض من الثبات. (Mowafaq, 2009)

ثانيا / اختبار القوة المميزة بالسرعة: اختبار الحجل لأقصى مسافة (10) ثانية (Qasim & Bastawisi, 1979)

ثالثا / اختبار تحمل القوة: اختبار ضرب الكرة بالراس والقدم لمدة دقيقة (Taha, 1989)

رابعا / اختبار الرشاقة: الجري المتعرج بين الشواخص على شكل (8) (Taha, 1989)

خامسا / اختبار السرعة الانتقالية: الجري السريع لمسافة 30م من الوقوف (Taha, 1989)

#### 3-4-2 القياسات المستعملة

قياس سعة الاستجابة الكهربية ومعدل ترددها عند أداء الانقباض العضلي (Qusay, 2007) حيث يتم القياس لكل من (الانقباض المتحرك المركزي - المتحرك اللامركزي ) للساقين وعن طريق اختبار التهديد بربط جهاز (EMG)

#### 2-5 التجربة الاستطلاعية

من اجل تلافي المعوقات وتذليلها ومعرفة لطبيعة الاختبارات والقياسات فضلاً عن التمارين الخاصة للقوة حيث تم إجراء تجربة استطلاعية على (6) لاعبين ولمدة ثلاثة ايام من 20-2023/10/22. وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو

#### 2-5-2 تجربة البحث الرئيسية

##### 2-5-1 الاختبارات القبليّة

تم القيام بإجراء الاختبارات القبليّة على مجموعتي البحث بتاريخ 25-2023/10/27 وفق الآلية التالية

اليوم الاول / اختبار القوة الانفجارية - الرشاقة - السرعة الانتقالية

اليوم الثاني / اختبار القوة المميزة بالسرعة - تحمل القوة

اليوم الثالث / اختبار التهديد لغرض قياس فاعلية الكهربية للساقين

#### 2-5-2 المنهج التجريبي

تم تنفيذ تمارين الحبال المطاطية المقترحة والتي تم تنفيذها بطريقة تناسب اللاعبين وخصوصية كرة القدم الشباب من حيث الأداء وواقع (8) أسابيع من تاريخ 2023/11/1 ولغاية 2024/1/1 حيث تم تنفيذ (3) وحدات تدريبية في الأسبوع للأيام

(السبت -اللاثين-الاربعاء) وتم اعتماد التمرينات في القسم الرئيسي للوحدة التدريبية وتم استخدام طريقة التدريب الفترتي والتكراري في تنفيذ التمرينات وتم البدء بشدة 70% لغاية 100% وتم تحديدها عن طريق استخدام النبض القسوي في تحديدها ، أما الراحة فتم اعتماد نبض 120ض/د عند تنفيذ التمرينات بطريقة الفترتي مرتفع الشدة أما الراحة بطريقة التكراري فتكون من 100الى 110ض/د .

### 2-3-5 الاختبارات البعدية

قام الباحث وبمساعدة مجموعة العمل المساعد بأجراء الاختبارات البعدية بتاريخ 2024/1/4-2

### 2-6 الوسائل الإحصائية

تم اعتماد الحقيبة الإحصائية SPSS21.

### عرض ومناقشة النتائج

### 3-1 عرض ومناقشة نتائج الفروق لاختبارات القبليّة والبعدية

#### جدول ( 2 )

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للقدرات البدنية للاختبار القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		ت المحسوبة	الدالة
		ع	س	ع	س		
التجريبية	القوة الانفجارية/م	2,14	0,21	2,39	0,16	2,6	معنوي
	المميزة بالسرعة /م	32,6	1,09	39,5	0,93	4,8	معنوي
	تحمل القوة / عدد	28,3	2,09	35,02	1,87	5,03	معنوي
	الرشاقة	6,77	0,25	6,22	0,28	4,1	معنوي
	السرعة الانتقالية	6,42	0,37	6,18	0,43	3,1	معنوي
الضابطة	القوة الانفجارية/م	2,11	0,16	2,22	0,9	1,5	عشوائي
	المميزة بالسرعة /م	33,08	0,83	36,7	0,51	10,05	معنوي
	تحمل القوة / عدد	27,56	3,02	31,23	2,34	3,8	معنوي
	الرشاقة	7,3	0,21	6,86	0,26	3,7	معنوي
	السرعة الانتقالية	6,46	0,32	6,24	0,19	2,8	معنوي

قيمة (ت) الجدولية (2.1) عند مستوى دلالة (0,05)

من خلال جدول (2) نجد ان قيم(ت) المحسوبة أكبر من الجدولية البالغة (2.1) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) ويفسر الباحث هذه المعنوية إلى التخطيط الصحيح والسليم لتمرينات الحبال المطاطية التي تكون ذو شدد متنوعة نتيجة انواعها المستخدمة فضلا استخدام الاساليب التدريبية المناسبة لتطوير القدرات البدنية بفترة الاعداد الخاص مما اظهرت هذه المعنوية للمجموعتين " يؤدي استخدام حمل التدريب بطريقة سليمة إلى نجاح عملية التدريب وبذلك يرتفع مستوى الأداء وتتحقق النتائج"

(Abu El-Ela Abdel Fattah, 1996)

## جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبار القبلي والبعدي لسعة الاستجابة للتقلص المتحرك لعضلات الساقين للمجموعتين

المجموعة	نوع القياس	النوع	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	الدلالة
			ع	س	ع	س		
التجريبية	اختبار العضلة الفخذية (UV) من الحركة	سعة استجابة	19.5	467.8	17.2	554.2	6.78	معنوي
	اختبار العضلة الساقية (UV) من الحركة	سعة استجابة	9.04	286.9	11.3	334.5	10.53	معنوي
الضابطة	اختبار العضلة الفخذية (UV) من الحركة	سعة استجابة	22.2	470.5	15.2	529.4	5.8	معنوي
	اختبار العضلة الساقية (UV) من الحركة	سعة استجابة	10.7	266.7	8.8	319.6	9.8	معنوي

قيمة (ت) الجدولية (2.1) عند مستوى دلالة (0.05)

## جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبار القبلي والبعدي لتردد التقلص المتحرك لعضلات الساقين للمجموعتين

المجموعة	نوع القياس	النوع	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	الدلالة
			ع	س	ع	س		
التجريبية	اختبار العضلة الفخذية (UV/MS) من الحركة	تردد التقلص	6.6	84.3	4.4	96.2	4.1	معنوي
	اختبار العضلة الساقية (UV/MS) من الحركة	تردد التقلص	2.7	69.3	2.2	85.4	12.3	معنوي
الضابطة	اختبار العضلة الفخذية (UV/MS) من الحركة	تردد التقلص	5.6	85.7	4.2	91.3	2.4	معنوي
	اختبار العضلة الساقية (UV/MS) من الحركة	تردد التقلص	2.7	70.4	1.3	81.3	9.2	معنوي

من خلال جدول (4-5) نجد ان جميع قيم (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية لقياس سعة الاستجابة للتقلص المتحرك لعضلات الساقين ونفس هذه المعنوية بسبب التكيف الحادث في الجهاز العضلي نتيجة التدريب المستمر لفترة شهرين مع التنوع بالشدد التدريبية وانواع القوة خلال التدريبات المستخدمة الذي كان له الاثر الكبير على زيادة الكتلة العضلية التي تلعب دور كبير في إنتاج القوة العضلية ولا سيما عند لاعبي كرة القدم الذي يتمتع بقدر عال من القوة لما يتطلبه الاداء للقيام بواجباتهم الحركية الأخرى كالسرعة والأداء المهاري وهذا الأمر يتطلب ارتفاع في درجة تراكب خيوط الاكتين والمايوسين وهذا ما أكده غايتون وهول "بان التقلص العضلي يحصل عندما يكون هناك تركيباً قسوياً بين خيوط الاكتين والجسور العابرة لخيوط المايوسين مما يدعم الفكرة بأنه كلما زاد عدد جسور العابرة التي تسحب خيوط الاكتين زادت شدة التقلص" (Guyton and Hall, 1997) (Mirza et al., 2024)

## 2-4 عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات والقياسات البعدية

## جدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبار البعدي للقدرات البدنية بين المجموعتين

الدلالة	ت المحسوبة	الضابطة		التجريبية		المتغيرات
		ع	س	ع	س	
معنوي	3.1	0.9	2.22	0.16	2.39	القوة الانفجارية/م
معنوي	7	0.51	36.7	0.93	39.5	المميزة بالسرعة /م
معنوي	2.8	2.34	31.23	1.87	35.02	تحمل القوة / عدد
معنوي	3.2	0.26	6.86	0.28	6.22	الرشاقة
غير معنوي	1.8	0.19	6.24	0.43	6.18	السرعة الانتقالية

قيمة (ت) الجدولية (1.9) عند مستوى دلالة (0.05)

من خلال جدول (5) نجد ان قيم (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية ولصالح المجموعة التجريبية ونفسر هذه المعنوية الى طبيعة استخدام تمارين الحبال المطاطية بأنواعها خلال الدورة التدريبية الاسبوعية وما تتخلله من فترات استشفاء بين انواع القوة مما يتيح لها البناء العضلي السليم وهذا ما يؤكد محمد حسن وابوالعلا احمد " ان تكرار الحمل البدني لعدة اسابيع يشمل تغيرات وظيفية وبنائية نتيجة التدريب بحيث تكمن هذه التغيرات الجسم من الاستجابة بسهولة اكثر " (Muhammad & Abu Al- Ela, 2000) كما نضيف بان تدريب القوة بالحبال المطاطية ذات الاحجام المختلفة لها الاثر برفع مستوى القوة للاعبين حيث سهولة اداء هذه التمارين مع الاداء (التكنيك) الصحيح لمسار القوة المنتجة اثناء ربط الحبال بالساقين وكذلك لاي حركات يقوم بها اللاعب فضلا عن كونها تكون اقتصادية بالتدريب وتدمج اكثر من صفة وغاية بدنية وهذا ما يشير اليه حسام الدين " ان استخدام الحبال المطاطية تعطي قوى مختلفة تضاعف كفاءة التمارين لأنها تساعد في مضاعفة سعة الحركة في المفاصل " (Hussam, 1997)

## جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبار البعدي لعضلات الساقين بين المجموعتين

الدلالة	ت المحسوبة	الضابطة		التجريبية		النوع	نوع القياس
		ع	س	ع	س		
معنوي	2.02	15.2	529.4	17.2	554.2	سعة استجابة	اختبار العضلة الفخذية (UV) من الحركة
معنوي	2.5	8.8	319.6	11.3	334.5	سعة استجابة	اختبار العضلة الساقية (UV) من الحركة
معنوي	3	4.2	91.3	4.4	96.2	تردد التقلص	اختبار العضلة الفخذية (UV/MS) من الحركة

اختبار العضلة الساقية (UV/MS) من الحركة	تردد التقلص	85,4	2,2	81,3	1,3	6.1	معنوي
---	-------------	------	-----	------	-----	-----	-------

قيمة (ت) الجدولية (1.9) عند مستوى دلالة (0,05)

من خلال جدول (6) نجد ان قيم(ت) المحسوبة اكبر من الجدولية مما يدل على معنوية الفروق ولصالح المجموعة التجريبية ونعزو هذه المعنوية المعنوية إلى التمرينات المعدة والمقنته ذات الطبيعة التخصصية بالقوة وفق استخدام الحبال المطاطية التي تلائم تدريبات القوة بكرة القدم (Musharraf et al., 2022) (BadrKhalaf et al., 2021) (H. BadrKhalaf et al., 2021) مما تسبب بتكيف العضلات في انقباضها بسرعة وتردد عالي فضلاً عن التضخم العضلي الناتج بفعل هذه الحبال المطاطية وهذا ما يؤكد محمد حسن وابو العلا احمد " ان التضخم العضلة من احد العوامل الاساسية المرتبطة بالقوة العضلية ومن المعروف ان تدريب القوة يزيد من حجم العضلات ونسبة النسيج العضلي في الجسم التي يمكن ان تصل من 50-55% من وزن الجسم كله بالنسبة لرياضيين " (Muhammad & Abu Al-Ela, 2000) وهذا ما نجده من خلال الاداء الحركي للمهارات التي تم تطويرها بسبب رفع القابلية الحركية لهم باستخدام الحبال المطاطية ذات قوى مختلفة تساعد على المقاومات الخارجية كالمناقص او قواه الداخلية لتسليط الكرة بكل قوة بالتهديف او المناولة وغيرها من الحركات فانه يقوم بتجميع وحدات حركية كثيرة بعد تحفيز الخلايا العصبية وهذا يؤكد دور تمرينات القوة بالحبال المطاطية وبالتالي يكون هناك انتاجية واقتصادية في عمل العضلات المنقبضة الاساسية دون الحاجة الى عضلات اضافية وهذا ما يشير إليه أبو العلا احمد " أن التكيف الفسيولوجي يحدث بناءً على تحسن عمليات تجنيد نوعيات الألياف العضلية المشاركة في الانقباض العضلي وكذلك تنمية خصائص وتزامن نشاط الوحدات الحركية الداخلي كذلك تزامن عمل العضلات الخارجي من خلال استخدام العضلات المعينة بالعمل" (Abu Al-Ala, 2003) كما نضيف زيادة تكرار الخاصة بالحبال المطاطية لها الاثر الكبير بزيادة كفاءة المستقبلات الحسية في العضلات العاملة للساقين وهو ما أدى إلى تحسن عمل الجهاز العصبي في سعة الاستجابة ومن ثم التردد في التقلص العضلي بشكل أفضل ما يكون أي دون زيادة أو نقصان في الإشارة الكهربائية للعضلات المنقبضة العاملة.

#### الاستنتاجات والتوصيات

##### 1-4 الاستنتاجات

- 1- لتمرينات الحبال المطاطية دور ايجابي في تطوير القدرات البدنية وسعة الاستجابة والتردد التقلص العضلي المتحرك.
- 2- أظهرت الدراسة بحدوث التكيف في الجهاز العصبي والعضلي بسبب تمرينات بالحبال المطاطية ذات الطبيعة التخصصية للاعبين كرة القدم .

3- هناك زيادة في سعة الاستجابة والتردد للتقلص العضلي المتحرك من خلال النتائج إلي تم التوصل إليها للعضلات قيد الدراسة.

4- يصف الباحث العينة ضمن مقبولة المستوى لما أحدث من تقدم وتكيف لها في المتغيرات المبحوثة.

##### 2-4 التوصيات

- 1- اعتماد التمرينات المعدة في تدريب لاعبي كرة القدم.
- 2- اعتماد نتائج البحث عند الانتقاء الرياضي المبكر لمعرفة كيفية الوصول إليه إلى عمليات التكيف.
- 3- التأكيد على أهمية تمرينات الحبال المطاطية خلال إعداد اللاعبين وبجميع فترات الأعداد لما لها دور كبير برفع المستوى البدني والمهاري والوظيفي للاعبين

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي شباب نادي البحري بكرة القدم

تضارب المصالح :- يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

علي محمد جابر <https://orcid.org/0000-0003-2430-1943>

## References

- Abu Al-Ala, A. A. F. (2003). *Physiology of Training and Sports* (1st edition, p. 126). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Abu El-Ela Abdel Fattah. (1996). *Load training and athlete health*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Ali, N. H. D. Q. M., & Lewis, W. (2019). Effect of exercises using rubber ropes and water on some types of strength and completion of the effectiveness of discus. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 61.
- Alsaeed, R., Hassn, Y. , Alaboudi, W. , & Aldywan, L. (. (2023). Biomechanical analytical study of some obstacles affecting the development of football players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 10(23), 342–346.  
<https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3e.2967>
- BadrKhalaf, H. , Aldewan, L. H., & Abdul-Hussein, Th. S. (2021). The effect of McCarthy 's model on developing the football scoring skill for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 67, 170–182. <https://www.iasj.net/iasj/article/213521>
- BadrKhalaf, H., Aldewan, L. H., & Abdul-Hussein, Th. S. (2021). The impact of the Zahorek model on the development of students' football dodge skill. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 31(1), 173–185. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/88>
- Guyton and Hall. (1997). Reference in Medical Physiology. In *translated by Sadiq Al-Hilali* (p. 94). Academia International Publishing.
- Hussam, A.-D. T. at all. (1997). *undamentals of Modern Training* (p. 263). Dar Al-Israa for Publishing.
- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self-scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1).
- Lazem, M. A., Abbas, N. Y. H., & Mohammed, L. H. (2024). The Effectiveness of The Blended Learning Strategy in Learning Some Complex Offensive Skills in Futsal for Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>
- Mirza, T. A., Hamed, R. R., & Khan, B. M. A. (2024). Training with rubber ropes according to the direction of movement and its effect on the strength endurance of the arms and legs and its relationship to the completion of the Clean and jerk for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).

- Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al-Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research, 34*(1), 17–27. <https://doi.org/10.55998/jrsrse.v34i1.469>
- Mowafaq, A. M. (2009). *Tests and tactics in football* (2nd edition, p. 40). Dar Dijlah.
- Muhammad, H. A., & Abu Al-Ela, A. A. F. (2000). *Physiology of Sports Training* (p. 13). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Musharraf, A. J., Harbi, A. R. N., Hammadi, J. N., & Fayhan, A. Q. S. A. (2022). A study comparing some motor abilities between soccer and handball players. *Sciences Journal Of Physical Education, 15*(3).
- Qasim, H. H., & Bastawisi, A. (1979). *Isotonic muscle training in the field of sporting events* (p. 154). Arab World Press.
- Qusay, S. M. A. (2007). *Design and standardization of tests to measure the amplitude of the electrical response, its rate of frequency, and the extent of compatibility of muscle fiber work* [Master's thesis]. University of Basra.
- Rasoul, T. H. A. (2024). Evaluating The Effectiveness Of Different Teaching Methods In Improving Skill Performance In Teaching Football. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(2), 70–80. <https://doi.org/10.55998/jrsrse.v34i2.505>
- Taha, I. et all. (1989). *Football between theory and practice, physical preparation* (p. 252). Dar Al-Fikr Al-Arabi.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## Designing and codifying a test to evaluate the performance endurance of the smashing skill according to the recovery compensation index for young volleyball players

Donia Asaad Abboud <sup>1</sup>✉ 

naeema Zidane Khalaf <sup>2</sup>✉

General Directorate of Education, Baghdad - Al-Rusafa II1

University of Baghdad/College of Physical Education and Sports Sciences for Girls<sup>2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 14/3/2024

Accepted 16/4/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Performance endurance, recovery compensation, design and regulation, volleyball



website

### Abstract

The aim of the study is to: Designing and codifying a performance endurance test for the smashing skill of young volleyball players. Finding standard degrees and levels of performance tolerance for the smashing skill. The two researchers used the descriptive approach, and the research sample included youth volleyball players (Refineries north club, Al-Shorta, Erbil, and Southern gas), and their number reached (42 players). After that, the results were presented, analyzed, and discussed. The two researchers used appropriate tests to extract the variables for the research, and the results were processed using appropriate statistical methods. The two researchers came out with the following most important conclusions: Finding grades and standard levels for the test that would serve as objective evidence in evaluating the level of the player in relation to the group to which he belongs. The researchers recommend the need to pay attention to physical and skill tests and measurements because they reflect the level reached by players.

DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.607> ©Authors, 2023. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تصميم وتقنين اختبار لتقييم تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق وفقا لمؤشر تعويض الاستشفاء لدى للاعبين الشباب بالكرة الطائرة

✉ 2 نعيمة زيدان خلف

جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات<sup>2</sup>

ID ✉ 1 دنيا أسعد عيود

المديرية العامة لتربية بغداد - الرصافة الثانية<sup>1</sup>

#### المخلص

هدف الدراسة الى: تصميم وتقنين اختبار لتحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق للاعبين الشباب بالكرة الطائرة. ايجاد درجات ومستويات معيارية لتحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق. واستخدمت الباحثان المنهج الوصفي وتضمنت عينة البحث لاعبي كرة طائرة فئة الشباب (نادي مصافي الشمال، الشرطة، أربيل، غاز الجنوب) وبلغ عددهم (42 لاعبا). بعد ذلك تم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، واستخدمت الباحثان الاختبارات المناسبة لاستخراج المتغيرات الخاصة بالبحث، وتم معالجة النتائج بالوسائل الإحصائية المناسبة. وخرجت الباحثان اهم الاستنتاجات التالية: إيجاد الدرجات ومستويات معيارية للاختبار تكون بمثابة الدليل الموضوعي في تقييم مستوى اللاعب بالنسبة الى المجموعة التي ينتمي اليها. توصي الباحثان بضرورة الاهتمام بالاختبارات والمقاييس البدنية والمهارية لأنها تعكس المستوى الذي يصل اليه اللاعبون.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/3/14

القبول : 2024/4/16

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024

#### الكلمات المفتاحية :

تحمل الأداء، تعويض الاستشفاء، تصميم وتقنين، الكرة الطائرة

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

ان اهم ما يميز عصرنا الحاضر هو التطور العلمي والتقني الكبير الذي حصل في مجالات الحياة وظهور نتاجات الاختراعات العلمية الحديثة التي أحدثت تغييرات هائلة في كل مرافق حياتنا العصرية ومنها المجال الرياضي، وان اختصاص التربية البدنية والرياضية كمجال يعتمد على العديد من العلوم وهو بحاجة ماسة إلى الاستفادة من التقنيات والإمكانيات العلمية في اجراء الاختبارات والقياسات لمختلف الفئات العمرية حتى يتم برمجة المنهج العلمي ذات المعايير الصحيحة للوقوف على المعوقات التي تواجه الرياضيين بشكل عام واللاعبين الكرة الطائرة بشكل خاص للوصول بهم إلى أعلى المستويات الرياضية (Oudah et al., 2022), تلعب الاختبارات دورا اساسيا وهاما في المجال الرياضي ويتضح ذلك في عملية التقييم، يعرف " عملية جمع معلومات وبيانات وترتيبها وتفسيرها للمساعدة على اخذ قرار بشأن اللاعبين وتوجيههم بحسب استعداداتهم وميولهم وهذه العملية تتم من خلال اختبارات الأداء" (Muhammad,2011) (Khazal et al., 2024) ان طبيعة الاداء في كرة الطائرة تعتمد على درجة كفاءة اللاعب لأداء المهارات الأساسية سواء كانت دفاعية او هجومية بالكرة او بدونها وتوظيف تلك المهارات اثناء القيام بالعمل التحمل الأداء المهارة الضرب الساحق الذي تمكن اللاعب من تحقيق الانجاز الرياضي والوصول لل غاية الاساسية من الاداء الفردي والجماعي ان الصفة المميزة للتحمل لا يرتبط بزيادة مدة الحمل الى اطول ما يمكن بل المحافظة على المستوى العالي في الاداء . تحمل الاداء بأنه إمكانية اللاعب على تنفيذ مجموعة من الواجبات الحركية والمهارية والخطوية بشكل مستمر لفترة زمنية طويلة نسبيا دون الشعور بالتعب الأداء (H. Y. Hassan, 2013). (Awad et al., 2022) ونتيجة التدريب يحدث استهلاك لمصادر الطاقة وحسب نوع تدريب الهوائي او اللاهوائي بحمل متوسط او عالي وعليه يجب تعويض هذه الطاقة المصروفة، ان الجسم بعد التدريبات الرياضية قد عوض ما تم استهلاكه من مصادر الطاقة بشكل أكبر مما تم استهلاكه. وهذا يعني ان مصادر الطاقة الموجودة في الجسم بعد فترة الاستشفاء تكون أكبر في كثير من الأحيان من الطاقة التي كانت موجودة أصلا بالجسم قبل استهلاكها في التدريب وبذلك فان مستوى الطاقة يرتفع قليلا عن نقطة البداية وتسمى هذه مرحلة (فوق التعويض) ونتيجة للتدريبات الرياضية وحدوث التعب وعمليات استعادة الشفاء تحدث الاستجابات والتكيفات الوظيفية لأجهزة وأعضاء الجسم المختلفة. (Ahmed et al., 2023)

ومن هنا جاءت اهمية البحث في تصميم الاختبار الذي يساهم في تفسير الظواهر في المجالات كافة لاسيما المجال الرياضي، لأن الاختبارات تحول الظاهرة عند وصفها الى كم أو رقم، مما يوفر الدقة عند تحليلها وتفسيرها، التقييم التشخيص الذي يعطي وصف دقيق للاعبين من حيث التكيفات الناتجة من عملية التدريب ومدى الاستجابة الحقيقية لهذه التكيفات وامكانية الاجهزة الوظيفية في الجسم بالطاقة لتغطية الجهود المبذولة. (Kadhim et al., 2024) (Ghazi et al., 2024)

### مشكلة البحث:

تعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي تتميز بتعدد مهاراتها الحركية الأساسية وهذه المهارات تتخذ الترابط والتسلسل سمة غالبية لها، وتعد صفة التحمل من أهم الوسائل التي تعمل على توظيف المهارات الفردية والخطوية لدى لاعبين الكرة الطائرة وان أي ضعف في أي قدرة بدنية يؤدي إلى ضعف ملموس وواضح في

الأداء لمهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ومن هنا نشأت مشكلة البحث بنية دراستها وإيجاد أفضل الحلول لها.

#### اهداف البحث:

- 1- تصميم اختبار التحمل الأداء المهارة الضرب الساحق لدى للاعبين الشباب الكرة الطائرة.
- 2- إيجاد درجات ومستويات معيارية لتحمل الأداء واختبار تعويض الاستشفاء.

#### مجالات البحث:

- 1- المجال البشري: اللاعبون الضاربون الشباب بالكرة الطائرة (مصافي الشمال، الشرطة، أربيل، غاز الجنوب).
- 2- المجال المكاني: ملعب المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في لعبة الكرة الطائرة في محافظة بغداد.
- 3- المجال الزمني: من الفترة 2023 / 2 / 15 ولغاية 2023 / 4 / 13 م.

#### منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

#### منهج البحث: استعملت الباحثتان المنهج الوصفي

اعتمدت الباحثتان على المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث لأنه تكامل مجموعة من الإجراءات البحثية الدراسية لوصف الظاهرة ما اعتمادا على جمع المعلومات والبيانات وتصنيفها وتحليلها بدقة عالية ومعالجتها لاستخلاص دلالتها وصولا الى استنتاجات وإعطاء عن الظاهرة المراد دراستها.

#### مجتمع وعينات البحث:

قامت الباحثتان بتحديد مجتمع البحث وهم لاعبو الشباب الكرة الطائرة حيث بلغ مجتمع البحث (48) لاعبا الكرة الطائرة لاعبا وكانت عينة البحث (42) الأندية الكرة الطائرة الشباب (مصافي الشمال، الشرطة، أربيل، غاز الجنوب) بغداد، استبعاد (6) اللاعبين من نادي مصافي الشمال عينة التجربة الاستطلاعية وقد شكلت نسبة مئوية مقدارها (5.87 %).

#### جدول (1)

#### يبين تفاصيل مجتمع البحث

المنغيرات	مجتمع البحث	عينة البحث	النسبة المئوية	عينة التجربة الاستطلاعية	النسبة المئوية	العدد الكلي للعينة
للاعبين الكرة الطائرة	48	42	87,5%	6	12,5%	48

#### الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

- المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية، المقابلات الشخصية، الاستبانة، الملاحظة، شبكة المعلومات الدولية (Internet)، الاختبار والقياس، استمارة تفرغ وجمع البيانات، جهاز قياس النبض عدد (1)، حاسبة لأب توب نوع hp (1)، حاسبة شخصية صغيرة عدد (1)، ساعة توقيت الكترونية عدد (1)، ملعب كرة طائرة، كرات طائرة عدد (10)، شريط لاصق ملون عدد (2)، كاميرا ديجتال نوع Canon يابانية الصنع، صافرة يدوية عدد (3).

#### إجراءات البحث الميدانية: -

تحقيقا لأهداف البحث قامت الباحثتان بإجراء بناء اختبار تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق وفق الخطوات الآتية:

أولاً- تحديد الهدف من الاختبار: (بناء اختبار تحمل الأداء المهارة الضرب الساحق) للاعبين الشباب بالكرة الطائرة

ثانياً- تحديد مواصفات اختبار تحمل الأداء:

بعد الاطلاع على المرجع والمصادر والنظريات والدارسات المرتبطة بموضوع البحث، واستطلاع آراء الخبراء والمختصين في مجال الكرة الطائرة والاختبارات تم تحديد مواصفات الاختبار ومن اجل التعرف على مدى صلاحية الاختبار لجأت الباحثان إلى عرضها على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في الكرة الطائرة، والاختبار والقياس إذ الاستبيان هو مجموعة من الأسئلة المكتوبة التي تعد بقصد الحصول على معلومات او آراء الباحثين حول ظاهرة او موقف معين وقد أخذت الباحثتان بالملاحظات المهمة التي أبدتها السادة الخبراء والمختصين في صلاحية او عدم صلاحية تلك المواصفات وتحليل آراء السادة الخبراء والمختصين ملحق (1) إحصائيا استعمل الباحثان اختبار (كا<sup>2</sup>) لبيان اتفاقهم حسن المطابقة حول الاختبار وكما هو مبين في الجدول (2).

## جدول (2)

يبين اتفاق السادة الخبراء حول اختبار تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق وتعويض الاستشفاء

اسم الاختبار	عدد الخبراء	الخبراء الموافقون	قيمة كا <sup>2</sup>	النسبة المئوية	Si	المعنوية
1- تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق	10	9	6,4	%90	0,00	معنوي
2- تعويض الاستشفاء	10	10	10	%100	0,00	معنوي

الاختبارات المستعملة في البحث:

1- اختبار دنيا لتحمل الأداء المهارة الضرب الساحق.

2- قياس تعويض الاستشفاء.

ثالثا - الصيغة الأولية للاختبار: -

لوضع الصيغة الأولية لهذا للاختبار قامت الباحثتان بأجراء خطوات علمية عدة والتي تلخصت بما يأتي: -

- إعداد تعليمات الاختبار: -

بعد أن تمت الموافقة على صلاحية الاختبار من قبل السادة لخبراء والمختصين تم إعداد التعليمات الخاصة بالاختبار التي توضح للمختبر كيفية أداء الاختبار، وقد روعي في إعداد هذه التعليمات إن تكون واضحة وسهلة الفهم ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات رسما توضيحيا للاختبار.

اسم الاختبار: اختبار دنيا لتقييم تحمل الاداء المهارة الضرب الساحق.

الغرض من الاختبار: تقييم تحمل الاداء لمهارة الضرب الساحق

مستوى السن والجنس: لاعبي الكرة الطائرة الشباب (18- 19)

الادوات المستخدمة: ملعب كرة طائرة - كرات طائرة عدد 5 - شريط قياس - ساعة توقيت - صافرة.

طريقة الاداء: يقف المختبر على في المنطقة المحددة والتي تبعد (9 م) عن خط منتصف الملعب و(2م) عن الخط الجانبي لجهة اليسار وعند سماع اشارة البدء يقوم المختبر بالانطلاق لأداء الضربة الهجومية للكرة المعدة من المساعد من مركز أربعة باتجاه المناطق المقسمة في الجهة الاخرى من الملعب المقسمة لمناطق دقة تأخذ الكرة إذا سقطت في المنطقة الدرجة المسجلة بداخل المنطقة، وكرر الأداء لمدة 45 ثانية.

شروط الاختبار: - يتم حساب مجموع المسافة المقطوعة خلال زمن اداء الاختبار.

- يتم اعطاء محاولتان للمختبر وتحسب أفضل مسافة مقطوعة بعد اخذ الراحة 1 د.

- التأكد على صحة الاداء الفني وفقا لقوانين اللعبة.
  - التسجيل: - يتم حساب زمن الاداء لأقرب 100/1 ثانية.
  - يتم حساب مجموع المسافة المقطوعة خلال زمن 45 ثانية.
  - يسجل عدد المحاولات الناجحة الدقة للأداء مهارة الضرب الساحق.
- لتقييم مؤشر تحمل الاداء المهاري =  $\frac{\text{الكتلة} - \text{المسافة المقطوعة}}{\text{مجموع الدقة}}$  الزمن 2

اشتقاق مؤشر سرعة الأداء: (Mustafa & Fares, 2014)

من خلال تعريف سرعة الأداء وهو ضبط تنسيق السرعة بما يخدم الواجب الحركي اذ تتمثل عملية السرعة بمعدل تغير السرعة على أساس زمن الأداء، اذ نجد من الناحية الفيزيائية ان هناك علاقة عكسية بين كل من السرعة وزمن الأداء اذ تتمثل هذه العلاقة بالتعجيل (التسارع في الأداء)

$$\text{التعجيل} = \frac{\text{السرعة النهائية} - \text{السرعة الابتدائية}}{\text{الزمن}} \dots\dots\dots (1)$$

وبما ان (المختبر) انطلق من حالة السكون عند أداء الاختبار فهذا يعني ان السرعة الابتدائية تساوي (صفر)

$$\text{عليه يكون التعجيل ( التسارع بالأداء )} = \frac{\text{السرعة}}{\text{الزمن}} \dots\dots\dots (2)$$

$$\text{بما ان السرعة} = \frac{\text{المسافة}}{\text{الزمن}} \dots\dots\dots (3)$$

بتعويض معادلة (2) في المعادلة (3)

$$\text{عليه يكون التسارع في الأداء} = \frac{\text{المسافة/الزمن}}{\text{الزمن}}$$

التسارع بالأداء =  $\frac{\text{المسافة}}{\text{الزمن}^2}$  وبما ان كتلة ( المختبر ) من العوامل المهمة التي تضمن استمرارية الأداء فضلا عن متغير

عامل الدقة في الضرب الساحق وهو من المتطلبات التابعة في اختبار سرعة الأداء المهاري عليه يكون مؤشر سرعة الأداء في ضوء ما سبق ذكره أعلاه.

تعويض الاستشفاء: (Muwaffaq et al., 2019)

وهي تعني ان الجسم بعد التدريبات الرياضية قد عوض ما تم استهلاكه من مصادر الطاقة بشكل أكبر مما تم استهلاكه وهذا يعني ان مصادر الطاقة الموجودة في الجسم بعد فترة الاستشفاء تكون أكبر في كثير من الأحيان من الطاقة التي كانت موجودة أصلا بالجسم قبل استهلاكها في التدريب وبذلك فان مستوى الطاقة يرتفع قليلا عن نقطة البداية وتسمى هذه مرحلة (تعويض) ونتيجة للتدريبات الرياضية وحدوث التعب وعمليات استعادة الشفاء تحدث الاستجابات والتكيفات الوظيفية لأجهزة وأعضاء الجسم المختلفة.

قياس تعويض الاستشفاء: عن طريق جهاز النبض بعد الأداء مباشرة يحدث مؤشر لتعويض الاستشفاء عندما يكون النبض اقل من 120 ض/د.

التجربة الاستطلاعية الاولى: -

من أجل التأكد من وضوح تعليمات الاختبار ووضوحه، وبحضور فريق العمل المساعد وتهيئة كل المستلزمات المطلوبة من أجهزة وأدوات والاستمارات الخاصة بالبيانات، إذ الهدف من جراء هذه التجربة التعرف على ظروف تطبيق الاختبار وما يرافق ذلك من صعوبات أو معوقات، واليجابيات قامت الباحثتان بتطبيق التجربة الأولى على عينة استطلاعية مؤلفة من (6) لاعبين اختير عشوائياً وذلك في 2023/2/25 المصادف يوم السبت في تمام الساعة الثالثة عصراً في ملعب نادي مصافي الشمال في صلاح الدين عينة من فئة الشباب، لأداء الاختبار قيد البحث.

### الأسس العلمية للاختبار

#### الصدق

يعد الصدق أحد الاسس العلمية المهمة في الاختبار، ولغرض التحقق من صدق الاختبار تحمل الاداء لمهارة الضرب الساحق، فقد استخدم صدق المحتوى أو المضمون الذي يهدف إلى بيان ارتباط الجانب المقيس بغيره من الجوانب الأخرى بالنسبة للظاهرة وغالباً ما يتم عن طريق الحكم المنطقي على كينونة أو وجود السمة أو الصفة أو القدرة المقيسة للتحقق عما إذا كانت وسيلة المقترحة قياسها فعلاً ام لا. لذلك فقد عرضت استمارة الاختبار تحمل الاداء لمهارة الضرب الساحق على مجموعة من المختصين في الكرة الطائرة، كما في ملحق (1) وقد اتفقوا على صدقها وصحة ارتباطها بالجانب المهاري، كما جدول رقم (3).

#### جدول (3)

اسم الاختبار	عدد الخبراء	الخبراء الموافقون	قيمة كا <sup>2</sup>	النسبة المئوية	Si	المعنوية
1- تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق	10	9	6,4	%90	0,00	معنوي

#### ثبات الاختبار:

يأخذ ثبات الاختبار حيزاً لا يقل أهمية عن صدقه، فهو يمثل صفة من صفات الاختبار الجيد، وهو درجة تماسك الاختبار، أي ان الاختبار يؤشر النتائج نفسها إذا ما تم اعادته على العينة نفسها وفي ظروف الاختبار الأول نفسها، فهو عنصر أساس من عناصر نجاح الاختبار. وبعد الحصول على النتائج تم معالجة الاختبارات البيانات إحصائية باستخدام معامل الارتباط البسيط (Person). إذ بلغت قيمة R المحسوبة لاختبار تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق 0.91 وبلغت الاختبار قياس تعويض الاستشفاء 0.94.

#### موضوعية الاختبار

بما ان الأدوات التي تم استعمالها تعتمد على أدوات قياس واضحة ولأن نتائج تسجل بوحدات (المتر واجزاءه، الدقائق، والثواني، عدد التكرارات) الامر الذي جعل الباحثتان تعدان الاختبارات المستخدمة في البحث ذات موضوعية عالية.

**لتجربة الرئيسية:** تم تطبيقها على عينة البحث البالغة (42) بتاريخ 4 -2023/3/5 يومي السبت والأحد مع مراعاة كافة الإجراءات القانونية في اثناء تنفيذ الاختبار النهائي، ثم جمعت النتائج وتم تفرغها ومعالجتها احصائياً.

الوسائل الاحصائية: استخدام الباحثتان البرنامج الإحصائي (Spas)

\_ عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

عرض وتحليل نتائج الاختبار المصمم والقياس تعويض الاستشفاء لعينة البحث

جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري واعلى قيمة وأدنى قيمة للاختبار المصمم وتعويض

الاستشفاء التي طبقت على افراد عينة البحث

المعالجة	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	اعلى قيمة	ادنى قيمة
1-الاختبار تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق	كغم, ثا, درجة	14.632	3.478	0.541	15	13
2- تعويض الاستشفاء	ض,د	142.10	19.22	2.99	144.37	139.833

جدول (5)

يبين الدرجات الخام والدرجات المعيارية لاختبار تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق المقدار الثابت (0.34)

الدرجات المعيارية	الدرجات الخام						
1	31.29 2	26	22.79 2	51	14.29 2	76	5.792
2	30.95 2	27	22.45 2	52	13.95 2	77	5.452
3	30.61 2	28	22.11 2	53	13.61 2	78	5.112
4	30.27 2	29	21.77 2	54	13.27 2	79	4.772
5	29.93 2	30	21.43 2	55	12.93 2	80	4.432
6	29.59 2	31	21.09 2	56	12.59 2	81	4.092
7	29.25 2	32	20.75 2	57	12.25 2	82	3.572
8	28.91 2	33	20.41 2	58	11.91 2	83	3.412
9	28.57 2	34	20.07 2	59	11.57 2	84	3.072
10	28.23 2	35	19.73 2	60	11.23 2	85	2.732
11	27.89 2	36	19.39 2	61	10.89 2	86	2.392
12	27.55 2	37	19.05 2	62	10.55 2	87	2.052

1.712	88	10.21 2	63	18.71 2	38	27.21 2	13
1.372	89	9.872	64	18.37 2	39	26.87 2	14
1.032	90	9.532	65	18.03 2	40	26.53 2	15
0.692	91	9.192	66	17.69 2	41	26.19 2	16
0.352	92	8.852	67	17.35 2	42	25.85 2	17
0.012	93	8.512	68	17.01 2	43	25.51 2	18
0.328 -	94	8.172	69	16.67 2	44	25.17 2	19
0.668 -	95	7.832	70	16.33 2	45	24.83 2	20
1.008 -	96	7.492	71	15.99 2	46	24.49 2	21
1.348 -	97	7.152	72	15.65 2	47	24.15 2	22
1.688 -	98	6.812	73	15.31 2	48	23.81 2	23
2.028 -	99	6.472	74	14.97 2	49	23.47 2	24
2.368 -	100	6.132	75	14.63 2	50	23.12 3	25

المستويات المعيارية لاختبار تحمل الأداء المهارة الضرب الساحق

جدول (6)

يبين المستويات المعيارية والنسب المقررة لها والدرجات الخام والدرجات المعيارية المعدلة وعدد اللاعبين والنسب المئوية لكل مستوى في اختبار تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق

النسبة المئوية	عدد المختبرين	الدرجات المعيارية المعدلة	الدرجات الخام	المستويات
%14.2	6	20 فما دون	-31.292 24.832	جيد جدا
%16.6	7	40-21	-24.492 18.032	جيد
%33.3	14	60-41	-17.692 11.232	متوسط
%23.8	10	80-61	4.432-10.892	مقبول
%12	5	81 فما فوق	0.012-4.092	ضعيف

اذ تعزو الباحثان سبب الاختلاف والتباين بين افراد عينة البحث في حصولهم على درجات مختلفة لنتائج الاختبار ان تحمل الأداء المهاري يعد من القدرات الهوائية (المتوسطة) التي تحتاج الى عملية تنظيم في كيفية صرف الطاقة وتنظيم عملية التعويض على ضوء التوازن بين التحمل الأداء المهاري وتعويض الاستشفاء ، وعدم الوصول الى مرحلة الاجهاد وهذا يتوقف على نوعية التدريب خلال المرحلة الاعداد التي لها أهمية في تكوين حالة من تكيف اللاعب بما يناسب طبيعة الأداء والبرنامج التدريبي المتبع من قبل المدربين الذي اسهم في استعادة الاستشفاء بسرعة للاعب الكرة الطائرة ونتيجة تدريباتهم (Aldewan et al., 2015)، تحمل الأداء لمهارة هو عبارة عن قدرات بدنية ومهارية مجتمعة ومرتبطة مع بعضها البعض والتي تخدم وبلاشك الأداء المهاري في الكرة الطائرة، (Othman Idham et al., 2023) من خلال النتائج التي حصلت عليها الباحثان يتضح لنا ظهور عينة البحث بمستوى متوسط (33.3%) كما في جدول (5) ، وتعزو الباحثان هذا السبب الى عدم وجود تدريبات مقننة في تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق تعمل على الربط بين الصفات المشتركة والمكونة لصفة تحمل الأداء (Khdhim & Aldewan, 2023) من حيث تحمل السرعة وتحمل القوة او القوة المميزة بالسرعة وبين الاستعادة الاستشفاء (تعويض) وهذا ما أكده (Amer, 2014)، على هو مقدرة الفرد الرياضي على أداء مجموعة من الحركات المركبة البدنية والمهارية لمدة زمنية طويلة دون ان يؤدي الى انخفاض في مستوى الاداء، يعتبر الاستشفاء والتكيف مصطلحين مرتبطين فالاستشفاء هو الوسيلة للتكيف (الهدف) ، والحمل البدني (المثير) هو الوسيلة لحدوث التغيرات الفسيولوجية (الاستشفاء) وبالتالي يحدث التكيف.اذ لا يمكن لأي مدرب الاستغناء عنه في اثناء التدريب ، (Nadia, 2011) لان العملية التدريبية ليست مجرد تحميل الرياضي بحمل عال، بل على المدربين ان يدركوا كيفية تقنين حمل التدريب لكي يستطيع الرياضي انجاز مقادير كبيرة من العمل ، ومن ثم الاستفادة القصوى من الوحدة التدريبية . ان الاسترجاع والتخلص من التعب لدى الرياضي هو الاتجاه الجديد للارتقاء بمستوى النتائج الرياضية

الدرجات الخام والدرجات المعيارية لقياس تعويض الاستشفاء

### جدول (7)

يبين الدرجات الخام والدرجة المعيارية بطريقة التتابع لقياس تعويض الاستشفاء

#### المقدار الثابت 1.92

الدرجات المعيارية	الدرجات الخام						
1	48.02	26	96.02	51	144.02	76	192.02
2	49.94	27	97.94	52	145.94	77	193.94
3	51.86	28	99.86	53	147.86	78	195.86
4	53.78	29	101.78	54	149.78	79	197.78
5	55.7	30	103.7	55	151.7	80	199.7
6	57.62	31	105.62	56	153.62	81	201.62
7	59.54	32	107.54	57	155.54	82	203.54
8	61.46	33	109.46	58	157.46	83	205.46
9	63.38	34	111.38	59	159.38	84	207.38
10	65.3	35	113.3	60	161.3	85	209.3
11	67.22	36	115.22	61	163.22	86	211.22
12	69.14	37	117.14	62	165.14	87	213.14
13	71.06	38	119.06	63	167.06	88	215.6
14	72.98	39	120.98	64	168.98	89	216.98

218.9	90	171	65	122.9	40	74.9	15
220.82	91	172.82	66	124.82	41	76.82	16
222.74	92	174.74	67	126.74	42	78.74	17
224.66	93	176.66	68	128.66	43	80.66	18
226.58	94	178.58	69	130.58	44	82.58	19
228.5	95	180.5	70	132.5	45	84.5	20
230.42	96	182.42	71	134.42	46	86.42	21
232.34	97	184.34	72	136.34	47	88.34	22
234.26	98	186.26	73	138.26	48	90.26	23
236.18	99	188.18	74	140.18	49	92.18	24
238	100	190.1	75	142.10	50	94.1	25

المستويات المعيارية لقياس تعويض الاستشفاء

### جدول (8)

يبين المستويات المعيارية والنسب المقررة لها والدرجات الخام والدرجات المعيارية المعدلة وعدد اللاعبين والنسب المئوية لكل مستوى لقياس تعويض الاستشفاء

النسبة المئوية	عدد المختبرين	الدرجات الخام	الدرجات المعيارية المعدلة	المستويات
10%	4	238- 201.62	81- فما فوق	ضعيف
14.2%	6	199.7-163.22	80-61	مقبول
40.4%	17	161.3-124.82	60-41	متوسط
28.5%	12	122.9-86.42	40-21	جيد
7.1%	3	48.02- 84.5	20 فما دون	جيد جدا

تعزو الباحثتان سبب ذلك الى ان طبيعة الاختبار يعطي مؤشر واضح في عملية تعويض الاستشفاء لدى لاعبي الكرة الطائرة، يعتبر العامل الحاسم في إعطاء مؤشرات رقمية كلما كانت قليلة دل ذلك على ان اللاعب لديه القدرة على تعويض الاستشفاء أي ان وصول معدل ضربات القلب الى اقل من (120 ض/د) وذلك مؤشر لاستعادة أكبر للاستشفاء ملاحظتها في جدول رقم (3،7) وتغيرات معدل نبض بعد الأداء مباشرة خلال الدلالة الإحصائية للفروق الحاصلة في نتائج، نتيجة أعباء الاحمال يحصل تكيف بيولوجي إيجابي، وتكيف سلبي (Hassan & Musharef, 2024)، فعند استخدام مثيرات بصورة مثالية كما ونوعا يحصل تحسن في مستوى الإنجاز (تكيف ايجابي) (Kadhim, 2020)، (Mousa et al., 2019) اما اذا استعملت مثيرات اكثر من قدرة الأجهزة والأعضاء سيؤدي ذلك الى الاضرار بكل او بعض الجوانب فيطلق عليه (تكيف سلبي)، (Moayad, 2017). ترى الباحثتان ان نتيجة زيادة الجهد المصاحب للتمارين الهوائية ينتج عن التكيف مع المحفزات الخاصة بالتمارين وبعض هذا التكيفات تحدث داخل العضلات. ان حدوث تعويض الاستشفاء بشكل إيجابي مؤشر ان اللاعب وصله مرحلة التكيف نتيجة وجود علاقة سليمة بين فترات أداء الحمل وفترات الراحة فإذا أدى اللاعب بحمل مناسب ان قدرته على الأداء نقل تدريجيا الاستهلاكه القوة الوظيفية لأجهزة جسمه وهنا تكمن عملية تعويض الاستشفاء حيث يطلب الجسم فترة من الراحة لاستعادة المستهلك من الطاقة وعند تكرار نفس الحمل في فترة تعويض الاستشفاء يتم نفس التأثير، ومن ثم حدوث تكيف لأعضاء الجسم عند هذا المستوى من الحمل.

#### الاستنتاجات:

- 1- اعتماد الاختبار المصمم والقياس تعويض الاستشفاء كوسائل للتقييم من قبل المدربين قبل الدخول في برامج التدريب لأعداد اللاعبين.
- 2- إيجاد درجات ومستويات معيارية للاختبار تكون بمثابة الدليل الموضوعي في تقييم مستوى اللاعب بالنسبة الى المجموعة التي ينتمي اليها.

#### التوصيات:

- 1-توصي الباحثان بضرورة الاهتمام بالاختبارات والمقاييس البدنية والمهارية لأنها تعكس المستوى الذي يصل اليه اللاعبون.
- 2-اجراء دراسة مشابهة تركز على تطوير تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق من ناحية التعلم والتدريب ولمختلف الفئات العمرية لكرة الطائرة.
- 3- اجراء وتطبيق الاختبار المصمم على جميع الأندية في الدوري العراقي الممتاز كون الأخير يعد النواة لاختيار افراد المنتخب الوطني.

#### الشكر والتقدير

بعد الحمد والشكر لله عز وجل والصلاة والسلام على أشرف الخلق سيدنا محمد صلى الله عليه واله وسلم وعلى صحبه اجمعين. أقدم شكري وتقديري الى (أ.د مصطفى عبد الرحمن محمد) و(أ.م. د سيف علي محمد) و(أ.م. د نعيمة خلف زيدان) والسادة الخبراء والمقوم العلمي لما اغنوني من معلومات وملاحظات علمية قيمة، كما أقدم شكري وتقديري الى عينة البحث الذين أجريت عليهم الدراسة.

#### تضارب المصالح

تعلن المؤلفتان انه ليس هناك تضارب في المصالح

دنيا أسعد عبود <https://orcid.org/0009-000-6751-9363>

## References

- Ahmed, M. A., Taha, D., & Al, S. (2023). The effect of recovery with cold water after high physical effort similar to competition on some functional variables for tennis players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2), 170–180. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.435>
- Aldewan, L. H., Mohammed, R., & AbdulQadir, A. (2015). Building and the application of a measure to evaluate the curriculum volleyball according to the overall quality from the standpoint of the teaching staff standards. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 44, 21–45. <https://www.iasj.net/iasj/article/108021>
- Amer, F. S. (2014). *The Science of Sports Training and Youth Training Systems for Higher Levels* (1st edition). Arab Community Library for Publishing and Distribution.
- Awad, Y. O., Lamia, H. D., & Shehab, G. S. (2022). Building A Cognitive Achievement Scale For The Skills Of Smash Hitting And Defending The Court In Volleyball For Students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6). <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/7238>
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Hassan, H. Y. (2013). *Performance Endurance for Football Players*. Arab Community Library for Publishing and Distribution.
- Hassan, M. M., & Musharef, A. J. (2024). The effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the forward roll diving movement in artistic gymnastics for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). 10.55998/jsrse.v34i1.473
- Kadhim, M. A. A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discus effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(4). <https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>

- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self-scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1).
- Khdhim, M. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2023). The effectiveness of teaching according to the V-shaped strategy in emotional intelligence and the accuracy of the skills performing of defending the court and crushing hitting with volleyball for students. *College Of Basic Education Research Journal*, 19(2.1), 527–542.
- Moayad, A. A. A.–T. (2017). *Foundations of Mathematical Physiology*. Dar Al-Sadiq Cultural Foundation.
- Mousa, H. J., Hadi, A. K., & Kadhim, M. A. A. (2019). Effectiveness of the Ultrasonic Device with Therapeutic Exercises in the Rehabilitation of Knee Joint Injury in Football Players. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 13(4), 308. <https://doi.org/10.5958/0973-9130.2019.00308.6>
- Muhammad, A. A.–F. H. (2011). *Educational Evaluation between Reality and Aspirations*. Al-Shaqri Library for Publishing and Distribution.
- Mustafa, A. R. M., & Fares, H. A. J. (2014). Designing and codifying a test to evaluate the level of speed of complex skill performance according to the lactic energy system for players of Premier League football clubs. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*.
- Muwaffaq, M. A.–M., Jabbar .Rahima Al-Kaabi, & Fatima, A. M. (2019). *The Modern Methodology in Football Planning and Training* (2nd edition). Dar Al-Kutub and Documents.
- Nadia, S. (2011). The improvement of recovery using longitudinal scanning massage and its effect on the concentration of lactic acid in the blood and the performance of the 1500 m event for students of the College of Physical Education. *Al-Alawa Journal of Physical Education ,Master's Thesis*, 4(4), 60.
- Othman Idham, A., Hammadi, J. N., & Ameer Jaber, M. (2023). the performance of the skill of receiving the transmission of first-class clubs of Anbar province and its relationship to the speed of kinetic response among the players of the the player (libero) in volleyball. *Kufa Journal Physical Education Sciences*, 1(6). <https://www.iasj.net/iasj/article/273090>
- Oudah, A. Y., Diwan, L. H., & Shehab, S. G. (2022). The Effect Of The Interactive Blended Learning Strategy In Learning The Skill Of Crushing Hitting In Volleyball For Students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6).

(1) ملاحق

يبين اسماء المختصين والخبراء لتحديد صلاحية اختبار تحمل الأداء لمهارة الضرب الساحق

ت	اللقب والاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د. حردان عزيز سلمان	قياس وتقويم / كرة يد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة المستنصرية
2	أ.د. مصطفى عبد الرحمن	اختبارات القياس/ كرة السلة	كلية التربية الأساسية/التربية البدنية وعلوم الرياضة/ الجامعة المستنصرية
3	أ.د. حسين سبهان صخي	تدريب /كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الفراهيدي
4	أ.م. د علي سبهان صخي	تعلم حركي / الكرة الطائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة المستنصرية
5	أ.م. د طارق علي يوسف	اختبارات / كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
6	أ.م. د نور حاتم رضا	اختبار وقياس – مبارزه	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة البنات/ جامعة بغداد
7	أ.م. د هدى بدوي شبيب	فسلجه تدريب	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة البنات / جامعة بغداد
8	أ.م. د ليزا رستم	تدريب/ جودوا	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة البنات / الجامعة بغداد
9	أ.م. د. سيف علي محمد	اختبار وقياس/ كرة السلة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة سومر
10	أ.م. د خليل ستار محمد	اختبار وقياس/كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of exercises specifically for repetitive training of the muscles of the upper limbs on developing explosive power, some mechanical starting variables, and achieving the javelin throw

Jumana Ghazi Salman<sup>1</sup>  

Suhad Qasim Saeed<sup>2</sup>  

General Directorate of Education, Baghdad - Al-Rusafa II1  
University of Baghdad - College of Physical Education and Sports Sciences for Girls<sup>2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 3/4/2024

Accepted 22/4/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Special drills, repetitive training, strength, mechanical starting variables, javelin throwing achievement



website

### Abstract

The research aims to prepare special exercises using the method of repetitive training for the muscles of the upper limbs and to identify the effect of these exercises using the method of repetitive training for the muscles of the upper limbs in developing explosive power and some mechanical starting variables and achieving the javelin throw for the youth group. The research sample was chosen intentionally for the athletes of the javelin throwing event. The youth category of Baghdad Governorate clubs was (6) players, and the research sample was (4) players, and (2) players were excluded for the purpose of conducting the exploratory experiment, and the homogeneity of the sample was verified. The two researchers adopted the experimental approach in the style of one group with a pre- and post-test to suit the nature of In the research, the two researchers concluded: The special exercises that included resistance exercises used in the curriculum prepared by the two researchers had a positive impact on the development of explosive power and the mechanical starting variables used in the research and achievement of the individuals in the research sample. Recommendations: The two researchers recommend the need to pay attention to the exercises used in the method of repetitive training of the muscles of the upper limbs. When training other groups when implementing the training curriculum in order to obtain the best achievement in the mini-training unit.



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير تمرينات خاصة بالتدريب التكراري لعضلات الأطراف العليا في تطوير القوة الانفجارية وبعض متغيرات الانطلاق الميكانيكية وانجاز رمي الرمح

سهاد قاسم سعيد<sup>2</sup>

جامعة بغداد - كلية التربية البدنية علوم الرياضة للبنات<sup>2</sup>

جمانة غازي سلمان<sup>1</sup>

المديرية العامة لتربية بغداد - الرصافة الثانية<sup>1</sup>

#### الملخص

يهدف البحث الى اعداد تمرينات خاصة باستخدام طريقة التدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا والتعرف على تأثير هذه التمرينات باستخدام طريقة التدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا في تطوير القوة الانفجارية وبعض متغيرات الانطلاق الميكانيكية وانجاز رمي الرمح فئة الشباب، اما عينة البحث تم اختيارها بالطريقة العمدية للاعبين فعالية رمي الرمح فئة الشباب لاندية محافظة بغداد وكان عددهم (6) لاعبين ، وبلغت عينة البحث (4) لاعبين ، وتم استبعاد (2) لاعب لغرض اجراء التجربة الاستطلاعية ، وتم التحقق من تجانس العينة ، اعتمدت الباحثتان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمتها لطبيعة البحث ، استنتجت الباحثتان : ان التمرينات الخاصة التي احتوت على تدريبات بالمقاومات المستخدمة في المنهاج المعد من قبل الباحثتان اثرت ايجابيا بتطوير القوة الانفجارية ومتغيرات الانطلاق الميكانيكية المستخدمة في البحث والانجاز لأفراد عينة البحث ، التوصيات : توصي الباحثتان بضرورة الاهتمام بالتمرينات المستخدمة بطريقة التدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا عند تدريب الفئات الاخرى عند تنفيذ المنهاج التدريبي من اجل الحصول على افضل انجاز في الوحدة التدريبية المصغرة

#### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/4/3

القبول : 2024/4/22

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024

#### الكلمات المفتاحية :

تدريبات خاصة ، التدريب التكراري ، القوة ، متغيرات الانطلاق الميكانيكية ، انجاز رمي الرمح

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

تزدهر الشعوب بمدى اهتمامها بالعلم من خلال البحث العلمي الذي بواسطته تم الوصول لعديد من الحلول للمشاكل التي تواجه المجتمع لغرض العيش برفاهية من النواحي الاقتصادية والاجتماعية والتربوية والرياضية ، ففي الجانب الرياضي اسهم البحث العلمي في حل عدد كبير من المشكلات والمعوقات التي تواجه هذا الجانب ، فضلا عن تقديمه المساعدات لتنمية لاعبين قادرين على تحقيق الانجازات الرياضية في الالعاب الفرعية او الفردية ، "لذلك كان الاهتمام المتواصل بالحركة الرياضية لتحقيق اعلى مستويات الانجاز الرياضي سواء كان ذلك باستخدام العلوم الرياضية النظرية والتطبيقية او الوسائل العلمية و التقنية الحديثة (Taima, 2017) ويعتبر رمي الرمح من الفعاليات الرياضية التي تحتاج الى مستوى عال من القدرات البدنية فضلا عن الشروط الميكانيكية ، ولكي يتحقق الانجاز بمستوى عال في رمي الرمح ، لابد من وضع تمارين خاصة ومقننة بالتدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا ، "ويعد اسلوب تدريبات باستخدام الاشرطة المطاطية ( المقاومة المرنة ) احد الاساليب التي يتم من خلالها تنمية القوة عن طريق التمارين التي يستخدم من خلالها المقاومات المطاطية فان التمارين بهذا الاسلوب تكتسب ميزة وهي امكانية تنمية القوة العضلية و القوة الانفجارية (Khamis, 2020) مع مراعاة الالية في التطبيق والشدد المستخدمة كما في دراسة (Abd Ali Khdhim et al., 2023) توصلوا الى استخدام استراتيجيات ويتلي في بعض فعاليات الساحة والميدان لما لها من تأثير إيجابي على تعلم الاداء الفني لفعالية رمي الرمح وكذلك استخدام أساليب تدريس واستراتيجيات لإشراك عدد كبير من الطلبة ليوفر الوقت والجهد للتدريسي ويساعد على تنمية التعاون والمشاركة وتبادل الأفكار بين الطلبة كما درست (Aldewan et al., 2013) اثر برنامج هيرميديا راعى فيه الباحثون وضع تمارين للقوة والسرعة وادى ذلك الى تطور الأداء ولهذا فان تمارين القوة العضلية حققت نتائج جيدة في رفع مستوى القدرات البدنية وهذا ما اشار اليه (Ibrahim, 2008) "ان لتحقيق نتائج عالية المستوى في التدريب والمنافسات يجب ان يرتبط ذلك ارتباطا وثيقا مع تحسين وتكامل لياقة الرياضي البدنية "، وخاصة القوة الانفجارية المتكونة من القوة والسرعة والتي يتم ادائها خلال اقصر مدة زمنية و لمرة واحدة (Hummedi et al., 2024)، "

ويرى عند التدريب على القوة العضلية باستخدام القوة الخاصة ان تتسق مع تمارين المنافسات في تكوينها وفي التوقيت الزمني لانطلاق القوة" (Badawi Shabib & Al-Mousawi, 2023) "ان مستوى القوة وتوافق ظهورها وتناسقها مطلوب بأعلى درجاته لأجل تخفيف اقل زمن ممكن لتنفيذ الاداء الحركي" (Attiya, 2021)، ومن هنا جاءت اهمية البحث في التطبيق العملي للتمارين الخاصة بالتدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا المؤثرة في القوة الانفجارية وبعض متغيرات الانطلاق الميكانيكية وانجاز رمي الرمح شباب وتقنينها بأسلوب علمي صحيح وقد درس كل من (Khazaal & Fadel, 2024) تأثير القوة الانفجارية وتوصلوا الى تطوير بعض المتغيرات .

### 1-2 مشكلة البحث

فعالية رمي الرمح من الفعاليات الرياضية التي تحتاج بشكل كبير الى القدرات البدنية في تنفيذ الأداء الحركي بشكل صحيح وهذا يعد مطلباً مهماً لبناء القوة الانفجارية التي تعتبر من اهم انواع القوة التي دمجت القوة مع السرعة افي الاداء ، وكبقية فعاليات الرمي الاخرى فان الاداء والانجاز يعتمد على تطبيق النواحي الفنية وفق بعض متغيرات الانطلاق الميكانيكية وتطويرها بصورة صحيحة ، ومن خلال ملاحظة الباحثان ومتابعتهما للاعبين الاندية العراقية لاحظت الباحثان وجود تذبذب في القوة الانفجارية للأطراف العليا ، اذ لم يتم الاعتماد كلياً على استخدام

الطرق التدريبية وفق مؤشرات الانطلاق لتطوير زوايا الاداء والانجاز الرقمي لفعالية رمي الرمح شباب ، لذلك ارتأت الباحثتان استخدام تمارين خاصة بالتدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا وبعض متغيرات الانطلاق الميكانيكية كأسلوب تدريبي جديد لمعالجة المشكلة لدى عينة البحث وتقنينها بشكل علمي صحيح .

### 3-1 هدف البحث

- 1- إعداد تمارين خاصة بالتدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا
- 2- التعرف على تأثير التمارين الخاصة بالتدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا في تطوير القوة الانفجارية وبعض متغيرات الانطلاق الميكانيكية وانجاز رمي الرمح للشباب

### 4-1 فروض البحث

- 1- وجود فروق لها دلالة إحصائية ما بين الاختبارات القبلية والبعديّة لصالح الاختبارات البعديّة في القوة الانفجارية وبعض المتغيرات للانطلاق الميكانيكية والانجاز لرمي الرمح شباب

### 5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبي أندية محافظة بغداد لفعالية رمي الرمح ( شباب ) .
- 2-5-1 المجال الزمني : 2022/12/1 - 2023/ 3 /1
- 3-5-1 المجال المكاني : على ميدان الرمي لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعه بغداد.

### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

#### 1-2 منهاج البحث

استعملت الباحثتان اسلوب المجموعة الواحدة التابعة للمنهاج التجريبي، ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمتها لطبيعة البحث.

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

العينة هي النموذج الذي يقوم الباحث بأجراء بحثه عليه ويجب اختيار عينة البحث اختياراً صحيحاً بخطواته ومراحله ، حيث ان العينة الجيدة لابد ان تمثل المجتمع الاصلي، تمثيلاً حقيقياً، وينسجم مع طبيعة المشكلة ومعلوماتها المطلوبة كذلك تسمح بالتعميم لنتائجها، قامت الباحثتان بالاختيار لمجتمع البحث بالطريقة العمدية ، للاعبين فعالية رمي الرمح فئه شباب وكان عددهم (6) لاعبين ، وكانت عينة البحث تبلغ (4) لاعبين وتم استبعاد (2) لاعب لغرض التجربة الاستطلاعية ، وتم التحقق من تجانس العينة ( بالطول ،بالكتلة ،بالعمر البيولوجي و التدريبي) والجدول أدناه وضع التجانس للعينة للمتغيرات والقياسات كذلك بين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء ، كما بين بالجدول (1).

#### الجدول (1)

بين التجانس لعينه البحث في المتغيرات (الطول ،الكتلة ،العمر البيولوجي والتدريبي)

المتغيرات	وحده القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	سنتمتر	179.75	3.416	180.50	0.658 -
الكتلة	كيلوغرام	67.25	1.708	67.50	0.439 -

0.535	19	2.802	19.50	سنة	العمر البيولوجي
0.783 -	6.50	0.957	6.25	سنة	العمر التدريبي

استعمل معامل الالتواء ودلت قيمته على ان كافة المتغيرات حققت المنحنى الاعتدالي لأن الجدول (1) يبين معامل الالتواء في المنحني المعتدل يمتد بين (1+).

### 2-3 وسائل الجمع للمعلومات والادوات والاجهزة المستخدمة:

مصادر ومراجع عربية واجنبية ، الملاحظة والمقابلة الشخصية ، الاختبار والقياس، استمارة استطلاع اراء الخبراء الخاصة بمتغيرات البحث ، الانترنت ، أستماره التسجيل لنتائج الاختبار ، كاميرا تصوير نوع (CASIO Exilim EX-ZR200) تردد (40-480) صورة/ثانية عدد 2 ، جهاز لابتوب نوع hp ، أقراص ليزرية ، برمجيات التحليل الحركي ، حبال و اشربة مطاطية عدد ( 6 )، حامل ثلاثي الابعاد ، أثقال عدد ( 6 ) وأوزان مختلفة ، ملعب ساحة وميدان (قياسي)، مقياس رسم بطول (1) متر ، شريط قياس ، أرماع زنه (700) غم عدد (6) سويدية الصنع ، ميزان طبي كرات طبية عدد ( 6 ) وزن ( 1 كغم ) ، برنامج التحليل الحركي ( kenova ) ، شريط قياس ، كرات تنس

### 2-4 إجراءات البحث الميدانية:

ان اختيار الاختبارات لقياس متغيرات الدراسة، تعد من اهم الخطوات الاجرائية، وقد توفرت فيها شروط جعلت المقياس حقيقي وصادق لقياس ما يراد قياسه

### 2-4-1 رمي كرة طبية 1 كغم من الوقوف.

الغرض من الاختبار :- قياس القوة الانفجارية لذراع الرمي .

الأدوات :- شريط قياس ، كرة طبية وزن 1كغم.

مواصفات الأداء :- يرسم على الأرض خط الرمي ويحدد أمامه خطين متوازيين يمثلان قطاع الرمي ، يقف المختبر خلف خط الرمي بالوضع الجانبي، ثم يقوم برمي الكرة الطبية بوزن 1كغم الى اقصى مسافة ممكنة .

التسجيل :- تقاس المسافة الأفقية بين خط الرمي الى خط سقوط الكرة على الأرض. (Salman & Jumana, 2021)

### 2-4-2 اختبار أنجاز رمي الرمح وتصوير الفيديو .

قامت الباحثتان بوضع كاميرا تصوير على جانب الذراع الرامية على بعد(5م) وبارتفاع (1.55م)وبشكل عمودي لسطح الارض.

الغرض من الاختبار : انجاز رمي الرمح

الأدوات المستخدمة : رمح قانوني عدد (6) زنة (700 غم) ، شريط قياس ، مجال للرمي

طريقة الأداء : يقف اللاعب حاملا الرمح باتجاه قطاع الرمي، ويقوم بأداء الخطوات الخمسة الخاصة بالرمي حتى يصل لمرحلة الرمي، فيقوم

اللاعب برمي الرمح، وتقاس المسافة من اقرب اثر يتركه الرمح بالنسبة لقوس الرمي، الحافة الداخلية ، وتقاس المسافة بالمترا وأجزائه

التسجيل : للمختبر الواحد (6) محاولات وتحسب لكل لاعب أفضل محاولة

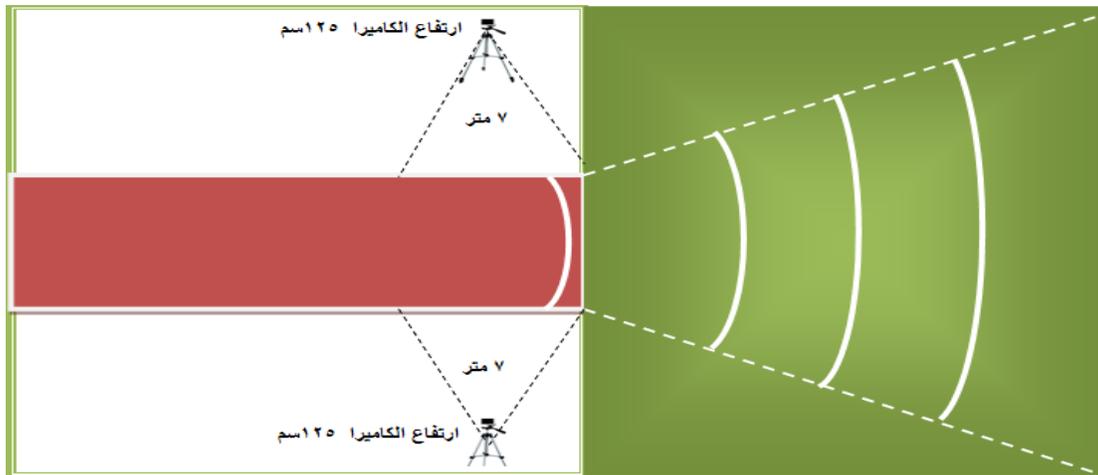
## 2-4-3 متغيرات الانطلاق الميكانيكية المدروسة.

- زاوية انطلاق الرمح : هي الزاوية المحصورة بين الخط المستقيم الواصل بين قبضة الرمح قبل الاطلاق و بعد لحظة الانطلاق ومستوى الارض
  - ارتفاع اطلاق الرمح: هي المسافة العمودية بين ارتفاع نقطة كسر اتصال ذراع الرامي بالرمح ومستوى الارض
  - سرعة اطلاق الرمح: هي المسافة التي يقطعها الرمح خلال وحدة الزمن للأداة. (Hussein & Mohsen, 2015)
- ## 2-5 التجربة الاستطلاعية: -

لأجل ان نقف على الخطوات البحثية، ونتأكد من ملائمة المدة الزمنية المقترحة للمنهج المعد، ولغرض التأكد من سلامه العمل للأجهزة والادوات، والتعرف على صلاحية الاختبارات المستخدمة في البحث، وامكانية الباحثان وفريق العمل المساعد على تنفيذها، قامت الباحثتان بأجراء التجربة الاستطلاعية الاولى على عينه عددها (2) لالعاب من عينه البحث يوم الأحد المصادف (2022/12/4)

## 2-6 الاختبارات القبليّة

قامت الباحثتان بأجراء الاختبارات القبليّة، يوم الخميس المصادف 2022/12/8 تمام الساعة الخامسة عصرا على ميدان الرمي لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعه بغداد، على عينة البحث بعد توضيح الاختبار للعينة للحصول على كافة المتغيرات من خلال الاداء، وتم تصوير العينة باستخدام كاميرا التصوير نوع (CASIO Exilim EX-ZR200)،عالية السرعة تم وضعها على بعد (7م) على جانب الذراع الرامية وعلى ارتفاع (1.25م)، من الرامي وبشكل عمودي على مستوى سطح الارض ، واعطيت لكل لاعب (3) محاولات، وكان الهدف من التصوير لاستخراج متغيرات انطلاق الرمح ( زاوية الانطلاق ، ارتفاع نقطة الانطلاق ، سرعة الانطلاق )، وبعد استكمال عملية التصوير تم استخراج المتغيرات الميكانيكية لعينة البحث بواسطة برنامج التحليل الحركي (Kinovea)، وذلك بعد ان تم جمع مقاطع التصوير من الكاميرا.



## 7-2 التجربة الرئيسية:

قامت الباحثتان بأعداد مفردات التمرينات الخاصة مع مراعاة التموج والتدرج للشدد التدريبية للأسابيع والوحدات التدريبية وتضمن المنهاج التدريبي امور عديدة اهمها :-

1- اجراء اول وحده تدريبيه يوم الثلاثاء المصادف 2022/12/13 بعد اجراء الاختبارات القبلية وآخر وحده تدريبيه يوم السبت المصادف 2023/2/5

2- مراعاة الباحثتان لمبدأ التنوع في التمرينات المستخدمة، لكيلا يشعر اللاعبون بالملل من جراء اعادة التمرينات ذاتها

3- استمرت مدة التطبيق للتمرينات (8 اسبوع بواقع (2 وحدة خلال الاسبوع يوم (السبت والثلاثاء) ، وبذلك كان العدد الكلي لوحدات التدريب (16) وحدة تدريبيه .

4- وقد طبقت التمارين خلال القسم الرئيس من الوحدة التدريبية، وراعت الباحثتان أولويات التدريب من حيث الأسبقية في اهداف الوحدة التدريبية.

5- اخذت الباحثتان بمبدأ الفروق الفردية، لأنه عامل اساسي في التدريب، لكي نستطيع وضع المكونات الحمل التدريبي الخاصة بكل لاعب، اعتمادا على العمر التدريبي والقدرات البدنية.

6- زمن الوحدة التدريبية (42 دقيقة

7- تم استخدام طريقة التدريب التكراري بالشدة (90 - 100%) وكان التموج بالحمل التدريبي من خلال الشدة الاسبوعية أثناء التدريب كالاتي (90 - 95 - 97.5 - 100) لمدة (8 اسابيع.

## 2 - 8 الاختبار البعدي:

بعد انتهاء فترة المنهاج التدريبي، اجري الاختبار البعدي على عينه البحث، في يوم الخميس المصادف 2023/2/9 تمام الساعة الخامسة عصرا، وراعت ظروف الاختبار القبلي نفسها على المختبرين، وحرصت الباحثتان على التهيئة لظروف مشابهة للاختبار، من ناحية الزمن، المكان، فريق العمل المساعد نفسة والادوات والاجهزة، لأجل تثبيت المتغيرات قدر المستطاع.

## 2-9 الوسائل الاحصائية:

استعملت الباحثتان الحقيبة الإحصائية الاجتماعية (SPSS)

3- عرض النتائج والتحليل والمناقشة

3-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للاختبارات البدنية والبايوكيميائية لأفراد عينه البحث

## جدول (2)

نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في الاختبارات البدنية البايوميكانيكية للأفراد عينه البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		ف	ف هـ	المحسوبة T	مستوى الدلالة
			س±	ع±	س±	ع±				
1	القوة الانفجارية للذراعين	متر	7.95	0.30	8.90	0.12	0.9	0.10	9.293	معنوي
2	زاوية الانطلاق	درجة	40.77	1.34	41.97	0.97	1.2	0.26	6.615	معنوي
3	سرعة الانطلاق	م/ثا	21.64	3.48	23.57	2.51	1.93	0.47	4.106	معنوي
4	ارتفاع نقطة الانطلاق	متر	1.78	1.30	1.95	0.74	0.17	0.12	6.521	معنوي
5	الانجاز	متر	38.16	4.21	41.66	3.06	3.5	1.15	5.043	معنوي

معنويه عندما تكون  $(Sig) > (0.05)$ ، درجة الحرية  $(ن - 1) = 4 - 1 = 3$ ، مستوى الدلالة  $(0.05)$

## 2-3 مناقشه النتائج :

من جدول (2) نلاحظ أن نتائج المجموعة البحث ، للاختبارات المطبقة في البحث ، أظهرت تطوراً، وفق دلالة الفروق المعنوية للاختبار ، وتعزو الباحثان هذا التطور، التمرينات الخاصة المعدة من قبلهما بالتدريب التكراري بطريقة مقننة ودقيقة، إضافة إلى تطبيق التمرينات من قبل أفراد عينة البحث، والربط والتداخل بين القوة الانفجارية والمتغيرات الميكانيكية خلال تنفيذ التمرينات، التي قامت بإعدادها الباحثان، إذ احتوت على تمرينات للقوة الانفجارية، وفق زاوية الانطلاق لتحسين الانجاز وهذا ما أشارت إليه دراسة (valdan) في ان التدريب بالأجهزة والأدوات المساعدة يعد أسلوب يسهم في عملية تحسين القوة العضلية للذراعين (Milić, 2008) وهذا يتفق مع رأي (Shaghati, 2015) إن أهمية استخدام الأجهزة والأدوات المساعدة في تطوير مستوى القدرات البدنية بمسابقة رمي الرمح لها دور فعال في عملية التدريب وأثره على زيادة قدرة اللاعبين على سرعة تطور المستوى) وينكر (Abdel Basir, 1999) انه "يراعي عندما يتم التدريب على القوة العضلية باستخدام القوة الخاصة إن تتسق مع تمارين المنافسة بتكوينها و توقيتها الزماني لانطلاق القوه، وتتميز تمارين القوه الخاصة بتمرينات لتقوية عضلة ومجموعه عضلات معينة يختلف استخدامها في نشاط آخر ، وتمرينات لتقوية أهم العضلات المشاركة بالنشاط التخصصي ، اذ تعمل هذه التمارين على ترقية التوافق ما بين العضلات العاملة ،

كذلك ترقية العلاقات المتبادلة ما بين العضلات العاملة الأساسية والعضلات المبطله (المانعة) او المساعدة مع ارتباط ذلك بعامل التنمية والتقوية العضلية " وتمرينات لتقوية اهم العضلات المشتركة في النشاط التخصصي ، وتعمل هذه التمرينات على ترقية التوافق بين العضلات العاملة الى جانب ترقية العلاقات المتبادلة بين العضلات العاملة الأساسية والعضلات المساعدة" (Suhad, 2022)

وترى الباحثان ان الالتزام الذي أظهرته أفراد العينة بالوحدات التدريبية المنفذة عليهم من قبل المدرب فضلا عن زيادة اهتمام وتركيز المدرب خلال وحداتهم التدريبية على تطوير القوة الانفجارية للذراعين و لأجل الزيادة في مستوى الإنجاز على المدرب ان يحثوا الرياضيين على رفع

سقف حالات التكيف بصورة نظامية وهذا يعني من الناحية العملية ان المدربين يجب عليهم تخطيط مشيرات تدريبية عالية الشدة بصورة متعاقبة لكي تتناوب أيام التدريب عالية الشدة مع أيام التدريب واطئة الشدة أي تتناوب أيام التدريب الصعبة مع أيام التدريب السهلة، وهذا يمكن ان يعزز عملية تعويض الطاقة المستهلكة ويقود الرياضيين إلى حالة التعويض الزائد اي ان عمليات التكيف ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالتخطيط العلمي الصحيح بأسلوب تطبيق التكرارات والشدد حيث ان زاوية الانطلاق الخاصة بالأداة تعتمد على قدرة الرياضي على توجيه الزاوية المناسبة عن طريق الشعور العضلي وقدرته على الاحساس الحركي من جراء التكرارات إثناء الوحدات التدريبية ، حيث ان أداء كل مهارة او حركة رياضية تتطلب من اللاعب ان يؤدي هذه المهارة بصورة إليه إذا كان اللاعب يريد الوصول الى المثالية في الأداء ، مما يجعل ذلك ان يكون هذا الأداء تحت سيطرة شعوره " (Al-Fadhli, 2007) ان "سرعة الانطلاق تزداد كلما زادت قوة الدفع التي يمكن الحصول عليها خلال اتخاذ الوضع المناسب للرمي" (Saeed et al., 2019)، ومن وجهة نظر ميكانيكية نجد انه " كلما زادت القوة المبذولة على طول المسار التعجيلي، ازدادت السرعة النهائية اللازمة لأطلاق الأداة، وبالتالي زيادة المسافة المتحققة" (Krem & Saeed Almusawi, 2021)، وكان لاستخدام المقاومات من خلال الوسيلة التدريبية في تنفيذ التمرينات الخاصة في الوحدات التدريبية الذي أعدته الباحثتان دور كبير في تحقيق الهدف التدريبي في تطوير القوة الانفجارية والبايوميكانيكية قيد الدراسة ، ومن جانب كان لاستخدام المقاومات عند أداء التمرينات في حركة مشابهة لأداء الفعالية دور فعالاً في تطوير القوة الانفجارية والبايوميكانيكية والإنجاز ، وبحسب الترتيب وذلك لما تمتعت به من درجة ضبط عالية في المقاومات المستخدمة، وراعت الباحثتان قاعدة التنوع والتبديل في أداء التمرينات (Hadeel & Suhad, 2021) إذ قامت الباحثتان باستعمال المقاومات بشكل منفرد حسب درجة صعوبة التمرين المعد من قبل الباحثتان. إن آلية عمل وتطبيق التمارين التدريبية قد تم وضعها بشكل علمي من خلال تشكيل أنواعها طبقاً لهدف التدريب هو الوصول إلى مستوى لياقة بدنية مميزا لهذه الفئة والتمتع بصحة بدنية تناسب العمر البيولوجي للعينة، وعملت مجموعة التمارين الخاصة على تطوير قدرات التحمل، والرشاقة، و المرونة تساهم في تحقيق اللياقة البدنية وتحقيق الصحة العامة (Rand & Suhad, 2022) وراعت الباحثتان .(ان تمرينات ذات الاحمال عالية الشدة (الحد الأقصى) يلعب دوراً هاماً وأساسياً في رفع مستوى أداء اللاعبين كفرد وفريق (Al-Nedawy & Saeed Al-Mousawi, 2022). ان كثافات التدريب مختلفة، حيث كان التحكم بها من خلال التدرج بهذه الشدة، كما كان التكرار وفترة الراحة التي تعطى عند تطبيق تمرينات " (Mashkor, 2017)

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1 الاستنتاجات

- 1- ان التمرينات الخاصة الذي أحتوى على تدريبات باستخدام المقاومات له تأثير ايجابي وبشكل فعال وملموس في الأداء لأفراد عينة البحث.
- 2- أظهرت التمرينات المستخدمة بطريقة التدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا ضمن المنهج التدريبي المعد من قبل الباحثتان فاعليتها، من خلال التطور في القدرات البدنية والمتغيرات الميكانيكية لأفراد عينة البحث، في الاختبارات البعيدة.

#### 2-4 التوصيات:

- 1- ضرورة اهتمام المدربين باستخدام تمارين بطريفة التدريب التكراري لعضلات الاطراف العليا، خلال تنفيذ المنهج التدريبي، وهذه التدريبات تسهم في تطوير القدرات البدنية والمتغيرات الميكانيكية من أجل الحصول على افضل انجاز في الوحدة التدريبية المصغرة.
- 2- الكشف عن مواطن القوة والضعف في التنفيذ الحركي للمهارة من الناحية التدريبية والميكانيكية لغرض الارتقاء بالإنجاز.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي اندية محافظة بغداد لفعالية رمي الرمح ( شباب )

#### تضارب المصالح

تعلم المؤلفتان انه ليس هناك تضارب في المصالح

جمانة غازي سلمان <https://orcid.org/0009-0005-8971-7706>

## References

- Abd Ali Khdhim, M., Hussein Abdulrasool, T., & Hasan Aldewan, L. (2023). The Effect of Using Wheatley's Strategy in Learning the Technical Performance of the Javelin Throwing Event for Students Journal of Studies and Researches of Sport Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jrsrse.v33i1.395>
- Abdel Basir, A. (1999). *ports training and integration between theory and practice* (1st edition, p. 104). Al-Kitab Center for Publishing.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41. <https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Al-Fadhli, S. A. K. (2007). *Applications of biomechanics in sports training and motor performance* (p. 126).
- Al-Nedawy, R. I. A., & Saeed Al-Mousawi, S. Q. (2022). Effect of a training program on the development of physical abilities in football goalkeepers. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 36. <https://doi.org/10.6018/sportk.522961>
- Attiya, S. A. R. (2021). Strength training with resistance and its effect on instantaneous forces according to some biomechanical variables for the final throwing stage and completion of javelin throwing under 20 years of age. *Journal of Sports Sciences, Al-Qadisiyah*, 14(53), 135. <https://doi.org/10.26400/sp/53/10>
- Badawi Shabib, H., & Al-Mousawi, S. (2023). The effect of the two top calming strategies (straight – fixed) for the development of special strength and some functional abilities of volleyball players. *Wasit Journal of Sports Sciences*, 15(2), 27–44. <https://doi.org/10.31185/wjoss.298>
- Hadeel, T. M., & Suhad, Q. S. (2021). The effect of physical exertion training using a vertimax device in developing the characteristic strength with speed and the skill of shooting by jumping in front – high with the hand ball for youth. *Modern Sport*, 20(1), 0158. <https://doi.org/10.54702/msj.2021.20.1.0158>

- Hummadi, J. N., Mushref, A. J., Awad, A. K., & Ali, O. A. (2024). The effect of special exercises on developing some coordination abilities and improving the level of performance of both open and wide jumping skills on the artistic gymnastics vaulting table for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(1).
- Hussein, Y. N., & Mohsen, A. T. (2015). *Sports Kinetic Analysis* (p. 90). Dar Al-Diyaa Printing.
- Ibrahim, M. R. (2008). *Field application of theories and methods of sports training* (2nd edition, p. 10). National Library, for publishing.
- Khamis, O. H. (2020). *The effect of flexible resistance training according to mechanical stress energy on the strength of body parts for the throwing step and the completion of the javelin throw for youth* [Published master's thesis]. University of Diyala.
- Khazaal, A. M., & Fadel, M. H. (2024). Using Special Exercises for The Explosive Power Of The Legs And Arms According To Energy Systems In Developing Some Physical And Functional Aspects Of Gymnasts. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(2).
- Krem, Z. A., & Saeed Almusawi, S. Q. (2021). The Effect of the Programmed Education Strategy to Learning the Under Hand Service and Receiving Service Skills of Volleyball for Juniors. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology, 15*(3), 4802–4807.  
<https://doi.org/10.37506/ijfmt.v15i3.16208>
- Mashkor, N. H. (2017). The stylistic influence of small units (homogeneous and heterogeneous) on some Elkinmetekih variables and the level of technical performance and achievement of the effectiveness of the discus. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 50*.
- Milić, V. et al. (2008). The effect of plyometric training on the explosive strength of leg muscles of volleyball players on single foot and two-foot takeoff jumps.” *Facta universitatis. Series Physical Education and Sport, 6*, 169–179.
- Rand, I., & Suhad, Q. (2022). The effect of special exercises to develop explosive power, speed and anaerobic endurance for soccer players. *Modern Sport, 21*(3), 0074.  
<https://doi.org/10.54702/msj.2022.21.3.0074>
- Saeed, S. Q., Khalifa, M. F., & Noaman, M. H. (2019). Screening of Obesity, Blood Pressure and Blood Glucose among Female Students Athletes at the College of Physical Education

and Sport Sciences in the University of Baghdad. *Indian Journal of Public Health Research & Development, 10(6)*, 1041.

Salman, D. T., & Jumana, G. S. (2021). The effect of special exercises in developing some aspects of muscle strength and achieving effective javelin throwing for beginners. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 31(4)*, 75–90.

<https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/19>

Shaghati, A. (2015). Using exercises and auxiliary tools in developing some special abilities and achieving javelin throwing among female students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Baghdad. *Journal of the College of Physical Education, University of Baghdad, 27(2)*, 71.

<https://jcope.uobaghdad.edu.iq/index.php/jcope/article/view/583/485>

Suhad, Q. A. (2022). The effect of crossfit training in a stylistic, unified and multiple direction to develop some physical and functional abilities of young volleyball players . *Journal of Sport Science, 14(53)*, 185–196. <https://pessj.uodiyala.edu.iq/index.php/1/article/view/1009>

Taima, S. D. (2017). *The effect of training using a proposed device to develop rapid strength and some biomechanical variables and achieving the javelin throwing event for youth* [Published master's thesis]. Al-Mustansiriya University.

ملحق (1) نموذج للتمرينات الخاصة

شدة التدريب: (100%) الهدف التدريبي: تطوير القوة الانفجارية والمتغيرات البايوكيميائية  
الأدوات المستعملة: اشربة مطاطية وكرات طبية وتكون التمارين بزوايا مختلفة زمن الوحدة : (42) دقيقة

اليوم	الوحدة	نوع التمرينات	الشدة	التكرار	الراحة	التكرار	الراحة بين المجموع
2023/ 1 / 8 اليوم الأحد	الثانية	• تمرين سحب للذراع بشريط مطاط بوزن (2) كغم الوزن المضاف للذراع بزواوية مشابهة للأداء الفني (سحب للذراع )	100%	2-1	90 ثا	3×2	3 د
		• تمرين سحب للذراع بوزن (4) كغم الوزن المضاف للذراع بزواوية مشابهة للأداء الفني (سحب للذراع )	100%	2-1	90 ثا	3×2	3 د
		• تمرين رمي كرة طبية بوزن (5) كغم الوزن المضاف للذراع درجة مشابهة للأداء الفني (سحب للذراع ) .	100%	2-1	90 ثا	3×2	3 د
		• تمرين دفع للذراع بوزن (5) كغم الوزن المضاف للذراع بزواوية مشابهة للأداء الفني (سحب للذراع )	100%	2-1	90 ثا	3×2	3 د
		• تمرين دفع للذراع مقاومات الحديد بوزن (10) كغم الوزن المضاف للذراع بزواوية مشابهة للأداء الفني (سحب للذراع )	100%	2-1	90 ثا	3×2	3 د
		• تمرين سحب للذراع (سحب بكره) بوزن (6) كغم الوزن المضاف للذراع درجة مشابهة للأداء الفني (سحب للذراع ) .	100%	2-1	90 ثا	3×2	3 د
			100%	2-1	90 ثا	3×2	3 د



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## The effect of play rate exercises in the development of kinetic compatibility and the accuracy of football handling performance for players aged (15-17) years

aban Abdul Karim Mezher<sup>1</sup>  

Babylon Education Directorate<sup>1</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 20/3/2024

Accepted 30/3/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

exercises, rate of play, kinetic compatibility, performance accuracy, football handling



website

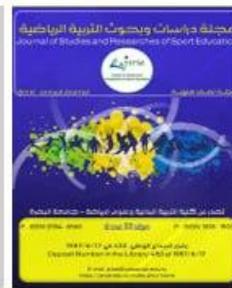
### Abstract

The research aimed to: identify the effect of exercises at the rate of play in developing kinetic compatibility and accuracy of the performance of the skill of handling football, and the researcher used the experimental approach by designing the two equivalent groups for the research sample of (24) players from the players of Babylon Club (2023–2024) from the original research community of (30) players, and a sample was divided equally into two groups, one experimental and the other a control, and the researcher used the appropriate tools and devices to conduct tests for research variables, as well as the implementation of exercises at the rate of play and conducted an exploratory experiment Mini on a sample of students of the second stage numbered (6) players, and after conducting pre-tests and implementing the vocabulary of exercises for the rate of play for a period of (4) weeks and by (3) two educational units and a total number of (12) units



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارين بمعدل اللعب في تطوير التوافق للحركي ودقة أداء المناولة بكرة القدم للاعبين بأعمار (15-17) سنة

ابان عبد الكريم مزهر<sup>1</sup>  

مديرية تربية بابل

### الملخص

هدف البحث في التعرف على تأثير تمارين بمعدل اللعب في تطوير التوافق الحركي و دقة اداء مهارة المناولة بكرة القدم، واستعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين لعينة البحث البالغ عددها (24) لاعبا من لاعبي نادي النيل بأعمار (15-17) سنة، من مجتمع البحث الأصلي البالغ (30) لاعبا وقسمت عينة بالتساوي على مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، واستعمل الباحث الأدوات والأجهزة الملائمة لأجراء الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث، فضلاً عن تنفيذ تمارين بمعدل اللعب وأجريت تجربة استطلاعية مصغرة على عينة من اللاعبين بلغ عددهم (6) لاعبين، وبعد إجراء الاختبارات القبلية وتنفيذ مفردات التمارين الخاصة بمعدل اللعب لمدة (4) أسابيع وبواقع (3) وحدات تعليمية وبعدها كلي (12) وحدات.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2024/2/20

القبول: 2024/3/30

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

### الكلمات المفتاحية:

تمارين، معدل اللعب، التوافق الحركي، دقة الأداء، المناولة بكرة القدم

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

وتعد تدريبات اللعب ذخيرة كل مدرب إذ قد لا تخلو وحدة تعليمية من غير استعمالها ولمدة طويلة سواء في الوحدة التعليمية أو على مدار الموسم، فالتدريبات بتنوعها أساس اللعبة ووسيلة المدرب لتطبيق المهارات الأساسية وإجادتها (Lazem, Abbas, et al., 2024) لذا لا بد على المدرب إيجاد وتكوين مواقف أو تشكيلات لعب عديدة لأن عملية تعلم مهارات اللعبة الأساسية وتطوير دقة أدائها تتطلب التكرار والتنوع فالتكرار يرسخ الأداء المهاري لدى اللاعب بالشكل الذي يتردد عليها أكثر من غيرها ويصل بالتنفيذ مع زملائه إلى الآلية التي تسمح بغرض التصرف السليم لمواقف اللعب المختلفة، إما التنوع في التكرار فإنه يجدد نشاط اللاعب ودافعيته لاستمرارية الأداء المهاري، فضلاً عن أنه يمنح المتعلم فرص مواجهة مواقف اللعب المتغيرة التي تحدث في المباراة. (Aldewan et al., 2006)

تعد الكرة القدم إحدى الألعاب الرياضية الجماعية التي يتميز الأداء الحركي فيها بالصعوبة والتنوع والتعدد وضرورة إتقان الأداء الفني ودقته والتوافق الحركي، فضلاً عن الحركة المستمرة طيلة مدة المباريات، فالأداء الحركي يتميز بأنه هادف وموجه لتحقيق غاية معينة من خلال تناسق مجموعة من الحركات المترابطة فيما بينها في الفراغ والزمان، وتؤدي الخلايا العصبية ومركزها في المخ دوراً كبيراً في توجيه العمل العضلي المشترك في الأداء المهاري الذي يؤديه اللاعب أو المتعلم. يجب تطوير القدرات الحركية والمهارية من خلال التخطيط الجيد للمنهج التعليمي الذي يهدف إلى وصول المتعلم إلى الدقة (Musharraf & Al-Hadithi, 2022) والارتقاء والتكامل في أداء المهارات الأساسية كافة بحيث يمكن أن يؤديها المتعلم بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، وفي دراسة (BadrKhalaf et al., 2021) توصلوا إلى أن التخطيط للمنهج التعليمي يطور المهارات وكذلك دراسة (Rasoul & Muslim, 2019) أسهمت التمرينات التي خطط لها من ضمن المنهاج التعليمي وادت إلى تطور المهارات الأساسية التي تم دراستها لأن نجاح الأداء المهاري يتوقف على درجة إتقان المهارات الأساسية مهما تغيرت الظروف مما يؤدي إلى وصول المتعلم لدرجة جيدة من آلية الأداء وفاعليته بحيث تكون النتيجة الحتمية وهي تحقيق الهدف وهو تعلم المهارات الأساسية وتطوير دقة أدائها (Jassim & Hamidi, 2022) (Kadhim et al., 2024)

### 1-2 مشكلة البحث

ومن خلال متابعة الباحث الميدانية للوحدات التدريبية لهذه للفريق وجود ضعف في دقة أداء المهارات الأساسية بكرة القدم وإنها يجب ان تطور بشكل اكثر فاعلية فضلا عن ضعف في قدرة التوافق الحركي المرتبطة والخاصة بهذه المهارات، الأمر الذي قد يؤدي إلى قلة تمكن المتعلمين في الأداء المهاري، ويطرح التساؤل هل بإمكانات التمرينات الموضوعه من قبل الباحث في تطور التوافق الحركي و مهارة المناولة بكرة لاقدم. ومن خلال ما تقدم تمكن أهمية البحث الحالي في اعداد تدريبات خاصة بمعدل اللعب لمحاولة تطوير هذه المهارات .

### 1-3 هدف البحث:

- التعرف على تأثير تدريبات معدل اللعب لتطوير التوافق الحركي .
- التعرف على تأثير التمرينات بمعدل اللعب في تطوير مهارة المناولة بكرة القدم.

### 1-4 فرض البحث:

- هناك تأثير ايجابي لاستعمال التمرينات معدل اللعب المقترحة لتطوير التوافق الحركي و مهارة المناولة للاعبين كرة القدم بأعمار (15-17) سنة .

### 1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبي نادي النيل بعمر (15-17) سنة للموسم 2023-2024.

1-5-2 المجال الزمني: للفترة من 2023/8/25 الى 2023 /12/1.

1-5-3 المجال المكاني: ملعب نادي النيل.

-تحديد المصطلحات:

1-معدل اللعب:- هو الجهد الذي يبذله المتعلم في أثناء اللعب من أجل تطوير قدراته الحركية والمهارية، وهو استثمار لأنشطة اللعب في اكتساب المهارة وتقريب مبادئها بحيث يتمكن المتعلم كيف ومتى يستعمل المهارة ضمن مواقف اللعب المختلفة. (تعريف إجرائي).

2-إجراءات البحث:- استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين لحل مشكلة البحث.

2-1 عينة البحث:-

شملت عينة البحث من (24) لاعبا من مجتمع البحث والبالغ عددهم (30) لاعبا من نادي بابل، وتم تقسيمها بالطريقة العشوائية البسيطة وبأسلوب القرعة على مجموعتين متساويتين في العدد تمثل احدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وبحجم (12) لاعبا لكل مجموعة، وقام الباحث بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث في المتغيرات التي تتعلق باختبارات التوافق الحركية ودقة أداء بعض المهارات بكرة القدم، قبل البدء بتنفيذ مفردات معدل اللعب، وكما هو مبين في الجدول (1).

### الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة في الاختبارات القبلية للتوافق الحركي ودقة أداء

مهارة المناولة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق الحركي بين العين والرجل	زمن	0.85	7.92	0.72	8.11	1.68	غير معنوي
2	دقة المناولة	درجة	0.62	2.93	0.63	2.46	1.88	غير معنوي

يبين الجدول (1) نتائج التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، إذ أظهرت وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية، إذ كانت جميع قيم (t) المحسوبة اصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.07) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22)، مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

2-2 الاختبارات:- تم اختيار الاختبارات الآتية:-

أولاً:- اختبارات التوافق الحركي:- وشملت الآتي (الملحق 1).

1- اختبار التوافق الحركي بين الرجلين والعينين. (A. Z. A.-D. et all Nahida, 2015).

ثانياً:- اختبارات دقة أداء مهارة المناولة بكرة القدم (Aban, 2022)

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة:- استعمل الباحث مجموعة من الوسائل والأدوات والأجهزة الآتية:-

-المصادر العربية والأجنبية. -الاستبانة. -الملاحظة. -الاختبارات والقياس. -استمارات تسجيل.

-كرات طائرة عدد (10). -ملعب كرة قدم قانوني. -شريط ملون. -شريط لاصق وطباشير ملون. -صفارة عدد (2).

-ساعة توقيت الكترونية عدد (2).

2-4 التجربة الاستطلاعية:- تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (6) لاعبين من مجتمع البحث المتجانس

وخارج عينة البحث الرئيسية، وتم تطبيق الاختبارات الموضوعية وذلك في الساعة العاشرة صباحاً يوم الجمعة الموافق 25

2023/8/ في ملعب نادي النيل.

2-5 الأسس العلمية للاختبارات:-

2-5-1 صدق الاختبار:- استعمل الباحث طريقة الصدق الظاهري وذلك بالاعتماد على مجموعة الخبراء والمختصين والتي عُرِضت عليهم الاختبارات، إذ تم عرض الاستبانة الخاصة بتحديد الاختبارات لعينة البحث، بعد أن وضع الباحثون عدة اختبارات تم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين، وبعد فرز الاستمارات تم حساب نسبة الاتفاق التي ظهرت بنسب موافقة (100%)، وللاختبارات جميعها.

2-5-2 ثبات الاختبار:- استعمل الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة من مجتمع البحث وبعده (6) لاعبين، وقد تم إجراء الاختبارات للمرة الأولى في الساعة العاشرة صباحاً ليوم الجمعة الموافق 2023/ 8/25، في ملعب نادي النيل، وتم إعادة الاختبارات في المرة الثانية يوم الأربعاء الموافق 2023/8/30 في المكان والوقت نفسه، وقد استخرجت نتائج ثبات الاختبارات وكما هو مبين في الجدول (2).

2-5-3 موضوعية الاختبار:- قام الباحث بحساب موضوعية الاختبارات عن ايجاد علاقة الارتباط بين درجات اثنين من المحكمين، إذ دلت النتائج بعد معالجتها إحصائياً أن جميع الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية كما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين قيم معامل الثبات والموضوعية للاختبارات

ت	الاختبارات	الثبات	الموضوعية
1	التوافق الحركي بين العين والرجل	0.92	-
5	دقة أداء مهارة المناولة بكرة القدم	0.92	-

2-6 إجراءات البحث الرئيسية:- تمثلت إجراءات البحث الرئيسية بالآتي:-

2-6-1 إجراء الاختبارات القبليّة:- أجريت الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم السبت الموافق 2023/ 9 /2، والخاصة باختبارات التوافق الحركي ودقة أداء مهارة المناولة بكرة القدم.

2-6-2 تنفيذ مفردات التمرينات الخاصة:- استغرقت الوحدات التعليمية مدة (4) أسابيع، وبعده (3) وحدات في الأسبوع، وبلغ المجموع الكلي (12) وحدات، أما زمن الوحدة التعليمية فهو (30) دقيقة، من زمن الاصل للوحدة الكلي واعتمدت المجموعة التجريبية تمرينات معدل اللعب التي تم تطبيقها في القسم الرئيس للوحدة التعليمية بزمن قدره (30) دقيقة في الجزء التطبيقي من القسم الرئيس انظر ملحق (2)، بينما اعتمدت المجموعة الضابطة المنهج التعليمي المتبع من قبل المدرب.

2-6-3 إجراء الاختبارات البعديّة:- بعد إكمال مدة تنفيذ مفردات تمرينات معدل اللعب أجريت الاختبارات البعديّة لعينة البحث يوم الثلاثاء الموافق 2023/10/10، والخاصة باختبارات التوافق الحركي ودقة أداء مهارة المناولة بكرة القدم، وقد راعى الباحث أن تكون الظروف التي أجريت فيها هذه مشابهة لظروف إجراء الاختبارات القبليّة.

2-7 الوسائل الإحصائية:- استعان الباحث بالوسائل الإحصائية الآتية (Marwan, 2000)

-النسبة المئوية. -الوسط الحسابي. -الانحراف المعياري. -معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

-اختبار (t) للعينات المتناظرة. -اختبار (t) للعينات المستقلة. -معامل الاختلاف (خ).

3- نتائج البحث:

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

## الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبليّة والبعدية التوافق الحركي و المناولة بكرة القدم

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	القبليّة		البعدية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق الحركي بين العين والرجلين	زمن	0.92	8.33	6.49	0.64	3.14	معنوي
3	دقة أداء مهارة المناولة	درجة	0.63	2.46	4.4	0.56	8.4	معنوي

يبين الجدول (3) نتائج المجموعة التجريبية، إذ أظهرت وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، إذ كانت جميع قيم (t) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11).

## الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبليّة والبعدية التوافق الحركي و المناولة بكرة القدم

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	القبليّة		البعدية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق الحركي بين العين والرجلين	زمن	0.82	8.14	7.51	0.73	2.77	معنوي
2	دقة أداء مهارة المناولة	درجة	0.62	2.93	3.75	0.77	3.03	معنوي

يبين الجدول (4) نتائج المجموعة الضابطة، إذ أظهرت وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، إذ كانت جميع قيم (t) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11).

## الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة في الاختبارات البعدية التوافق الحركي و مهارة المناولة بكرة القدم

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق الحركي بين العين والرجلين	زمن	0.73	7.51	6.49	0.64	6.3	معنوي
2	دقة أداء المناولة	درجة	0.77	3.75	4.4	0.56	2.4	معنوي

يبين الجدول (5) نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية، إذ أظهرت وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين ولصالح التجريبية، إذ كانت جميع قيم (t) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.07) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22).

## 3-2 مناقشة النتائج:

من خلال ما تمّ عرضه من نتائج في الجدولين (3 و4) للذان أظهرتا وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، وللمجموعتين الضابطة والتجريبية، ويعزو الباحث سبب هذه الفروق بالنسبة للمجموعة الضابطة، إلى التزام أفراد هذه المجموعة بوحدة المنهج التعليمي المتبع والخاصة بالمجموعة الضابطة واعتمادهم على الأسلوب التعليمي للباحث الذي شمل التكرارات المناسبة التي تم تنفيذها بشكل مستمر، وهذا يتفق مع ما تم الإشارة إليه في أنّ الممارسة وبذل الجهد بالتدريب

والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم والاكتساب، فضلاً عن أنّ التدريب عامل أساس في عملية تفاعل المتعلم مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات والمكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب وهو يزيد من تعلم وتطوير المهارة وإيقانها (A.-D. Nahida, 2018) (Mohan et al., 2024) (Khdhim & Aldewan, 2023)

أما فيما يخص أفراد المجموعة التجريبية فيعزو الباحث سبب معنوية الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح البعديّة ولقدرة التوافق الحركي إلى ادخال مبدأ معدل اللعب وتطبيق متعلمو المجموعة التجريبية هذه التمرينات في أثناء الوحدات التعليمية واستجابتهم لكافة متطلبات الأداء الحركي المطلوب منهم، إذ دلت هذه التمرينات على فاعليتها ودورها في تطور الخبرة التي اكتسبها المتعلمون من الوحدات التعليمية الخاصة بقدرة التوافق الحركي، إذ تضمنت هذه الوحدات تمرينات ومواقف تعليمية لهذه القدرة التي تعني "قدرة الفرد على التحكم في عضلات جسمه مجمعة أو مفردة حسب متطلبات النشاط، فضلاً عن ذلك أدت التمرينات بمعدل اللعب إلى تطوير دقة أداء المهارات المبحوثة لدى أفراد المجموعة التجريبية، (Lazem, Ghazi, et al., 2024) وحسب ما أظهرته النتائج في وجود بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة، ويعزو الباحث سبب معنوية هذه الفروق إلى تمرينات بمعدل اللعب التي تميزت بانسجامها مع قدرات المتعلمين وقابلياتهم المهارية، ووضوح آلية تطبيقها حسب متطلبات اللعب المطلوب منهم وبالتالي قيامهم بالأداء المهاري بدافعية ورغبة بعيداً عن الملل والضجر الذي قد يشعرون به في أثناء أدائهم للمهارات بشكل تقليدي، الأمر الذي أدى إلى زيادة أو تطوير دقة أداء هذه المهارات لديهم، وهذا يتفق مع ما تم الإشارة إليه في أنّ "وضح الأهداف للمتعمّل يؤدي إلى زيادة دافعية ومحاولة بذل الجهد للتغلب على ما يعترضه من صعاب وعقبات ويمنحه المزيد من الحماس والمثابرة ويحول دون ظهور بوادر التعب وعلامات الملل (Abboud et al., 2023) (MUSHREF & Sulaiman, 2022)

وأشارت نتائج الجدول (5) وجود فروق معنوية في الاختبارات البعديّة لاختبارات التوافق الحركي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث سبب هذه الفروق إلى فاعلية تمرينات معدل اللعب التي ساعدت أفراد المجموعة التجريبية في تطور قدرة التوافق الحركي (التوافق الحركي بين العين والرجلين) لديهم والتي تعد من القدرات الحركية المهمة التي لا بد توفرها في أداء المهارات الأساسية بكرة القدم ولاسيما المهارات المبحوثة وهي القاسم المشترك في معظم الألعاب والفعاليات الرياضية، وعليه فأن للتوافق الحركي دوراً بارزاً في طبيعة أداء مهارة المناولة ودقتها، لذا فإن أفراد مجموعة البحث التجريبية قد أدوا هذه المهارات بشكل جيد لكونهم اكتسبوا التوافق العصبي العضلي من خلال ممارستهم المتكررة لها وبمعدل اللعب وبالتالي الوصول إلى الأداء الصحيح للمهارات بتناسق وانسجام وسيطرة ومن دون تصلب أو تورّ، وأن تنفيذ تمرينات معدل اللعب أعطت متعلمي المجموعة التجريبية حرية الحركة والانتقال بانسيابية ورشاقة جيدة وزيادة ثقتهم بأنفسهم من خلال إيجاد أجواء مشابهة لحالات اللعب الحقيقية، إذ أن استعمال معدل اللعب أوجد تنافساً حقيقياً بين المتعلمين عن طريق تكرارات الأداء في الجزء التطبيقي من القسم الرئيس من الوحدة التعليمية مما أعطى أهمية كبيرة قدرة التوافق الحركي لديهم (Khazal et al., 2024)، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه بعض المصادر ذات العلاقة في أن إحساس اللاعب بقدرته على أداء المهارة يعني الإحساس بالحركة، والذي يؤدي دواً مهماً في عملية التوافق الحركي فضلاً عن ذلك أدت تمرينات معدل اللعب إلى تطوير دقة أداء بعض مهارات كرة القدم لدى أفراد المجموعة التجريبية بفروق معنوية أكبر من أفراد المجموعة الضابطة، وحسب ما أظهرته النتائج. ويعزو الباحث سبب معنوية هذه الفروق إلى ملائمة طبيعة تمرينات معدل اللعب، وتنظيم هذه التمرينات وتنوع أشكالها واستعمالها في أثناء الوحدات التعليمية والتي كان له التأثير الإيجابي في تطوير دقة أداء هذه المهارات، إذ أن أي مهارة من المهارات الحركية تحتاج إلى تمرينات وتدريب متكررة، ولكي يأخذ التمرين مكانه في تعلم المهارة لا بد من إجراء محاولات تنظيم الظروف المحيطة بالتمرين وتطويرها وتنويعها للمساعدة في تطوير المهارة الأمر الذي أدى إلى تطوير دقة المهارات المبحوثة وهذا ما يحتاجه المتعلمون لتعلم المهارات وتطوير دقة أدائها (Kadhim et al., 2024)، إذ إن المتعلمين بمجرد معرفتهم بتطبيق المهارات وإعادتها بصورة صحيحة يؤدي إلى زيادة النجاح ورفع مستوى الطموح لديهم فتقوى الاستجابة السابقة ويزداد احتمال

حدوثها، فضلاً عن زيادة المعلومات لديهم عن الموقف فيحاولون تجنب الأخطاء التي قد يوقعون أو وقعوا فيها ويعيدون طريقة أدائهم حتى يتجهون الاتجاه الصحيح، وهذا ما ساعدت عليه تمارينات معدل اللعب (al-Dewan, 2007) ، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن طبيعة الأداء المهاري في كرة القدم يتميز بأنه مجموعة من الحركات المترابطة والمندمجة والتي يؤديها اللاعب (المتعلم) بحسب متطلبات الموقف الذي يمر به من خلال المنافسة أو المباراة لتحقيق هدف معتمداً على قدراته الحركية والبدنية والمهارية، لذا يجب أن يتسم الأداء بالسرعة في التحرك بدرجة عالية من الفاعلية والدقة (Zuhair & Moataz Youssef, 2014)

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1الاستنتاجات:

- 1-فاعلية التمارينات بمعدل اللعب في تطور قدرة التوافق الحركي للاعبين بكرة القدم.
- 2-ادخال التمارينات بمعدل في أثناء الوحدات التعليمية له تأثيراً ودوراً كبيراً في دقة أداء بعض مهارة المناولة بكرة القدم.
- 3-حققت المجموعة التجريبية تفوق عن طريق فروق معنوية جيدة في قدرة التوافق الحركي دقة أداء بعض مهارة المناولة بكرة القدم.

##### 4-2التوصيات:

- 1-ضرورة التأكيد على استعمال التمارينات بمعدل اللعب في الوحدات التعليمية لكرة القدم.
- 2-التأكيد اعتماد التمارينات بمعدل اللعب في الوحدات التعليمية الخاصة بهذه الفئة السنية وذلك لتطوير دقة الأداء الصحيح للتخصص المهاري وزيادة الإثارة والتشويق وبت روح المنافسة بين الطلاب.
- 3-اعتماد مبدأ التدرج من الصعب إلى السهل ومن الجزء إلى الكل وباستعمال التمارينات بمعدل اللعب في تعلم المهارات الأساسية لضمان تطوير القدرات الحركية المرتبطة والخاصة بها.
- 4- إجراء دراسات أخرى لتطوير قدرات متنوعة أخرى ومهارات أساسية ولكلا الجنسين.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي نادي النيل بعمر (15-17) سنة للموسم 2023-2024

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

ابان عبد الكريم مزهر <https://orcid.org/0009-0005-3045-2256>

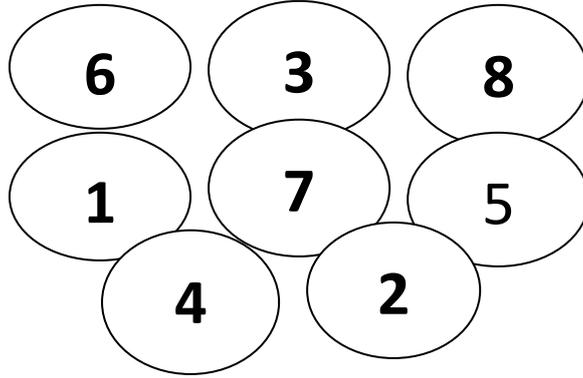
## References

- Aban, A. K. (2022). *The effect of an educational field on the development of motor coordination, some sensory–motor perceptions, and basic skills in soccer for juniors* [Doctoral thesis]. University of Babylon.
- Abboud, M. F., Mohammad, A., & Haider Aufi. (2023). The effect of using collaborative competition with the use of assistive tools on developing football goal–scoring skill. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 33*(1), 162–176. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.404>
- al–Dewan, L. (2007). THE EFFECT of USING THE DIFFERENT TEACHING MANARS IN DEVELOPMENT SOME CREATIVITY SKILLS OF PHYSICAL EDUCATION. *Sciences Journal Of Physical Education, 2*, 297–326. <https://www.iasj.net/iasj/article/49821>
- Aldewan, L. H., Saleh, Z., & Ashour, A. R. (2006). The effect of using a small playground in developing some basic soccer skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 19*.
- BadrKhalaf, H., Aldewan, L. H., & Abdul–Hussein, Th. S. (2021). The impact of the Zahorek model on the development of students’ football dodge skill. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 31*(1), 173–185. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/88>
- Jassim, A. H. A., & Hamidi, A. K. T. (2022). Effect of Rehabilitation Exercises with the Help of Physiotherapy Devices to Treat Partial Tear Connective Muscles for Football Players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 32*(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.317>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al–Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education, 13*(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeeedu.20241301.12>
- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self–scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(1).
- Khdhim, M. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2023). The effectiveness of teaching according to the V–shaped strategy in emotional intelligence and the accuracy of the skills performing of defending the court and crushing hitting with volleyball for students. *College Of Basic Education Research Journal, 19*(2.1), 527–542.
- Lazem, M. A., Abbas, N. Y. H., & Mohammed, L. H. (2024). The Effectiveness of The Blended Learning Strategy in Learning Some Complex Offensive Skills in Futsal for

- Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>
- Lazem, M. A., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). The Impact Of Curriculum Engineering, Artificial Intelligence Strategies, And Digital Methodology On Teaching Physical Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>
- Marwan, A. M. I. (2000). *Descriptive and inferential statistics in the fields and research of physical education* (1st edition). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al-Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 34(1), 17–27. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.469>
- Musharraf, M. A. J., & Al-Hadithi, K. I. S. (2022). The effect of exercises using the method of learning for mastery and performance simulation tools in developing the skills of standing on the hands and the human wheel for the floor movements carpet in the artistic gymnastics for men. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(5).
- MUSHREF, A. J., & Sulaiman, K. I. (2022). The effect of the learning method for mastery of performance simulation exercises in developing the skills of diving and handstand for the floor mat in artistic gymnastics for men. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 14(3).
- Nahida, A. Z. A.-D. et all. (2015). *Modern volleyball and its specialized requirements* (1st edition). Dar Al-Kutub Al-Ilmiyya.
- Nahida, A.-D. (2018). *Mental processes and motor learning*. Methodology Publishing and Distribution House.
- Rasoul, T. H. A., & Muslim, A. (2019). Effect of Daniel's model in teaching basic skills of football halls. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 58.
- Zuhair, A.-K., & Moataz Youssef. (2014). *Football Skills Law Tests*. Lebanese Academic Book Foundation.

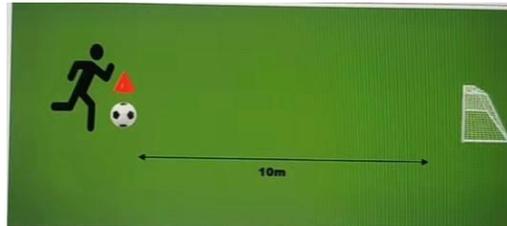
### الملحق (1) يبين الاختبارات المستعملة بالبحث

- اسم الاختبار:-الدوائر المرقمة.
- الهدف من الاختبار:-قياس التوافق الحركي بين الرجلين والعينين.
- الأدوات المستعملة:-ساعة إيقاف، يرسم على الأرض (8) دوائر على أن يكون قطر كل منها (60)سم وترقم الدوائر من(1-8).
- مواصفات الأداء:- يقف المختبر داخل الدائرة رقم(1) وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب تبعا إلى الدائرة رقم(2) ثم إلى رقم (3) ..... حتى الدائرة رقم(8).
- طريقة التسجيل:-يسجل الزمن الذي استغرقه المختبر في الانتقال على الدوائر الثمانية، وكما هو موضح في الشكل(2).



### الشكل (2) يوضح اختبار الدوائر المرقمة لقياس التوافق الحركي بين الرجلين والعينين

- ثانياً:-اختبارات دقة اداء المناولة بكرة القدم:
- اختبار المناولة بكرة القدم :
- اختبار المناولة بكرة القدم من مسافة (10)م.
- الهدف: قياس دقة التمرير.
- الادوات : هدف متحرك (1\*1) م ,كرة قدم عدد (5) , شريط قياس.
- طريقة الاداء: يقف اللاعب و معه الكرة (10)م و عند سماع الاشارة يقوم المختبر بالمناولة.
- طريقة التسجيل: يعطى كل لاعب ((5) محاولات
- درجة للمحاولة الصحية .
- صفر للمحاولة الفاشلة.



اختبار المناولة بكرة القدم

ملحق (2)  
شكل للتمرينات المستخدم

ت	شرح التمرين	الرسم
1	مساحة الملعب (20*20) 2 ضد 2 لعب حر ومحاولة التهديف ضد الفريق المنافس لمدة (3)دوراحه لمدة (30)ثا و تعاد لمرة اخرى	
2	مساحة الملعب (30*40) 3 ضد 3 لعب حر و محاولة التهديف ضد الفريق المنافس لمدة (3)دوراحه لمدة (30)ثا و تعاد لمرة اخرى.	
3	مساحة الملعب (30*50) 4 ضد 4 لعب حر و محاولة التهديف ضد الفريق المنافس لمدة (3)د بوجود لاعب مساند خارج الملعب يساعد فريقه بدون النزول لساحه اللعبوراحه لمدة (30)ثا و تعاد لمرة اخرى.	
4	مساحة الملعب (40*60) 4 ضد 4 لعب حر و محاولة التهديف الفريق المنافس لمدة (3)د بوجود لاعبين مساندين خارج الملعب يساعد فريقه بدون النزول لساحه اللعبوراحه لمدة (30)ثا و تعاد لمرة اخرى	



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Rehabilitation Approach for Tennis Players' Medial Elbow Muscles Tendon Injury Using MMT Diagnosis Method

Mohannad Qasim Khudair<sup>1</sup>  

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1,2</sup>

Qusay Saleh Mal Allah<sup>2</sup>  

### Article information

#### Article history:

Received 27/3/2024

Accepted 26/4/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Rehabilitative approach, MMT, Nerve-muscle units, Elbow joint, Tennis

### Abstract

The study aimed to prepare a rehabilitation approach for injury to the tendons of the medial muscles of the elbow joint using the Early Muscle Testing Technique (MMT), which gives clear digital meanings that reveal the level of the muscles and develop special solutions for them by developing appropriate rehabilitation programs to raise the level of strength of the weak muscles. The experimental approach was used and the research sample was determined. In the deliberate manner of some clubs in Basra Governorate (Abu Al-Khasib Club – Shabab Al-Basri Club). The research sample consisted of (6) players suffering from stress injury. We concluded that it is necessary to use the early muscle examination method (MMT) in preparing rehabilitation exercises because the early muscle examination method gives advance notification of The weak muscles that may be involved under the help of the strong muscles of the elbow joint, holding awareness seminars on the method of early examination and trying to avoid injury.





## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### منهج تأهيلي لأصابه أوتار العضلات الانسية لمفصل المرفق باستخدام طريقة التشخيص (MMT) للاعبين التنس

قصي صالح مال الله<sup>2</sup>

مهند قاسم خضير<sup>1</sup>

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1,2</sup>

#### الملخص

هدفت الدراسة الى اعداد منهج تأهيلي لإصابة اوتار العضلات الانسية لمفصل المرفق باستخدام تقنية الفحص المبكر للعضلات MMT والتي وتعطي مدلولات رقمية واضحة تكشف عن مستوى العضلات ووضع حلول خاصة بها من خلال وضع البرامج التأهيلية المناسبة للارتقاء بمستوى قوة العضلات الضعيفة, وقد استخدم المنهج التجريبي وتحدد عينة البحث بالطريقة العمدية لبعض اندية محافظة البصرة (نادي ابي الخصيب -نادي شباب البصري) وقد تكونت عينة البحث من (6) لاعبين مصابين بإصابة الاجهاد, واستنتجنا الى ضرورة استخدام طريقة الفحص المبكر للعضلات MMT في اعداد التمرينات التأهيلية كون طريقة الفحص المبكر للعضلات تعطي اخطار مسبق عن العضلات الضعيفة والتي قد تكون منطوية تحت مساعدة العضلات القوية لمفصل المرفق, عمل ندوات توعوية حول طريقة الفحص المبكر ومحاولة تجنب الاصابة .

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/3/27

القبول: 2024/4/26

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024,

#### الكلمات المفتاحية:

منهج تأهيلي, MMT, اوتار العضلات الانسية, مفصل المرفق, التنس

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يُعد التنس من الألعاب المهمة والمنتشرة في كثير من بلاد العالم، وهناك أثر تصاعدي في زيادة عدد ممارسيها، ويرجع ذلك إلى أنها رياضة ممتعة بالنسبة للأعمار جميعها من سن الثامنة حتى سن السبعين أو أكثر كل على وفق قدراته ومهاراته. فهي كنشاط تسهم في رفع مستوى اللياقة البدنية والوظيفية لممارسيها، ولا تقل شأناً عن أي رياضة تنافسية أخرى لما تحتاجه من متطلبات بدنية ومهارية وخطية (Aileen & Wadih Farag, 1992) حيث انها من الالعاب التي قد يطول مدة مبارياتها الى عدة ساعات وهذا قد يعرض لاعبيها الى اصابات مختلفة من حيث شدتها ودرجاتها وطريقة حدوثها وهذا يتطلب دراسة عميقة لهذه اللعبة اذ قد يتعرض لاعبيها اثناء المباراة الى اصابات نتيجة الجهد العالي والمستمر على اعضاء واجهزة الجسم المختلفة , فضلا عن الأداء المهاري الخاطي او عدم مراعاة الشروط العلمية والفنية خلال التدريب والمنافسة ( Oudah et al., 2022) كما في دراسة (Aldewan et al., 2022) حيث استنتجت ان مهارات كرة التنس قد تطورت الأداء المهاري نتيجة استعمال مناهج تؤدي الى مثالية التعليم والتوصل الى الأهداف تبذل الجهد والوقت الملائم هذه العوامل جميعها تتطلب منا الخوض والدراسة العميقة في مجال الاصابات الرياضية واتباع كل ما هو حديث وجديد في كيفية الفحص والتشخيص والعلاج للإصابة الرياضية وخصوصا اصابات لعبة التنس ونخص منها اصابات الأوتار الانسية لمفصل مهم وحيوي يقع عليه عباء كبيرة وهو مفصل المرفق .

وهذه من الاصابات الشائعة والتي تكون منتشرة وبشكل كبير بين لاعبي التنس وهذا ناتج من الاستخدام المفرط والشديد الذي يقومون به أثناء التدريبات والمباريات. اذ ان هذه الإصابة تؤثر على أوتار الكوع ومفصل المرفق كذلك تؤثر وبشكل كبير على قوة العضلات العاملة على هذا المفصل وذلك ناتج عن كون الاوتار هي نقطة الاتصال بين العضلات والعظام مما يسبب ألم وتقلصات في هذه المنطقة. (Mousa et al., 2019) ان شيع حدوث الإصابة في مفصل المرفق بصورة عامة والجانب الانسي بصورة خاصة يعود الى ان اغلب حركات ومهارات لعبة التنس تركز على الجانب الانسي مما يتطلب من هذه الاوتار تحمل اعباء أكبر من غيرها من الاوتار , او قد يكون من خلال استخدام التقنيات الخاطئة والغير صحيحة مما قد يضيف اجهادا اضافيا على هذه الاوتار كذلك من خلال الاستخدام المتكرر لنفس الحركات كالحركات القوية بالمضرب مما يضع ضغطا على اوتار مفصل المرفق , وقد يكون نتيجة اللعب لفترات طويلة بدون أخذ فترات راحة قد يزيد من احتمالية الإصابة. ان الكشف عن سلامة العضلات المحيطة بالمفصل والكشف عن أي خلل في هذه العضلات يتطلب استخدام تقنية علمية تحدد مستوى القوة الذي تكون به العضلة وبالتالي نتمكن من وضع البرامج التأهيلية المناسبة للارتقاء بمستوى قوة العضلات الضعيفة , ان الاختبار اليدوي للعضلات MMT نستطيع من خلاله تحديد الاصابات الرياضية من خلال تشخيص مستوى الضعف العضلي واعداد البرامج التأهيلية المناسبة لنوع الإصابة والتعرف على مدى فاعلية هذه البرامج التأهيلية من خلال التشخيص المستمر لقوة وسلامة العضلات وهذا ما حدا بنا لاختيار هذه التقنية الحديثة وتسليط الضوء عليها كونها غير مكلفة وذات جدوى اقتصادية (Lazem et al., 2024) (Aldewan et al., 2013) (Rasoul, 2024) ولا تحتاج الى اجهزة وتعطي مدلولات رقمية واضحة تكشف عن مستوى العضلات ووضع حلول خاصة بها ويمكن استخدامها ن قبل اللاعب والمدرّب واختصاصي تأهيل الاصابات الرياضية .

## 1-2 مشكلة البحث:

ان مفصل المرفق هو من المفاصل التي يقع على عاتقها الحمل الكبير في لعبة التنس وله دور بارز في تحديد أداء اللاعب والتأثير على حركته وقوته, حيث ان قوة المفصل ومرونته يسمح للاعب بالتحكم بشكل أفضل في حركة ذراعه, مما يؤثر على دقة الضربة وقوة التوجيه. هذا يمكنه من السيطرة على كرة التنس وتوجيهها بدقة في الاتجاه المطلوب, وقد يتطلب في كثير من الاوقات اثناء المباراة التحرك بسرعة للوصول للكرات البعيدة وهذا يعتمد على سلامة مفاصل الجسم وبالتالي سلامة اوتارها وعضلاتها مما يحقق الحركة السريعة والانتقال بشكل أفضل. ولهذا ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة وعمله في مجال تأهيل الاصابات الرياضية ومن خلال اطلاعه الميداني على معظم مباراة كرة التنس لاحظ الباحث ضعف في قوة الضربات الامامية وتوجيه الكرة الى المكان الصحيح في ملعب الخصم كذلك هناك ضعف في رد الكرات السريعة والقوية بالإضافة الى قلة وجود بعض التقنيات الحديثة في التشخيص وعدم تسليط الضوء عليها لكي تكون معروفة لدى اللاعب والمدرّب واختصاصي تأهيل الاصابات الرياضية والتي لا تحتاج الى اجهزة مكلفة وتعتمد في التشخيص الى الاختبار اليدوي الذي يكشف لنا عن قوة وضعف عضلات هذا المفصل ان معظم لاعبي التنس يستخدم هذا المفصل بصورة متكررة ولفترات طويلة دون اي معرفة بالخلل او الضعف (Jabbar et al., 2023) الذي قد يحدث في عضلات واوتار هذا المفصل ودرجات هذا الضعف من قبل اللاعب والمدرّب (N. J. Jassim, 2022) وكذلك عدم وضوح الرؤيا الكاملة لسلامة مفصل المرفق واوتاره مما قد يسمح للاعب بالاستمرار بتكرار الجهد على مفصل المرفق مما يؤدي الى تقادم الخلل وزيادته واحتمالية اصابة اللاعب بإصابة الاجهاد او اصابات مختلفة قد تؤدي الى ابعاد اللاعب عن ممارسة هذه اللعبة اذا لم يتم تشخيصها وعلاجها بوقت مبكر من حدوثها لذلك ارتأى الباحث في اختيار مشكلته البحثية في استخدام طريقة الفحص المبكر للعضلات MMT التي تساعد على الكشف عن أي خلل في قوة وسلامة هذه العضلات والاورار ودرجات هذا الضعف او الخلل مما يساعد اللاعب على تجنب الاصابة قبل وقوعها وكذلك تتمكن من وضع المنهج التأهيلي الذي يتناسب مستوى اصابة اللاعب في حالة حدوثها .

### 3.1 أهداف البحث

- 1- اعداد منهج تأهيلي لإصابة اوتار العضلات الانسية لمفصل المرفق باستخدام تقنية الفحص المبكر للعضلات MMT
- 2- التعرف على الفروق في الاختبارات القبلية والبعديّة في قياس MMT لعضلتي (Biceps) و (Triceps)

### 1-4 فروض البحث

- 1- وجود فروق في الاختبارات القبلية والبعديّة في اختبار (MMT) لعضلتي (Biceps) و (Triceps) ولصالح الاختبارات البعديّة

### 1.5 مجالات البحث:

#### 1.5.1 المجال البشري:

بعض اندية محافظة البصرة للتنس (نادي شباب البصري, نادي ابي الخصيب)

#### 2-5-1 المجال الزمني:

المدة من 23 / 12 / 2023 لغاية 5 / 3 / 2024.

### 3-5-1 المجال المكاني:

عيادة بسمة امل للعلاج الطبيعي , مختبرات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , ملعب التنس في المدارس التخصصية التابعة لوزارة الشباب والرياضة.

### 1-6-6 تعريف المصطلحات

#### 1-6-1 اختبار العضلات اليدوي (Manual Muscle Test)MMT

يعرف اختبار العضلات اليدوي (MMT) هو طريقة للتشخيص اليدوي للتغيرات في الحالة الوظيفية للعضلات الهيكلية كرد فعل للجسم لوجود تأثير كيميائي او ميكانيكي او طاقة العضلة على مستوى الهياكل المرتبطة بالعضلات المختبرة ( Ali Khaleel, 2019) او هو اجراء لتقييم قوة العضلات الفردية او مجموعة العضلات , بناءً على الاداء الفعال للحركة فيما يتعلق بقوة الجاذبية او المقاومة اليدوية او من خلال نطاق الحركة المتاح ويعتبر الجزء الاكثر اهمية من التقييم الحركي الذي يتم اجراءه في الفحص اليدوي

### 3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

#### 1-3 منهج البحث

اعتمد الباحث المنهج التجريبي لمجموعة واحدة متبعا للاختبار القبلي والبعدي لمناسبته لطبيعة عينة البحث

#### 2-3 مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تضمنت العينة لاعبي التنس المتقدمين المصابين بالجهد الزائد في أوتار العضلات الانسية لمفصل المرفق لبعض اندية محافظة البصرة ( نادي ابي الخصيب, ونادي شباب البصري) والبالغ عددهم ( 10 ) لاعبين مصابين تم عرضهم على الطبيب المختص لتشخيص نوع الاصابة كما مبين في ملحق رقم (2) حيث تم استبعاد لاعبين منهم نتيجة لعدم تطابق اصاباتهم مع الاصابة المختارة في البحث وكذلك تم استبعاد لاعبين اخرين نتيجة لعدم التزامهم في المنهج التأهيلي, وقد تراوحت اعمار اللاعبين المصابين من (20-25) سنة ولهذا فقد بلغت عينة البحث الفعلية ( 6 ) لاعبين مصابين , وبذلك شكلت العينة بنسبة (60%) حيث تم اجراء تجانس لأفراد عينة البحث في جميع متغيرات لبحث والجدول (1) بين ذلك.

#### جدول (1)

يبين التجانس بين افراد عينة البحث في القياسات المورفولوجية والمتغيرات قيد الدراسة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الطول	سم	173.83	3.92	2.25%
الوزن	كغم	66.83	1.94	2.902%
العمر	سنة	22.33	1.89	8.46%
العمر التدريبي	سنة	23	3.29	9.96%
عضلة MMT الباي	درجة	3.33	5.52	15.62%

12.93%	0.41	3.17	درجة	عضلة تراي MMT
--------	------	------	------	------------------

وهذا يعني حسن توزيع العينة وتجانسها وذلك لأن قيم معامل الاختلاف انحصرت بين (2.25-15.62) % لعينة البحث وهي قيمة مقبولة "حيث ان قيمة معامل الاختلاف كلما اقتربت من (1%) يعد التجانس عالياً وإذا زاد عن (30%) يعني ان العينة غير متجانسة" (Saleh & Mohammed, 2019)

### 3-3 ادوات جمع البيانات والوسائل والاجهزة المستعملة في البحث

- شبكة المعلومات الالكترونية (الانترنت)، المصادر العربية والاجنبية ، الملاحظة والتجريب ، الاختبار والقياس ، استمارات الاستبيان ، المقابلات الشخصية ، جهاز Faradic, tens, Dgdnmic برنامج Electro therapy ايراني المنشأ، جهاز الموجات فوق الصوتية Ultra sound هندي المنشأ- ميزان طبي صيني المنشأ عدد (1) ، جهاز حاسوب نوع Dell ، عدد (1) ، كامرة رقمية نوع (Nikon) يابانية المنشأ عدد (1)، صافرة نوع (Fox) عدد (1) ، ساعة توقيت رقمية نوع (Diamond)، صينية المنشأ، عدد (1) ، مساطب ، اشربة ملونة عرض 2.5سم ، اشربة مطاطية مختلفة المقامات، د مبلص (أوزان مختلفة) ، بار حديد مع اوزان مختلفة ، اكياس ثلج، مساطب ، ملعب تنس، كرات تنس، مضارب

### 3-4 الاختبارات المستخدمة في البحث

#### 3-4-1 اختبار اليدوي للعضلات (Manual Muscle Test) MMT

-اسم الاختبار: اختبار اليدوي لعضلات (Carolyn Kisner & Lynn Allen Colby, 2017)

- الهدف من الاختبار: قياس قوة عضلات التني والمد لمفصل المرفق

- الادوات اللازمة: مقياس MRC وسرير على ارتفاع 70سم وطول 2م او مسطبة جلوس

- وصف الاداء: من وضع الجلوس او الاستلقاء على الظهر للاعب واختيار العضلة المراد قياسها وهي العضلة العضدية ثنائية الرؤوس (biceps) في حالة التني والعضلة العضدية ثلاثية الرؤوس (triceps) في حالة المد حيث يقوم الفاحص باختبار اللاعب بثني الذراع او مدها لغرض قياس العضلة المراد قياسها ومن ثم يقوم الفاحص بالوقوف بالشكل المناسب الذي يضمن له الدقة بالقياس وثبات المقاومة العكسية بعد تحديد العضلة المراد قياسها يقوم الفاحص بأخبار اللاعب عن كيفية الاداء واعطاء التعليمات ثم يضع يد الفاحص على المفصل البعيد للذراع المراد قياسها ويطلب من اللاعب تسليط قوة على يد الفاحص ويطلب الفاحص القوة المسلطة على يده ثم ينتظر من (3-5) ثانية ثم يقوم الفاحص بتسليط قوة معاكسة ويحدد بعد ذلك الدرجة على مقياس MRC لغرض اعطاء درجة ويكرر الاختبار لغرض التأكد من الدرجة ودقة الاختبار.

ومقياس مجلس البحوث الطبية (MRC) هو مقياس من ستة نقاط يتراوح من (0-5) وكما مبين ادناه (Nicola J.Petty & Ann, 2021)

1- لا يوجد تقلص للعضلات ويعطى الرقم (0)

2- يوجد اثر محسوس للتقلص ويعطى الرقم (1)

3- يوجد تقلص عضلي مرئي لكن المفصل لا يتحرك ويعطى الرقم (2)

4- اكثر من نصف مدى الحركة متاح ضده الجاذبية ويعطى الرقم (3)

5- المدى الحركة الكامل ضد الجاذبية وضد المقاومة اليدوية المعتدلة ويعطى الرقم (4)

6- المدى الكامل المتاح ضد الجاذبية وضد المقاومة اليدوية القصوى، مع الاستمرار في نهاية المدى الحركي (لمدة 3-5 ثوان تقريباً) ويعطى الرقم (5)

#### - الشروط

- 1- يجب اداء الاختبار في ضوء الشروط الموضحة في مواصفات الاداء .
  - 2- قبل عملية المقاومة يجب ان تكون زاوية مفصل المرفق 90 درجة
  - 3- لكل مختبر محاولتان يسجل له افضلها
  - 4- ارتداء اللاعب ملابس اللعب ولا يجوز ارتداء الملابس ذو الكمام الطويلة
- التسجيل: يسجل المختبر الدرجة التي يحددها المقياس

#### 3-5 التجارب الاستطلاعية

ان التجربة الاستطلاعية هي من الشروط الاساسية في البحث العلمي وهي "تجربه مصغرة من التجربة الرئيسية الغرض منها عن بعض الحقائق العلمية او تجريب العمل لكشف المعوقات والسلبات التي تواجهه تطبيق التجربة الرئيسية". ( Haider, 2015)

#### 3-5-1 التجربة الاستطلاعية الاولى

من اجل معرفة الطرائق العلمية لتطبيق القياسات والاختبارات المستخدمة بالبحث قام الباحث يوم 2023/12/23 المصادف يوم السبت بأجراء اول تجربة استطلاعية الساعة (3) مساء في مركز بسمة امل للعلاج الطبيعي وتأهيل الاصابات الرياضية وذلك من اجل معرفة الادوات والاجهزة المستخدمة ومدى امكانياتها في الاستخدام والتأكد من كفاءة الكادر المساعد وبخصوص تطبيق الاختبار وتعليماته وطريقة تسجيل المعلومات الخاصة بكل مصاب. وملحق رقم (3) بين اسماء الكادر المساعد

#### 3-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية

من اجل التأكد حول امكانية اللاعبين المصابين من تطبيق التمارين التأهيلية المقترحة والاختبارات المستخدمة في البحث قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية ثانية في 2023/12/28 المصادف يوم الخميس على (3) لاعبين مصابين من العينة في ملعب التنس الواقع في منطقة دور الشرطة.

#### 3-6 الاختبارات القبليّة

يعد الاختبار القبلي الوسيلة التي نستطيع من خلالها التعرف على واقع الاصابة ومستواها الحقيقي للعينة ونقطة الشروع التي ينطلق منها الباحث حيث قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة يوم الثلاثاء المصادف 2024/1/2 الساعة الرابعة مساءً وبمساعدة فريق العمل، إذ تم إجراء اختبار الفحص المبكر للعضلات (MMT) للعضلات العاملة على مفصل المرفق وهي كل من العضلة العضدية ثنائية الرؤوس (Biceps) التي تقوم بعملية الثني لمفصل المرفق والعضلة العضدية ثلاثية الرؤوس (Triceps) التي تساعد على مد مفصل المرفق للتعرف على مدى سلامة وقوة هذه العضلات

#### 3-7 المنهج التأهيلي المقترح ( التجربة الرئيسية )

اعد الباحث المنهج التأهيلي المقترح لعينة من اللاعبين المصابين بإصابة الاجهاد لأوتار العضلات الانسية لمفصل المرفق على وفق اختبار ( MMT ) ومتطلبات الفعالية مستندا بذلك على المصادر والمراجع العلمية الحديثة فضلا عن المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء والمختصين في مجال تأهيل الاصابات الرياضية , والطب الرياضي ,وجراحة العظام و المفاصل ,

ومدربين كرة التنس وقد تكونت العينة من (6) لاعبين مصابين تم عرضهم على الطبيب المختص للتأكد من اصابتهم , حيث تم تطبيق المنهج التأهيلي بعد ثلاث ايام من تنفيذ الاختبارات القبلية وقد اختلفت تلك المدة ما بين مصاب واخر لاختلاف تاريخ حدوث الإصابة اذ قام الباحث بتنفيذ المنهج التأهيلي المقترح والذي استغرق (6) اسابيع بناء على رأي الاطباء والخبراء المختصين ويواقع (18) وحدة تأهيلية وبمعدل (3) وحدات في الاسبوع ومدة كل وحدة تأهيلية تراوحت من (40-55) دقيقة . حيث اشتمل المنهاج على التدرج بالتمارين من السهل الى الصعب ابتداء من تمارين المرونة والتمارين الثبات والتوازن والتدرج بتمارين المقاومة من خلال استخدام الاشرطة المطاطية مختلفة المقاومة وانتهاءً باستخدام مقاومات الحديد وملحق رقم (4) بين نموذج لوحدة تأهيلية

### 3- الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من تطبيق المنهج التأهيلي قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية على متغيرات البحث المختارة وذلك يوم الخميس الموافق (2024/3/5) حيث تم اجراء الاختبارات البعدية في ملعب التنس التابع الى وزارة الشباب والرياضة في دور الشرطة واعتمدت الباحث التسلسل والاجراءات نفسها التي اجراها في الاختبار القبلي

### 3-9 الوسائل الاحصائية

تم استعمال برنامج SPSS ver 23

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

#### 4-1 عرض نتائج اختبار الفحص المبكر للعضلات MMT

#### الجدول (2)

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	البعدي		القبلي		الاختبار
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوية	6.842	0.55	4.5	5.52	3.33	MMT (Biceps)
معنوية	6.287	0.52	4.33	0.41	3.17	MMT (Triceps)

الدرجة الجدولية (t) = (2.571) عند مستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول (2) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) بين الاختبارات القبلية والبعدية لاختبار الفحص المبكر للعضلات (MMT) لعضلة (Biceps) والتي تقوم بثني مفصل المرفق وعضلة (Triceps) والتي تقوم بمد مفصل المرفق, حيث اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي للاختبار القبلي لعضلة (Biceps) هو (3.33) وانحراف معياري مقداره (2.52) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (4.5) وانحراف معياري مقداره (0.55), اما قيمة (t) المحسوبة فهي (6.287) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية (2.571) وعند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (6) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي واظهرت النتائج ان الوسط الحسابي للاختبار القبلي لعضلة (Triceps) هو (3.17) وانحراف معياري مقداره (0.41) والوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (4.33) وانحراف معياري مقداره (0.52), اما قيمة (t) المحسوبة فهي (6.842) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية (2.571) وعند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (6) وهذا يدل ايضا على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي

**4-2 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الفحص المبكر للعضلات (MMT) لعضلي (Biceps) و (Triceps)**  
من خلال النتائج التي ظهرت في الجدول (2) نجد ان هناك تحسن واضح وملحوظ لدى افراد المجموعة في الاختبار البعدي وهذا يتفق مع ما جاء في فرض الدراسة، فبمعزها الباحث على ضوء المصادر حيث ان التمارين التأهيلية التي اعدت من قبل الباحث كانت تخصصية في تأهيل اصابة اوتار العضلات الانسية لمفصل المرفق اذ عمد الباحث على اعداد التمارين التأهيلية بالاعتماد على الاختبار اليدوي للعضلات (MMT) على اساس اختبار كل عضلة بصورة منفردة وبالتالي يكون تدريب العضلة منفردة قدر المستطاع يسهم في تطوير القوة والمرونة والتوازن للعضلة الواحدة وبالتالي كل عضلة تكون مستعدة لوظيفتها بشكل منعزل عن العضلات الاخرى ومع اجتماعها تصبح نسبة اصابتها اقل مقارنة مع عدم استخدام تمارين تأهيلية مقننة ومعدة بطريقة (MMT)

حيث كانت عينة البحث تطبق منهاج تأهيلي اعد بطريقة علمية مقننة أستخدم فيها تمارين تأهيلية تواكب ما وصل اليه العالم اليوم من خلال نوع وكم التمارين التأهيلية (A. H. A. Jassim & Hamidi, 2022) المخصصة لنوع تلك الاصابة وهذا ما لا حضا من خلال الاختبار اليدوي (MMT) من خلال التعرف على قوة العضلات المحيطة بمفصل المرفق وهذه التمارين صيغت على اساس اختبار (MMT) حيث ان تحديد مجموعة العضلات المراد اختبارها تمثل الخطوة الاولى في اعداد التمارين التأهيلية فعلى سبيل المثال، اذا كنت تختبر قوة العضلة لرباعية الرؤوس، فستحتاج الى اعداد تمارين تستهدف تلك المجموعة العضلية المحددة (Hides JA et al., 1996)

حيث ان الدرجات التي يمكن الحصول عليها من اختبار (MMT) تتراوح من 0 (بدون تقلص) الى 5 (قوة في مستواها الطبيعي) ، إذا تم تصنيف قوة العضلات على انها 3 فستحتاج الى التركيز على التمرين التي تعتمد على مقاومة وأكثر تركيزا على نطاق الحركة وتنشيط العضلات منخفضة المستوى وبناء على درجة قوة العضلات والمجموعة العضلية المستهدفة ولهذا سوف يتم التركيز على التمارين التأهيلية التي تساعد على تقوية وتحسين وظيفة تلك المجموعة العضلية (Abdel Ghafour, 2020)

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات

##### 5-1 الاستنتاجات: في ضوء نتائج البحث توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية

- 1- ان المنهج التأهيلي المعد وفق اختبار MMT كان له التأثير الايجابي في علاج اصابة اوتار العضلات الانسية
- 2- اثرت التمارين التأهيلية المعد وفق اختبار MMT بشكل ايجابي على تقوية العضلات المحيطة بمصل المرفق وخصوصا عضلي (Biceps) و (Triceps).

##### 5-2 التوصيات: بناء على نتائج البحث يوصي الباحث بما يأتي

- 1- ضرورة استخدام طريقة الفحص المبكر للعضلات MMT في اعداد التمارين التأهيلية كون طريقة الفحص المبكر للعضلات تعطي اخطار مسبق عن العضلات الضعيفة والتي قد تكون منطوية تحت مساعدة العضلات القوية لمفصل المرفق.
- 2- ضرورة اعداد منهاج تأهيلية بطريقة MMT لمختلف الاصابات الرياضية وفي العاب مختلفة
- 3- اجراء بحوث مشابهة في مختلف الفعاليات وعلى اصابات اخرى
- 5- عمل ندوات توعوية حول طريقة الفحص المبكر ومحاولة تجنب الاصابة .

### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في بعض اندية محافظة البصرة للتنس (نادي شباب البصري، نادي أبو الخصيب)

### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

مهند قاسم خضير <https://orcid.org/0009-0006-2552-2536>

## References

- Abdel Ghafour, B. H. A. G. (2020). Use of rehabilitation program by using physical therapies to rehabilitate wrist joint injury for fencing players (disabilities) on wheelchairs. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 30(4), 246–253. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/150>
- Aileen, & Wadih Farag. (1992). *Tennis education, training, evaluation and refereeing* (p. 9). Al-Ma'arif facility in Alexandria.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41. <https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Aldewan, L. H., Noori, A. B., & Oda, M. J. (2022). The Influence of the Rofini Model on Learning Some Basic Skills and Sensory Perceptions in the Game of Female Tennis. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(1), 16–28. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i1.285>
- Ali Khaleel. (2019). *Back pain Manual Diagnosis and therapy* (pp. 257–260). Ukrain, Kyiv.
- Carolyn Kisner, & Lynn Allen Colby. (2017). *Muscle Teasting. Techniques of Manual Examination* (pp. 23-57–90).
- Haider, A. R. (2015). *Basics of writing scientific research in physical education and sports sciences* (1st edition, p. 128). Al-Ghadeer Printing and Publishing Company Limited.
- Hides JA, Richardson CA, & Jull GA. (1996). *Multifidus muscle recovery is not automatic after 11-resolution of acute, first-episode low back pain* (pp. 2763–2769).
- Jabbar, H. K., Hassan, L. M., & Ali, M. M. (2023). Mind mapping strategy and its impact on learning some basic tennis skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.453>
- Jassim, A. H. A., & Hamidi, A. K. T. (2022). Effect of Rehabilitation Exercises with the Help of Physiotherapy Devices to Treat Partial Tear Connective Muscles for Football Players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.317>
- Jassim, N. J. (2022). The Effect of Corrective Exercises According to the Mind Mapping Strategy in Learning the Two Strikes front and Back Tennis. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2).
- Lazem, M. A., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). The Impact Of Curriculum Engineering, Artificial Intelligence Strategies, And Digital Methodology On Teaching Physical Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>
- Mousa, H. J., Hadi, A. K., & Ali Kadhim, M. A. (2019). Effectiveness of the Ultrasonic Device with Therapeutic Exercises in the Rehabilitation of Knee Joint Injury in Football Players. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 13(4).
- Nicola J. Petty, & Ann. (2021). *Moory Musculoskeletal Examination and Assessment* (5th edition, pp. 29–31). L.A. published.
- Oudah, M. J., Aldewan, L. H., & Hchaya, H. M. (2022). Building a Scale of Systems Thinking in Tennis. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2), 18–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.341>

Rasoul, T. H. A. (2024). Evaluating The Effectiveness Of Different Teaching Methods In Improving Skill Performance In Teaching Football. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34(2)*, 70–80. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.505>

Saleh, sura K., & Mohammed, L. K. (2019). A proposed method of rehabilitation of the knee joint after the removal of the frontal cruciate ligament and its effect on some physical variables of football players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 29(1)*, 285–298. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/600>

### ملحق (1) استمارة الاختبارات

التاريخ	اختبار قوة الضربة الامامية	اختبار قوة القبض ة	اختبار مطاو لة القوة	اختبار القوة الممز ة بالسر ع ة	المدى الحركي لمفصل المرفق						MMT						الو ز ن	الط ول	العم ر التدر يبي	العم ر	الاسم
					ال ك ب	ال ثني	ال د م	5	4	3	2	1	0	ال ط ر ح	ال ك ب	ال ثني					

### ملحق (2) الخبراء والمختصين

مكان العمل	الاختصاص	الاسم	ت
جامعة البصرة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تأهيل علاجي – كرة القدم	ا.د. لؤي كاظم محمد	1
جامعة البصرة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علاجية – مبارزة	ا.د. سلام جابر عبدالله	2
جامعة بابل – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	طب رياضي	ا.د. نبيل عبد الكاظم عذاب	3
جامعة البصرة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	اختبارات وقياس- العاب المضرب	ا.د. مكي جبار عودة	4
جامعة البصرة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	تعلم حركي – العاب مضرب	ا.د. منتظر علي مجيد	6
وزارة الصحة -مستشفى الجمهوري	مفاصل وعظام	د. خليل ابراهيم صادق	7
وزارة الصحة -مستشفى الجمهوري	مفاصل وعظام	د. محمد باقر الامارة	8

ملحق (3) كادر العمل المساعد

ت	الاسم	مكان العمل
1	مصطفى علي حسين	جامعة البصرة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	م.د عيسى كاظم حنون	وزارة التربية /مديرية تربية البصرة
3	عمار عبد الحسين محمد	وزارة الصحة /دائرة صحة البصرة
4	م.م رحيل رحيم احمد	وزارة التربية /مديرية تربية البصرة

ملحق (4) نموذج من المنهج التأهيلي المقترح

التاريخ:

الاسبوع: الاول

زمن الوحدة: (40-55) دقيقة هدف الوحدة:

الوحدة: التأهيلية الثالثة

تأهيل مفصل المرفق والعضلات العاملة والمساعدة له

الزمن الكلي	الراحة		المجميغ	تكرار الاداء	زمن الاداء	الاجهزة والتمارين	ت
	مجميغ	تكرار					
10د	-	-	1	1	10د	جهاز اشعة تحت الحمراء	1
2.44د	30ثا	1ثا	3	15	2ثا	من وضع الوقوف او الجلوس ثني ومد مفصل المرفق حسب قدرة المصاب	2
3.48د	30 ثا	2ثا	3	10	5ثا	من وضع الوقوف او الجلوس مع ثني مفصل المرفق زاوية 90 درجة والمرفق ملامس للجسم يقوم المصاب برسم ثلاث دوائر صغيرة وهمية في الهواء مع زيادة حجم الدائرة في كل دورة، ويكون رسم الدائرة باتجاه عقرب الساعة وعكس اتجاه عقرب الساعة	3
4.45د	30ثا	5ثا	3	10	6ثا	من وضع الوقوف وضع راحة اليد على المسطبة والذراع ممدودة بحيث تشير اصابع اليد نحو الداخل مع الميل بالجسم نحو الخلف لزيادة تمدد العضلات	4
4.45د	30ثا	5ثا	3	10	6ثا	من وضع الوقوف وضع راحة اليد على المسطبة والذراع ممدودة بحيث تشير اصابع اليد نحو الامام مع الميل بالجسم نحو الامام لزيادة تمدد العضلات	5
4.45د	30ثا	5ثا	3	10	6ثا	من وضع الوقوف وضع راحة اليد على المسطبة والذراع ممدودة بحيث تشير اصابع اليد نحو الخارج والميل بالجسم اتجاه الذراع المصابة	6
4.45د	30ثا	5ثا	3	10	6ثا	من وضع الوقوف وضع راحة اليد على المسطبة والذراع ممدودة بحيث تشير اصابع اليد نحو الداخل, يعمل المصاب على زيادة الضغط بالذراع المصابة نحو الداخل	7
المجموع الكلي 40.53 د							



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Studying the actual reality of using social networking sites to promote recreational tourism In the Kurdistan Region of Iraq

Barzan Saber Hussein <sup>1</sup>✉  kaneao Hasan Sedeeq <sup>2</sup>✉ Bestoon Shukri Ramadhan <sup>3</sup>✉  
Soran university – faculty Education<sup>1</sup> Ministry of Education<sup>2,3</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 22/3/2024

Accepted 27/4/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

social networking sites, promotion of recreational tourism



### Abstract

The research aims to identify the role of social networking sites in promoting recreational tourism in the Kurdistan Region of Iraq. The research was conducted on a sample of (650) consumers of recreational tourism services within the Kurdistan Region and Iraq. The simple random research sample was chosen, and appropriate statistical methods were used by SPSS programs. The researchers used the descriptive approach to suit the nature of the research. One of the most important results of the research is that social networking sites provide the consumer with sufficient information about the tourism product provided through advertisements. Advertisements through social networking sites save you the trouble and save you time, unlike traditional advertising means. Among the most important recommendations of the researchers is the necessity of exploiting social networking sites, especially Facebook, in promoting recreational tourism places in the region. Optimal exploitation is as much as the use of these sites is widespread among members of society, displaying tourism information and services in an attractive, interesting and advanced way, and providing tourists with new ways to search and spread the culture of promoting recreational tourism places through sites. Social networking to support the national economy.



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### دراسة الواقع الفعلي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لترويج السياحة الترويحية في إقليم كردستان العراق

بيستون شكرى رمضان<sup>3</sup> ✉  
وزارة التربية<sup>2,3</sup>

كانياو حسن صديق<sup>2</sup> ✉

بارزان صابر حسين<sup>1</sup> ✉  
جامعة سوران - فاكولتي التربية<sup>1</sup>

#### المخلص

يهدف البحث إلى التعرف على الواقع الفعلي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في ترويج السياحة الترويحية بإقليم كردستان العراق وقد تم إجراء البحث على عينة قوامها (650) من مستهلكي خدمات السياحة الترويحية داخل إقليم كردستان والعراق، استخدم الباحثون المنهج الوصفي لتناسبه مع طبيعة البحث واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة واستخدام أساليب إحصائية مناسبة من برنامج SPSS ، من أهم نتائج البحث توفر مواقع التواصل الاجتماعي المعلومات الكافية عن السياحة الترويحية بواسطة الإعلانات عبر مواقع التواصل وتختصر الوقت والجهد للسائح بعكس وسائل الإعلان التقليدية. ومن أهم التوصيات الباحثون ضرورة استثمار الامثل لمواقع التواصل الاجتماعي ولا سيما الفيسبوك في الترويج عن اماكن السياحة الترويحية في الاقليم بقدر انتشار استخدام تلك المواقع بين افراد المجتمع، عرض المعلومات والخدمات السياحية بطريقة جذابة ومشوقة ومتطورة وأمداد السائح بطرق جديدة للبحث ونشر ثقافة الترويج للأماكن السياحية الترويحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي لدعم الاقتصاد الوطني.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:  
الاستلام: 2024/3/22  
القبول: 2024/4/27  
التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

#### الكلمات المفتاحية:

مواقع التواصل الاجتماعي، ترويج السياحة الترويحية

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

أحدثت التطورات التكنولوجية الحديثة، نقلة نوعية في كافة مجالات الحياة الثقافية، الاجتماعية، الاقتصادية والفكرية، ومن أبرز تلك التطورات شبكة الأنترنت، التي حققت انتشاراً كبيراً وربطت بين مختلف أنحاء الأرض لتصبح عالماً واحداً متصلاً، واصبحت جزء هام من حياة المجتمعات العصرية، حيث أتاحت سرعة وسهولة التواصل والتقارب والتعارف بين الأفراد والجماعات، ومكنت من مشاركة وتبادل الأفكار والخبرات فيما بينهم وبذلك أصبح أفضل وسيلة لتحقيق التواصل بين الأفراد. (Aldewan et al., 2013) (Nour El-Din, 2016)

وانتشر الجيل الثاني من وسائل الاتصال الاجتماعي بصورة كبيرة في السنوات الأخيرة بعدا طلاق موقعة (Facebook)، وأصبح لدى معظم الشركات حول العالم حسابات على مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة سواء (Facebook) أو (Twitter) أو (Instagram) أو... (Tik tok) (Skype) إلخ. حيث أنها أصبح وسيلة فعالة للترويج الفعاليات والأنشطة والمنتجات لأنها تعد من أسرع الوسائل الآن في الوصول للعميل إضافةً إلى ذلك انتشار الهواتف الذكية وأجهزة التابل في متناول الجميع. (Walid, 2011)

لذا لجأت معظم الشركات عامة والشركات العاملة في مجال السياحة خاصة للتواجد عبر هذه الشبكات واستعمال هذه المواقع للترويج كوسيلة جذب لعرض مختلف النشاطات والبرامج والخطط التسويقية. وتسمح مواقع التواصل الاجتماعي بإنشاء محتوى أو إعلان معين ومشاركة العديد من المتابعين قد يكونوا من المستخدمين الحاليين أو المرتقبين أو متابعين لنشاط الشركة فقط، إذا فهي أكثر من مجرد وسيلة ترفيهية أو اجتماعية بل أداة تسويقية قيمة إذا استخدمت بشكل صحيح، لتزيد من وجود الشركات السياحة وحضورها في السوق (Abdul Hussein, 2015) (Ghazi et al., 2024) (Kadhim et al., 2024)

### 1-2 أهمية البحث :

**تتم اهمية البحث في امتلاك إقليم كردستان العراق مقومات السياحة الترويجية مما يجعلها في مصاف دول العالم في هذا المجال وتعد السياحة الترويجية من أهم مصادر الدخل القومي في قطاع السياحة بوجه خاص، حيث تحقق تطلعات الأفراد وطموحاتهم من خلال الترفيه والتخفيف والتخلص من التوتر وعصبية الضوضاء سمة العصر الحديث، لذا فهي تخدم الفرد و ترتقي بوجدانه و إحساسه وتحقق السعادة الشخصية. (Alsaed et al., 2023)**

ومع الاهتمام المتزايد والتوجه للتسويق والترويج للسلع والخدمات بصفة عامة وخدمات وأنشطة السياحة الترويجية بصفة خاصة عبر مواقع التواصل الاجتماعي والزيادة المستمرة في الحسابات الشخصية على تلك المواقع والشبكات، الا انه الترويج عبرها لا يزال غير واضح من حيث التطبيق في الإقليم، بالإضافة إلى ندرة الدراسات والبحوث في مجال التواصل الاجتماعي بصفة عامة وفي مجال تطبيقاته في ترويج السياحة الترويجية بصفة خاصة داخل إقليم كردستان، مما دفع الباحثون للبحث لمعرفة دور مواقع التواصل الاجتماعي في ترويج السياحة الترويجية بإقليم كردستان للارتقاء بالسياحة بصفة عامة والسياحة الترويجية بصفة خاصة وماهي وسائل والأساليب المؤثرة في تسويق خدمات السياحة الترويجية نظراً لأهميتها البالغة في زيادة الدخل القومي.

### 1-3 هدف البحث:

1- التعرف على الواقع الفعلي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في ترويج السياحة الترويجية بإقليم كردستان العراق وتفاعل مستخدميها معها.

2- معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية .

#### 1-4-4 مجالات البحث:

#### 1-4-1 المجال البشرية:

تتكون من مستخدمين خدمات السياحة الترويحية داخل إقليم كردستان، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة .

#### 1-4-2 المجال المكانية:

تم التطبيق الميداني على عينة من مستخدمين خدمات السياحة الترويحية داخل إقليم كردستان (أربيل، دهوك، سلیمانیه)

#### 1-4-3 المجال الزمنية:

تم التطبيق الميداني لأدوات البحث في صورتها النهائية من (2024\3\7) إلى (2024\4\20)

#### 1-5 مصطلحات البحث:

#### تعريف اجزائي:

- **مواقع التواصل الاجتماعي:** برامج الاللكترونية تساعد وتسمح للأفراد والشركات بإنشاء وتنظيم صفحات شخصية لهم، كما تسمح لهم بالتواصل والتفاعل مع الآخرين.
- **ترويج السياحة الترويحية:** هي الجهود المبذولة من الشركات السياحية لجذب انتباه السائحين في أوقات فراغهم للمناطق السياحية بإقليم كردستان.
- **المسؤول عن الترويج الإلكتروني:** هو الشخص الذي يستخدم منصات التواصل الاللكتروني عبر الإنترنت في الدعاية والترويج للمنتجات والخدمات والأنشطة.

#### 2-خطة و إجراءات البحث:

#### 1-2 المنهج المستخدم:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي - الدراسات المسحية - بخطواته وإجراءاته.

#### 2-2 مجتمع و عينة البحث:

#### 1-2-2 مجتمع البحث:

تحدد مجتمع البحث من مستخدمي خدمات السياحة الترويحية داخل إقليم كردستان العراق (أربيل، دهوك، سلیمانیه) في سنة 2024 لزيارة الاماكن السياحية الترويحية في اقليم كردستان في اربيل (350) الف (39.54%)، دهوك (225) الف (25.46%)، السلیمانیه (310) ألف (35%)، اجمالي (885000) سائح، تم اخذ (650) سائح وبنسبة (0.73 % لعينة البحث، والتواصل معهم باستخدام موقع (Google forms) تم تعميمه على عينة البحث من خلال المكاتب السياحية وكروبات مواقع التواصل الاجتماعي .

#### 2-2-2 عينة تقنين البحث:

تم تحديد عينة التقنين والبالغة (50) فرداً اختيروا بالطريقة العشوائية من خارج عينة البحث الأساسية وممثلة لمجتمع البحث في الفترة من (2024\3\17) إلى (2024\3\20)

#### 2-2-3 عينة البحث الأساسية :

أعتمد الباحثون الطريقة العشوائية لاختيار عينة البحث وعددها (650) سائح وتم استبعاد (80) استمارة لعدم استيفائها شروط التطبيق، وبذلك تصبح العينة الرئيسية (520) الجدول (1) وضح توصيف عينة البحث

## جدول (1)

## توصيف عينة البحث

م	المكان	عينة البحث		العينة التقنين		العينة الرئيسية	
		العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
1	أربيل	299	%46	20	%40	299	%46
2	دهوك	142	%22	10	%20	132	%22
3	سليمانية	209	%32	20	%40	189	%32
	المجموع	650	%100	50	%100	600	%100

## 3-2 أداة جمع البيانات:

- استعان الباحثون في جمع بيانات هذه الدراسة بتصميم استمارة استبيان وعلى النحو التالي :
- الاطلاع على المصادر والدراسات السابقة مثل دراسة (مشاركة نور الدين، 2016م) (هيبه لحر، 2016م) (علي عبد الحسين، 2015م)
- تحديد المحاور المقترحة وعرضها على (12) خبير، لإبداء الرأي عن مدى مناسبتها وكفايتها لتصميم استمارة الاستبيان جدول (2) يوضح ذلك.

## جدول (2)

## النسبة المئوية لآراء الخبراء لمحاور الاستبيان (ن = 12)

المحور	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
1 واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي في ترويج السياحة الترويجية	11	1	%91.6
2 معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية .	12	0	%100

تم وضع العبارات الخاصة لكل محور وعرضها على الخبراء لاستطلاع رأيهم في مدى مناسبة العبارات وملاءمتها لكل محور وتحديد الأهمية النسبية لهما وكما يوضح جدول (3)

## جدول (3)

## النسبة المئوية لآراء الخبراء لمحور واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي مع مواد السياحة الترويجية

## (ن = 12)

ت	العبارات	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
1	ما أكثر وسيلة اعلامية تؤثر في اختيارك وتوجيهك لأماكن السياحة الترويجية؟ (التلفاز، الانترنت، الجرائد، الإذاعة)	11	1	%91.6
2	ما أكثر مواقع التواصل الاجتماعي التي تؤثر في اختيارك لأماكن السياحة الترويجية. (فيسبوك، تيك توك ، انستجرام ، يوتيوب، واتساب، فايبر)	12	0	%100
3	هل تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتعرف على أماكن السياحة الترويجية بالإقليم؟ (نعم أو لا)	11	1	%91.6
4	هل تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي في متابعة العروض السياحية المقدمة؟ (نعم أو لا)	11	1	%91.6
5	هل تقوم بنشر مواد تتعلق بالسياحة الترويجية والمواقع السياحية بإقليم؟ (نعم أو لا)	11	1	%91.6

6	ما نوعية المواد السياحية التي تنشرها على مواقع التواصل الاجتماعي؟ (منشورات ، صور، فيديوهات ،روابط Link)	10	2	83.3%
7	كيف تتفاعل مع مواد السياحة الترويجية المنشورة على مواقع التواصل الاجتماعي؟(اسجل اعجاباً، اعلق عليها، أقوم بمشاركة، اتجاهلها)	10	2	83.3%
8	هل تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتعريف باماكن السياحة الترويجية التي قمت بزيارتها مسبقاً؟ (نعم، أحياناً لا)	12	0	100%
9	ما الذي يجذبك إلى منشورات السياحة الترويجية على مواقع التواصل الاجتماعي. (الميل الشخصي للسياحة الترويجية، محاولة التعرف على أماكن السياحة الترويجية الجديدة)	10	2	83.3%
10	كيف ترى تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على تسويق أماكن السياحة الترويجية؟ (تأثير ايجابي، تأثير سلبي، لا يوجد أي تأثير)	12	0	100%
11	أي من المصادر التالية تنال ثقتهم عن عروض السياحة الترويجية التي تبث عبر مواقع التواصل الاجتماعي؟(الاهل و الأصدقاء، المؤسسات السياحية، صفحات مختصة في السياحة، أشخاص خاضوا تجارب سياحية)	12	0	100%
12	ما أوجه الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على مقومات السياحة الترويجية بإقليم؟ (إمكانية معرفة وجهتك السياحية، إمكانية المقارنة بين العروض السياحية المختلفة، إمكانية الاختيار دون ضغط، إمكانية التواصل المباشر والحصول على أجوبة فورية)	11	1	91.6%

المحور الثاني: معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية

جدول (4)

النسبة المئوية لآراء الخبراء لمحور معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية . (ن = 12)

م	العبارات	موافق	غير موافق	النسبة
اولاً: الإعلانات:				
1	تغطي الاعلانات عبر مواقع التواصل الاجتماعي انطباع ايجابي عن الموقع السياحي المقدم.	12	0	100%
2	تؤثر الاعلانات على مواقع التواصل على تغيير السلوك الاستهلاكي في الاستفادة من العروض السياحية المقدمة.	11	1	91.6%
3	توفر لي مواقع التواصل الاجتماعي المعلومات الكافية عن المواقع السياحية المقدمة من خلال الاعلانات.	12	0	100%
4	الاعلانات عبر مواقع التواصل تكفيك عناء البحث وتختصر لك الوقت بعكس وسائل الاعلان التقليدية.	12	0	100%
5	توجد لديك ثقة بالعروض والاعلانات السياحية المعروضة عبر شبكات التواصل الاجتماعي.	11	1	91.6%
6	الاعلانات عبر مواقع التواصل الاجتماعي تراعي مستويات الدخل المختلفة للأفراد.	12	0	100%
ثانياً: العلاقات العامة				
7	تمتاز تعاملات العلاقات العامة بمواقع التواصل الاجتماعي بالمصداقية والمسئولية تجاهي.	11	1	91.6%
8	تمتاز ادارة العلاقات العامة على مواقع التواصل الاجتماعي بالفاعلية لكسب ثقتك وتأييدك وتغيير الصورة الذهنية للسياحة الترويجية.	12	0	100%
9	نشر الاخبار والبيانات المتعلقة بالمواقع السياحية عبر مواقع التواصل.	11	1	91.6%
ثالثاً: المسؤول عن الترويج الإلكتروني				
10	يعكس المسؤول عن الترويج الإلكتروني الصورة الايجابية للمؤسسة السياحية التي يعمل بها عبر مواقع التواصل الاجتماعي.	11	1	91.6%
11	يسعى المسؤول عن الترويج الإلكتروني عبر مواقع التواصل بتقديم المشورة والرد على الاستفسارات الواردة من السياح.	10	2	83.3%

12	يهتم المسؤول عن الترويج الإلكتروني بالاستماع إلى المشكلات التي تواجهني عبر مواقع التواصل.	10	2	83.3%
----	---	----	---	-------

بناء على آراء الخبراء تم قبول الأسئلة والعبارات الحاصلة على نسبة موافقة (75%) فأكثر وبذلك فقد بلغ عدد الأسئلة و العبارات الخاصة بالاستبيان (24) سؤال (12) عبارة موزعة على كل محور من المحاور

### جدول (5)

عدد العبارات الخاصة بكل محور من محاور الاستبيان

م	المحور	عدد الأسئلة و العبارات داخل المحور
1	واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي مع مواد السياحة الترويجية	12 سؤال
2	معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية .	12 عبارة
	الإجمالي	24 سؤال و عبارة

تم وضع ميزان تقدير للاستجابات على عبارات الاستبيان على النحو التالي:

- نعم وتقدر بثلاث درجات - إلى حد ما وتقدر بدرجتين - لا وتقدر بدرجة واحدة

2-4 خطوات البحث: بعد تحديد عينة البحث وإعداد أداة جمع البيانات، قام الباحثون بالخطوات التالية:

2-4-1 المعاملات الإحصائية للاستبيان:

1- حساب معامل الصدق : استعان الباحثون بالطرق الآتية لحساب معامل صدق الاستبيان وهي:

أ- صدق المحتوى:

توصل الباحثون من خلال تحليل المراجع و الوثائق إلى تحديد محاور الاستبيان واقتراح عبارات و أسئلة لكل محور وفقاً

لتكرار ورودها في المراجع المتخصصة في السياحة الترويجية والتسويق الرياضي والإعلام الرياضي والإدارة والاقتصاد.

ب. صدق المحكمين: قام الباحثون بعرض محاور الاستبيان المقترحة وكذلك عبارات كل محور من المحاور على (12) خبراء لإبداء الرأي حول مناسبة و كفاية المحاور والعبارات لعينة البحث.

ج. صدق الاتساق الداخلي للتحقق من مدى ملائمة عبارات الاستبيان، قام الباحثون بتطبيق الاستبيان على عينة تقنين

قوامها (50) فرد من مستخدمي خدمات السياحة الترويجية بإقليم كردستان العراق، من خارج عينة الدراسة الأساسية ومن

داخل مجتمع البحث، واستخدام الباحثون صدق الاتساق الداخلي لحساب صدق محورين وعبارات الاستبيان من خلال إيجاد

معامل الارتباط بين العبارات ومحاورها، وبين المحورين والاستبيان ككل، كما يتضح من الجدول رقم (6) (7).

### جدول (6)

معامل الارتباط بين محورين وعبارات الاستبيان (ن = 50)

المحور الثاني				المحور الاول			
الارتباط	العبارات	الارتباط	العبارات	الارتباط	العبارات	الارتباط	العبارات
**0,462	7	**0,443	1	**0,532	7	**0,475	1
**0,547	8	**0,666	2	**0,578	8	**0,394	2
**0,521	9	**0,495	3	**0,492	9	**0,641	3
**0,496	10	**0,416	4	**0,362	10	**0,677	4
**0,347	11	**0,357	5	*0,357	11	*0,279	5

**0,355	12	**0,394	6	*0,321	12	*0,281	6
---------	----	---------	---	--------	----	--------	---

(\*\*) قيمة (ر) الجدولية عند (0,01) = 0,361

يتضح من الجدول (6) وجود علاقة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0,05) بين محاور الاستبيان، والعبارات الخاصة به.

### جدول (7)

معامل الارتباط بين محاور الاستبيان والاستبيان ككل حق الامتياز التجاري (ن = 5)

م	المحاور	الاستبيان
1	واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي مع مواد السياحة الترويحية	**667
2	معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويحية .	**742

(\*) قيمة (ر) الجدولية عند (0,05) = 0,276

ويتضح من جدول (7): وجود علاقة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0,05) بين محاور الاستبيان والاستبيان ككل.

2-4-2 حساب معامل الثبات: استخدم الباحثون طريقتين لحساب الثبات:

1. طريقة ألفا كرونباخ:

استخدام الباحثون معامل ألفا كرونباخ ودلالة الاتساق الداخلي لحساب معامل ثبات محاور الاستبيان، وتم حساب معامل

### ال جدول (8)

اختبار معامل ارتباط ألفا كرونباخ للاستبيان (ن = 5) \* دال

م	المحور	الثبات
1	واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي مع مواد السياحة الترويحية	0,654
2	دور مواقع التواصل الاجتماعي في ترويج منتج السياحة الترويحية	0,582

ويتضح من الجدول رقم (8): ثبات محاور الاستبيان، حيث تراوحت قيم الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بين 0,641 : 0,745.

ثبات لمحاور الاستبيان كما يتضح من الجدول رقم (5):

2. طريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات الاستبيان:

استخدام الباحثون معامل ارتباط التجزئة النصفية ومعادلة ارتباط سبيرمان - براون وجتمان لحساب معامل ثبات محاور الاستبيان، كما يتضح من الجدول رقم (9):

جدول (9)

اختبار معامل ارتباط التجزئة النصفية لاستبيان (ن = 50)

م	المحور	سبيرمان - براون	ارتباط جتمان
1	واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي مع مواد السياحة الترويجية	0,765	0,764
2	معرفة مواقع التواصل الاجتماعي في ترويج منتج السياحة الترويجية	0,546	0,544
	الاستبيان ككل	0,846	0,842

يتضح من الجدول رقم (9) أن: معامل ارتباط التجزئة النصفية للاستبيان هو (0,846) لسبيرمان - براون و(0,842) عند جتمان.

2-5 الدراسة الميدانية:

بعد حساب صدق وثبات المقياس، أصبح صالح للتطبيق على العينة الأساسية البالغ عددهم (600) سائح عن طريق استخدام موقع (Google forms) وإرسال الموقع الخاص بالاستبانة لأفراد العينة وتم استبعاد (80) استمارة لعدم استيفائها شروط التطبيق وبذلك أصبح عدد العينة (520) سائح وتمت التجربة الرئيسية في المدة من 2024/ 3/22 إلى 2024/4/5

2-6 المعالجات الإحصائية:

تمت المعالجات الإحصائية لبيانات البحث باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS

3- عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

3-1 عرض وتفسير ومناقشة التساؤل الاول ما واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي مع مواد السياحة الترويجية؟

جدول (10)

واقع تفاعل مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي مع مواد السياحة الترويجية؟ (ن = 520)

م	العبارات	العدد	النسبة المئوية	رتب
1	ما أكثر وسيلة اعلامية تؤثر في اختيارك وتوجيهك لأماكن السياحة الترويجية؟			
	التلفاز	106	20,3%	2
	الانترنت	358	68,8%	1
	الجراند	24	4,5%	4
2	الإذاعة	32	6,7%	3
	ما أكثر مواقع التواصل الاجتماعي التي تؤثر في اختيارك لأماكن السياحة الترويجية؟			
	فيسبوك	402	77,3%	1
	يتويوب	13	2,5%	6

2	%76,9	40	انستجرام	
3	%67,3	35	تيك توك	
5	%5	26	واتس اب	
4	%7	4	فايبر	
هل تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على أماكن السياحة الترويحية ترفع لياقتك البدنية وتحسن صحتك؟				3
1	%80,3	418	نعم	
2	%19,6	102	لا	
هل تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي في متابعة الاعلان عن المؤتمرات والندوات والمحاضرات؟				4
1	%88,6	461	نعم	
2	%11,3	59	لا	
هل تقوم بنشر مواد تتعلق بالسياحة الترويحية والمواقع السياحية باقليم؟				5
2	%32,8	171	نعم	
1	%67,1	349	لا	
ما نوعية المواد السياحية التي تنشرها على مواقع التواصل الاجتماعي؟				6
2	%21,3	111	منشورات	
1	%50,3	262	صور	
4	%8,6	45	فيديوهات	
3	%19,6	102	روابط Link	
كيف تتفاعل مع مواد السياحة الترويحية المنشورة على مواقع التواصل الاجتماعي؟				7
1	%75,1	391	أسجل اعجاباً	
2	%16,9	88	اعلق عليها	
3	%6,1	32	أقوم بمشاركتها	
4	%1,7	9	اتجاهلها	
هل تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتعريف بأماكن السياحة الترويحية التي قمت بزيارتها مسبقاً؟				8
1	%65,7	342	نعم	
3	%12,5	65	أحياناً	
2	%21,3	113	لا	
ما الذي يجذبك إلى منشورات السياحة الترويحية على مواقع التواصل الاجتماعي؟				9
2	%48,2	251	الميل الشخصي للسياحة الترويحية	

1	%51,7	269	محاولة التعرف على اماكن السياحة الترويجية الجديدة	
كيف ترى تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على ترويج اماكن السياحة الترويجية؟				
1	%77,3	402	تأثير ايجابي	10
3	%3	16	تأثير سلبي	
2	%19,6	102	لا يوجد تأثير	
أي من المصادر التالية تنال ثقتهم عن عروض السياحة الترويجية التي تبث عبر مواقع التواصل الاجتماعي؟				
3	%20,5	107	الاهل و الاصدقاء	11
4	%3,6	19	المؤسسات السياحية	
2	%32,8	171	صفحات مختصة في السياحة	
1	%42,8	223	أشخاص خاضوا تجارب سياحية	
ما أوجه الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على مقومات السياحة الترويجية بإقليم؟				
3	%46,9	244	إمكانية معرفة وجهتك السياحية	12
5	%34,8	181	إمكانية المقارنة بين العروض السياحية المختلفة	
7	%6,1	32	إمكانية الاختيار دون ضغط	
1	%82,5	431	إمكانية التواصل المباشر والحصول على أجوبة فورية	
2	%55,9	291	المتابعة للانطباعات حول المنتج السياحي المقدم	
8	%7,5	39	معرفة معلومات وبيانات عن المؤسسات السياحية	
6	%20,3	106	معرفة التجارب السياحية للآخرين	
4	%37,3	194	معرفة العروض السياحية المقدمة	

يتضح من الجدول (10): أن أكثر وسيلة إعلامية تؤثر في توجيه الأفراد لأماكن السياحة الترويجية هي الأنترنت بواقع (68,8%) وذلك يرجع إلى انتشار الأنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي للتعريف بمقومات السياحة الترويجية بالإقليم بطريقة مشوقة وجذابة وتكوين اتجاهات إيجابية للأفراد نحو مناشط السياحة الترويجية واختصار كلا من الوقت والجهد، والفيسبوك هو أكثر مواقع التواصل الاجتماعي تأثيراً في اختيارات الأفراد لأماكن السياحة الترويجية بواقع (402) فرد بنسبة (77,3%) وذلك يرجع إلى أن الفيسبوك من أوائل مواقع التواصل الاجتماعي وأكثرهم انتشاراً بين الأفراد إضافة إلى ذلك انه يتيح تبادل المعلومات والمناقشات بين الأفراد أنفسهم وبين الأفراد وشركات السياحة والتعرف على الخدمات السياحية المقدمة بالتفصيل منا خلال ادراجا احدث الصور والفيديوهات عن اماكن السياحة الترويجية بالإقليم ثم يقابل اهتمامات وميول الأفراد المختلفة، أن أكثر أفراد عينة البحث يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على أماكن السياحة الترويجية وعددهم (418) فرد بواقع (80,3%) مما يشير إلى تفاعل فرد العينة بشكل كبير مع مواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على أماكن السياحة الترويجية بالإقليم وذلك لقدرة مواقع التواصل الاجتماعي على تبادل المعلومات من خلال الروابط والفيديوهات والصور وتحليل وتحديد احتياجات الأفراد بواسطة قاعدة البيانات الكبيرة التي يمكن تحديدها والاستفادة بها من خلال تلك المواقع كالمسئ والجنس والمستوى التعليمي والوظيفة والاهتمامات المختلفة للأفراد مما يسمح لها الوصول لأكبر عدد من الأفراد،

استعمل عينة البحث مواقع التواصل الاجتماعي لمتابعة العروض السياحية المقدمة بواقع (461) فرد بواقع (88,6%) مما يشير إلى متابعة أفراد العينة بإيجابية للعروض السياحية المقدمة من خلال مواقع التواصل الاجتماعي ويرجع ذلك لميزتها في سهولة عرض معلومات وبيانات عن المؤسسات والأماكن السياحية والتجارب السياحية للآخرين والعروض السياحية وإمكانية الحجز بسهولة وبدون مجهود وعدم اهتمام عينة البحث بنشر مواد تتعلق بالسياحة الترويجية بواقع (349) بنسبة (67,1%) فهم يكتفون بمشاهدة الإعلانات وكتابة تجاربهم السابقة عن الأماكن السياحية والعروض والشركات السياحية وذلك لعدم وجود ثقافة الترويج للسياحة الترويجية لتشجيع السياحة والتعريف بالمقومات السياحية للإقليم .

ويتفق ذلك مع دراسة كلا من محمد محمد فراج (2012م) أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت مكون رئيسي ضمن مكونات المزيج الترويجي للمقاصد السياحية وان (45%) من الشركات التي لا تستعين بمواقع التواصل الاجتماعي في استراتيجيتهم التسويقية انهم فوتوا فرص عظيمة لكسب مزيد من العملاء . (Farraj, 2012) ودراسة لشركة Digital Surgeons (2010) ودراسة Manuela Teixeira (2009) ودراسة (Nour El-Din, 2016) جميعهم توصلوا الى ان الفيسبوك الموقع الاكثر شهرة ورواج في العالم مما دفع رجال التسويق انتهازه واعتباره ميزة تسويقية لضم ملايين الزبائن المحتملين وبالتالي اصبح الفيسبوك من أكثر المواقع تأثيراً في السياحة بصفة عامة والسياحة الترويجية بصفة خاصة, كذلك دراسة ( Nihad et al., 2017) استنتجت بأن الفيسبوك صاحب أكثر تأثير إيجابي في التعريف بالمقومات السياحية في الجزائر واعطاء صورة إيجابية والترويج لها، وتتم متابعة الصفحات السياحية كلا حسب ثقافته ورغبة و احتياج كل شخص، ولا ينشرون مواد تتعلق بالسياحة على حسابهم ويرجع ذلك إلى عدم وجود ثقافة الترويج للسياحة الترويجية (Nihad et al., 2017) كذلك ما توصلت له دراسة هيبية لحرمر (2016م) أن (70%) من عينة البحث يتابعون العروض السياحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي وأن الوسيلة الاعلامية الاكثر تأثيراً على التسويق السياحي هي الانترنت يليها التلفاز والجراند فتأثيرها متوسط. (Lahmar, 2016)

يتضح كذلك من الجدول (10) ميل عينة البحث لنشر تجاربهم السابقة بنشر صور للأماكن السياحية التي زاروها على مواقع التواصل الاجتماعي وعددهم (262) بنسبة (50,3%) و ذلك لشغف الأفراد بالتقاط الصور كذكرى جميلة في الاماكن السياحية والرغبة في مشاركة أصدقاءهم بتلك الصور على مواقع التواصل الاجتماعي لسهولة التقاطها وحفظها وتحميلها عليها ، وأن غالبية عينة البحث يميلون للتفاعل مع مواد السياحة الترويجية على مواقع التواصل الاجتماعي من خلال تسجيل إعجاب وعددهم (391) بنسبة (75,1%) ويلبها التفاعل من خلال التعليق على مواد السياحة الترويجية وعددهم (88) بنسبة (16,9%) وذلك لأن تسجيل إعجاب لا يحتاج إلى أي مجهود سوي الضغط على أيقونة أعجاب وأيضاً لرفع معنويات الموقع الخاص بنشر مواد السياحة الترويجية وتحقيق الانتشار للمواد المنشورة بين اكبر عدد من الأصدقاء ويلبها كتابة تعليق لأنه يأخذ جهد ووقت في الكتابة عن تسجيل الإعجاب، وأن غالبية عينة البحث يميلون لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في التعريف بأماكن السياحة الترويجية التي تم بالفعل زيارتها مسبقاً وعددهم (342) بنسبة (65,7%) وذلك لاهتمامهم بمشاركة الأصدقاء بصور تلك الاماكن للحصول على تعليقات إيجابية من ذويهم ولاسترجاع الذكريات مع اصدقائهم والقاء الضوء على اماكن السياحة الترويجية والترويج لها سواء بقصد أو بدون قصد, انجذاب غالبية عينة البحث لمنشورات السياحة الترويجية على مواقع التواصل الاجتماعي لمحاولة منهم التعرف على اماكن السياحة الترويجية الجديدة وعددهم (269) بنسبة (51,7%) ويرجع ذلك لحبهم للتجديد وزيارة اماكن سياحية جديدة والاستمتاع بوقت الفراغ في اماكن سياحية جديدة والتعرف على مميزاتها ومعرفة التجارب السابقة للأفراد عنها لتكوين وجهة نظر سواء بالاختيار أو البحث عن مكان جديد آخر، وأن التأثير الإيجابي لمواقع التواصل الاجتماعي على ترويج اماكن السياحة الترويجية يحتل المرتبة الأولى من خلال استجابات عينة البحث بعدد (402) بنسبة (77,3%) وذلك لانتشار

الإعلانات عنها عبر مواقع التواصل الاجتماعي الذي تلبى رغبات واحتياجات الأفراد المختلفة وسهولة مشاهدة الأماكن من خلال الصور والفيديوهات وسهولة الحجز والتواصل مع شركات السياحة من خلال مواقع التواصل الاجتماعي، وأن أكثر المصادر ثقة للتعرف على العروض السياحية الترويجية هم الأشخاص أصحاب التجارب السياحية السابقة وحصلت على (112) فرداً من عينة البحث بنسبة (42,8%) وذلك لثقة الأفراد في رأي أصحاب التجارب السياحية السابقة في أماكن السياحة الترويجية وانهم حريصون قبل اتخاذ أي خطوة في معرفة تعليقات أصحاب التجارب السابقة عن أماكن السياحة الترويجية المنشورة على مواقع التواصل الاجتماعي لمعرفة الإيجابيات والسلبيات، وأن انحياز عينة البحث بعدد (431) فرد بنسبة (82,5%) إلى أن إمكانية التواصل المباشر والحصول على أجوبة فورية من أكثر المميزات لمواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على مقومات السياحة الترويجية وذلك لسهولة الحصول المعلومات والرد على استفساراتهم بدون مجهود وهو في مكانة يستطيع حتى الحجز والدفع لذا تتجه شركات السياحة للإعلانات عبر مواقع التواصل الاجتماعي لانتشارها الواسع بين الأفراد وتوفيرها الوقت والجهد والمال. (Bukheet et al., 2024)

ويتفق ذلك مع دراسة كلا من (Nihad et al., 2017) أن أعلى نسبة للمواد المنشورة عبر مواقع التواصل الاجتماعي هي الصور لسهولة تحميل وحفظ ومشاركتها عبرها وإعطائها لمسة جمالية وأن (85%) من عينة البحث يتفاعلون مع مواد السياحة بتسجيل اعجاب يليها، وأن أكثر عينة البحث يميلون لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي للتعريف بأماكن السياحة الترويجية وخاصة الفيسبوك، وينجذبون لمنشورات السياحة للتعرف على أماكن سياحية جديدة لطموحهم باكتشافها اما دراسة (Farraj, 2012) توصلت الى أن (88%) من المبحوثين اتفقوا على تقبلهم لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في تسويق مصر كمقصد سياحي واتفقوا على الدور الايجابي لمواقع التواصل الاجتماعي في تسويق مصر كمقصد سياحي. (فراج، 2012، 24) كذلك دراسة (Lahmar, 2016) أن الثقة في الأخبار السياحية التي تبث عبر مواقع التواصل الاجتماعي من طرف الأهل والاصدقاء و اشخاص خاضوا تجارب سياحية لها تأثير قوي عكس العروض السياحية التي تبث من طرف المؤسسات أو صفحات مختصة بالسياحة وأن من أكثر مميزات مواقع التواصل الاجتماعي في التعرف على مقومات السياحة من وجهة نظر عينة البحث الحصول على بيانات ومعلومات واجوبة فورية عن المؤسسات السياحية ومعرفة انطباعات الافراد اصحاب التجارب السابقة.

### 2-3 عرض وتفسير ومناقشة المحور الثاني: معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية .

#### جدول (11)

معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية (الاعلانات) (ن = 520)

النسبة %	الدرجة الترويجية	كا 2	لا		إلى حد ما		نعم		رقم العبارة
			%	ك	%	ك	%	ك	
88,6%	1383	*364,9	5,5%	29	22,8%	119	71,5%	372	1
90,9%	1419	*470,19	4,6%	24	17,8%	93	77,5%	403	2
90,3%	1409	*442,21	3,4%	18	22,1%	115	74,4%	387	3
89,9%	1403	*422,9	5,1%	27	19,8%	103	65%	390	4
89,8%	1401	*407,4	4,4%	23	21,7%	113	64%	384	5

6	409	%78,6	72	%13,8	39	%7,5	*483,7	1410	%90,3
---	-----	-------	----	-------	----	------	--------	------	-------

\* قيمة (كا 2) الجدولية عند (0,05) = 5,990

يتضح من الجدول أن قيمة (كا 2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5,99)، لجميع العبارات الخاصة باستجابة العينة، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل العبارات وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) لمصلحة الاختيار (نعم) بالنسبة للعبارات رقم (1، 2، 3، 4، 5، 6) ، ويرجع ذلك إلى أن مستهلك مواقع التواصل الاجتماعي يتأثر بشكل كبير بالإعلانات التي تبث من خلالها حيث أنها تكون انطباع إيجابي عن السياحة الترويجية المقدمة من خلال توفير المعلومات والبيانات عنها وعن كافة العروض المقدمة من قبل الشركات والمؤسسات السياحية علاوة على ذلك فإنها توفر الكثير من الوقت للسائح من خلال متابعه العروض عن السياحة الترويجية وتلقي الاجابة على الاستفسارات من قبل الشركات السياحية ويتفق ذلك مع كلا من دراسة (Abdul Hussein, 2015) أن مواقع التواصل الاجتماعي تعتبر أداة ترويجية فعالة لاسيما استخدامها في الاعلانات حيث أنها تتميز بسرعة الوصول وتكلفتها القليلة ودورها الرائد في توجيه المستهلك وارشاده. كذلك دراسة (Nour El-Din, 2016) أن الاعلانات عبر مواقع التواصل الاجتماعي تعتبر أحد المكونات الاساسية في التسويق علاوة على انها لها أثر إيجابي على رضا وولاء العميل. و دراسة (Walid, 2011) أن الاعلانات عبر مواقع التواصل الاجتماعي تعمل على الاعداد والتهيئة للمستهلك واثارة انتباهه للمنتج أو الخدمة السياحية المقدمة.

جدول (12) (ن = 520)

معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويجية (العلاقات العامة)

رقم العبارة	نعم		لا		كا 2	الدرجة الترجيحية	النسبة
	ك	%	ك	%			
7	384	%73,8	85	%16,3	*483,7	1373	%88
8	361	%69,4	122	%23,4	*387,3	1364	%87,4
9	322	%61,9	143	%27,5	*213,6	1307	%83,7

\* قيمة (كا 2) الجدولية عند (0,05) = 5,990

يتضح من الجدول أن قيمة (كا 2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5,99)، لجميع العبارات الخاصة بمحور العلاقات العامة، مما يظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل العبارات عند مستوى (0,05) لمصلحة الاختيار (نعم) وذلك لأن الوظيفة الرئيسية لإدارة العلاقات العامة عبر مواقع التواصل الاجتماعي هي نشر الاعلان والبيانات المتعلقة بالخدمة السياحية المقدمة من شركات السياحة بمصداقية والإثارة اهتمام السائح علاوة على تدعيم سمعة وشعبية تلك الخدمة لتغيير الصورة الذهنية وتحسينها من خلال شبكات التواصل لكسب ثقة وتأييد السائح. ويتفق ذلك مع دراسة كلا من (Nour El-Din, 2016) أن مواقع التواصل الاجتماعي تعتبر أداة ترويجية فعالة من خلال ادارة العلاقة مع الزبون عن طريق التوجيه الملائم لتحقيق رضا وولاء العميل بالإضافة إلى ترسيخ العلاقة معه و توثيقها. ودراسة (Lahmar, 2016) أن مواقع التواصل الاجتماعي تعتبر أداة فعالة من خلال تعظيم الصورة الذهنية للمقصد أو المنتج السياحي.

## جدول (13)

معرفة وسائل وأساليب تسويق خدمات السياحة الترويحية. (المسؤول عن الترويج الإلكتروني) (ن = 520)

النسبة %	الدرجة الترجيحية	كا 2	لا		إلى حد ما		نعم		رقم العبارة
			%	ك	%	ك	%	ك	
%88,5	1382	*397,4	%8,4	44	%17,3	90	%74,2	386	10
%87,6	1367	*309,7	%3	16	%30,9	161	%65,9	343	11
%87,5	1365	*307,5	%3,5	20	%29,8	155	%66,3	345	12

\* قيمة (كا 2) الجدولية عند (0,05) = 5,990

يتضح من الجدول أن قيمة (كا 2) المحسوبة أكبر من الجدولية (5,99)، لجميع العبارات مما يظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل العبارات، ويرجع ذلك إلى أن المسؤول عن الترويج الإلكتروني هو الشخص الذي يعمل عبر مواقع التواصل الاجتماعي ويكون الصورة الذهنية للسياح عن المؤسسات والشركات السياحية التي يعمل بها كونه يمثل تلك المؤسسة وأول من يتعامل مع السائح ويكون الانطباع عنده سواء بالإيجاب أو بالسلب.

ويتفق ذلك مع كلا من دراسة (Nour El-Din, 2016) في ضرورة اهتمام الشركات والمؤسسات السياحية بتعزيز العلاقة مع الزبون من خلال المتابعة اللحظية للصفحات وفتح باب الحوار والتواصل أكثر. ودراسة (Lahmar, 2016) ضرورة اهتمام الشركات السياحية بفتح مجموعات خاصة للمناقشة وابداء التجارب السياحية للأفراد.

## 4- الاستنتاجات و التوصيات

## 1-4 الاستنتاجات:

- أن أكثر وسيلة إعلامية تؤثر في توجيه الأفراد لأماكن السياحة الترويحية هي الأنترنت.
- التعريف بمقومات السياحة الترويحية بالإقليم عن طريق التواصل الاجتماعي مشوق وجذاب.
- الفيسبوك هو أكثر مواقع التواصل الاجتماعي تأثيراً في اختيار الأفراد لأماكن السياحة الترويحية.
- استخدام عينة البحث مواقع التواصل الاجتماعي لمتابعة العروض السياحية المقدمة .
- عدم وجود ثقافة الترويج للسياحة الترويحية لتشجيع السياحة والتعريف بالمقومات السياحة للإقليم .
- ميل عينة البحث لنشر تجاربهم السابقة بنشر صور للأماكن السياحية التي زاروها على مواقع التواصل الاجتماعي بسهولة التقاطها وحفظها وتحميلها عليها والقاء الضوء على الأماكن السياحية الترويحية التي تم بالفعل زيارتها مسبقاً والترويج لها.
- انجذاب غالبية عينة البحث لمنشورات السياحة الترويحية على مواقع التواصل الاجتماعي للتعرف على أماكن سياحية ترويحية جديدة وتأثرهم ايجابيا بالإعلانات التي تبث من خلالها.
- نشر الاعلانات والبيانات المتعلقة بالخدمة السياحية المقدمة من شركات السياحة بمصادقية.
- الشخص الذي يعمل عبر مواقع التواصل الاجتماعي يكون الصورة الذهنية للسياح عن المؤسسات والشركات السياحية التي يعمل بها كونه يمثل الانطباع عندهم سواء بالإيجاب أو بالسلب.

#### 2-4 التوصيات:

- أهمية واستثمار مواقع التواصل الاجتماعي وخاصة الفيسبوك في ترويج اماكن السياحة الترويحية بإقليم كردستان العراق استغلال أمثل بقدر انتشار استخدام تلك المواقع بين افراد المجتمع.
- عرض المعلومات والخدمات السياحية بطريقة جذابة ومشوقة ومتطورة وامداد السائح بطرق جديدة للبحث واكتشاف معلومات عن المقصد السياحي وتقييمها.
- نشر ثقافة الترويج لاماكن السياحة الترويحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي لدعم الاقتصاد الوطني.
- اعتماد هيئة السياحة استراتيجية جديدة لترويج اماكن السياحة الترويحية والتشيط السياحي عبر مواقع التواصل الاجتماعي.
- ضرورة اهتمام المؤسسات السياحية بتوثيق منتج السياحة الترويحية بالصور والفيديوهات خلال الاعلانات عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في مستخدمي خدمات السياحة الترويحية داخل إقليم كردستان

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

## References

- Abdul Hussein, A. (2015). The role of informational indicators of social networking sites in decisions to promote services and products: an analytical study of a sample of the opinions of marketing specialists. *Journal of the Kufa Studies Center ,Al-Araf*, 148.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41.  
<https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Alsaeed, R., Hassn, Y. , Alaboudi, W. , & Aldywan, L. (. (2023). Biomechanical analytical study of some obstacles affecting the development of football players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 10(23), 342–346.  
<https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3e.2967>
- Bukheet, A., Assistant, H., Dawood, A., Reda, A., Abd, M., Kadhim, A., & Hassan, A. B. (2024). The effect of explosive exercises and water exercises on different surfaces on some physiological indicators, abilities and physical indicators of 100 m runners under 20 years of age. In *International Journal of Yogic, Human Movement and Sports Sciences* (Vol. 100, Issue 9). <https://www.theyogicjournal.com>
- Farraj, M. (2012). *The role of social networking sites in marketing Egypt as an international tourist destination, Planning, Research and Training Sector, Ministry of Tourism*. 24.
- Ghazi, M. A., Kadhim, M. A. A., Aldewan, L. H., & Almayah, S. J. K. (2024). *Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite)*.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Lahmar, H. (2016). The role of social networking sites in tourism marketing. *Field Study”, Al-Darasat Journal ,Algeria, Thirty-Ninth*, 22.
- Nihad, B., Makhansha Manal, & Shawana Yamina. (2017). *The role of social networking sites in introducing Algerian tourism components* [A supplementary memorandum for obtaining a master’s degree]. May 8 University, 1945.

Nour El-Din, M. (2016). *he role of marketing through social media networks in the relationship with the customer* [Unpublished master's thesis]. Kasdi Merbah University.

Walid, K. (2011). A field study of a hotel sample in Erbil, Baghdad, and Najaf Governorates. *Journal of Management and Economics, Eighty-Seven, 3.*



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of the phosphorous training method on developing some basic basketball skills on wheelchairs for young people

Aqeel Nouri Ali <sup>1</sup>  

Ministry of Education – General Directorate of Education in Maysan

### Article information

#### Article history:

Received 26/4/2024

Accepted 26/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

training method, phosphorous training, basic skills, chair basketball

### Abstract

The study aimed to: identify the effect of the Phosphoric training method in developing some basic offensive skills in wheelchair basketball for youth. The researcher used the experimental method with a two-matched group design, as the research sample were players of the Maysan Committee for the Disabled in wheelchair basketball, and we concluded: The Phosphoric method is important in the process of developing some basic skills in wheelchair basketball for youth. We recommended adopting the phosphoric training method because it is important in the process of developing some basic offensive skills in wheelchair basketball for youth.



DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.685>©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير أسلوب التدريب الفسفوري في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب

عقيل نوري علي<sup>1</sup>

وزارة التربية – المديرية العامة لتربية ميسان

#### المخلص

هدفت الدراسة الى: التعرف على تأثير أسلوب التدريب الفسفوري في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب واستعمل الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم المجموعتين المتكافئتين اذ كانت عينة البحث هم لاعبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة واستنتجنا: أسلوب الفسفوري مهم في عملية تطوير وبعض المهارات الأساسية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب .وأوصينا اعتماد أسلوب التدريب الفسفوري كونه مهم في عملية تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب .

#### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام: 2024/4/26

القبول: 2024/5/26

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024

#### الكلمات المفتاحية:

الاسلوب التدريبي، التدريب الفسفوري، المهارات الأساسية، كرة السلة على الكراسي

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تزدهر البلدان ويرتفع مستوى الانسان ويرتقي نتيجة الاهتمام بجميع المتطلبات الي يحتاجها منها الاجتماعية والتربوية والاقتصادية وحتى الرياضية وفي الجانب الرياضي يكون الاهتمام من خلال رفع مستوى الرياضي وتحقيق الانجازات المتقدمة، ومهما تكون حالة الانسان سواء الانسان المتكامل او ذوي الاحتياجات الخاصة، اذ الرياضة لا تقف عائق امامهم مهما تكون حالته وجنسه ولهذا فان رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة أصبح لها اهتمام كبير وتدريبات خاصة ولمختلف الالعاب الرياضية الفردية منها والفرقية.

ولهذا فان التدريب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة يكون يعتمد على التركيز للعضلات المهمة لنوعية اللعبة ومنها لعبة كرة السلة نجد الاهتمام يكون كبيرا في العضلات للطرف العلوي ولهذا فان تطوير المهارات الاساسية يعتمد على التركيز على تلك العضلات وبدورها تعكس رفع المستوى المهاري. (Aldewan et al., 2013)

ونجد التدريب بأسلوب الفسفوري له اهمية كبيرة في الجانب المهاري كونه يهتم بالحجم الاكبر وعلى الحمل المرتفع ويساعد للوصول الى المستوى التدريبي العالي المستوى او ما يطلق عليه ( الفورمة الرياضية).

ويطلق على هذا النوع من التدريب ايضا المكثف وقد طور عدة العاب منها كرة السلة كما في دراسة ( Farouk, 2018) ومن هنا تتجلى أهمية البحث في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة لغرض تحقيق نتائج أفضل بالمباراة من خلال تطبيق الاسلوب التدريبي الصحيح والمهم والأساسي لهذه اللعبة، بالإضافة إلى إيصال معلومة علمية لمدربي كرة السلة عن دور أسلوب التدريب الفسفوري ودورها في رفع مستوى الأداء المهاري الهجومي بكرة السلة على الكراسي المتحركة.

### 1-2 مشكلة البحث:

التركيز في التدريب على العضلات العاملة ومنها الذراعين للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة اكد سيتم التأثير في تطبيق المستوى المهاري المطلوب وخاصة بعد تطبيق الاسلوب التدريب المناسب والذي يساعد على رفع المستوى المطلوب. (Al-Majdy, 2018) ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة في لعبة كرة السلة واختصاص تدريب الرياضي ومشاهدته لمستوى أداء لاعبي كرة السلة على الكراسي لاحظ هناك تنذب وضعف في الأداء المهاري الهجومي بسبب استخدام الاساليب التدريبية التي ربما لأتتجلى بجانب الحمل والحجم المطلوب ولا تطبق الجانب المهاري الممزوج بالجانب البدني وخاصة للعضلات العاملة وهي الذراعين وهذا ما جعل الباحث التفكير في التدريب المناسب والمعالج لهذه المشكلة البحثية والتي وجدها بأسلوب التدريب الفسفوري التي تعتمد على الحجم التدريب الاكبر والتي ربما سوف تساعد في معالجة المشكلة وتعمل على تطور المستوى المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

### 1-3 أهداف البحث :

1- التعرف على تأثير أسلوب التدريب الفسفوري في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

2- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

3- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

#### 1-4 فروض البحث:

1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

#### 5- مجالات البحث.

1-5-1 المجال البشري : لاجبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة .

1-5-2 المجال المكاني : قاعة وسام عربي الرياضية في محافظة ميسان .

1-5-3 المجال الزمني : للمدة من 2023/9/3 ولغاية 2023/11/7.

1-6 تعريف المصطلحات :

- أسلوب التدريب الفسفوري :

"هو تكثيف زيادة الاحمال التدريبية ورفع شدة التدريب بدرجة عالية لفترة قصيرة ، مما يؤدي الى تحقيق الفورمة الرياضية

في اسرع وقت لكن دون ضمان استمرارية على مدار الموسم الرياضي " (Wagdi & Muhammad, 2002)

ويشير احمد نبيل نقلا عن كل من (Bastawisi, 1999) ، (Abu Al-Ela, 1997)" على أن التدريب المكثف

عبارة عن تكثيف زيادة الاحمال التدريبية ورفع شدة التدريب بدرج عالي لمدة قصيرة، مما يؤدي إلى تحقيق الفورمة الرياضي في

أسرع وقت ممكن ولكن دون ضمان استمراريته على مدار الموسم التدريبي"

2-منهجية البحث وإجراءاته لميدانية:

2-1 منهج البحث : استخدام الباحث المنهج التجريبي وخصوصا ذو التصميم للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) لملائمة في

حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

### جدول (1)

يبين التجانس والتكافؤ للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			القياس	القياسات والاختبارات
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		
غير معنوي	1.101	1.055	1.874	177.54	0.983	1.745	177.41	سم	الطول
غير معنوي	0.936	1.302	0.974	74.774	1.32	0.996	75.426	كغم	الوزن
غير معنوي	0.21	7.34	0.843	11.345	5.544	0.635	11.234	عدد	التصويب الجانبي

المحاورة المنتهية التصويب	ثانية	10.452	0.574	5.491	10.642	0.642	6.032	0.441	غير معنوي
سرعة التمرير	عدد	12.471	0.784	6.286	12.745	0.475	3.726	0.598	غير معنوي

**2-2 مجتمع البحث وعينته:** حدد مجتمع البحث المتمثلة بلاعبين لجنة فريق ميسان الرياضي للمعوقين للموسم الرياضي (2023-2024) والمشارك بالدوري الممتاز العراقي وبلغ عددهم (20 لاعب) وهم معتمدين ومسجلين في لائحة الاتحاد المركزي العراقي، وتم استبعاد (5) لاختلاف درجة عوقهم . ولهذا أصبحت عينة البحث (10) لاعب وتشكل نسبة (50%) من المجتمع الأصلي وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية (القرعة) إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبلغ عدد كل مجموعة (5) لاعبين. وتم تجانس العينتين وتكافؤهما كما في جدول (1) باستخدام معامل الاختلاف للتجانس واستخدام اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة في التكافؤ. \*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) وتحت احتمال خطأ (0.05) تبلغ (1.860)

### 2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستعملة:

#### 2-3-1 وسائل جمع البيانات:

1-المصادر العربية والأجنبية، الاختبارات والقياسات، ملعب كرة سلة قانوني، كرات سلة عدد (5)، ساعة توقيت الكترونية عدد (3)، شريط قياس بطول (6 متر)، ميزان طبي.

#### 2-4 إجراءات البحث الميدانية:

**2-4-1 تحديد متغيرات البحث:** بعد مراجعة المصادر والمراجع تم تحديد المتغيرات الآتية:

1- التصويب الجانبي.

2- المحاورة المنتهية بالتصويب.

3- سرعة التمرير.

#### 2-4-2 الاختبارات المستعملة:

#### 2-4-2-1 اختبار التصويب الجانبي (Marwan, 2002)

- الغرض من الاختبار: قياس مهارة التصويب عن طريق أداء تصويبات نحو السلة من مكان محدد على أحد جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب.

- الأدوات اللازمة: هدف كرة سلة و كرة سلة .

- وصف الأداء: يصوب المختبر من المكان المحدد على جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب وعلى بعد (6م) من مركز السلة باليدين أو باليد الواحدة , على أن يقوم بأداء (10) تصويبات من أحد جوانب السلة , ثم ينتقل للجانب الآخر , ويسمح للمختبر بأن يؤدي بعض الرميات على سبيل التجريب .

- **التسجيل** : تحسب درجتان لكل تصويبه ( محاولة ) ناجحة تدخل فيها الكرة السلة , ودرجة واحدة لكل تصويبه ( محاولة ) تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة , ولا تحسب درجات لكل للتصويب التي تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة .

#### 2-2-4-2 اختبار المحاورة المنتهية بالتصويب

-**الغرض من الاختبار** : قياس سرعة المحاورة وسرعة التصويب .

-**الأدوات اللازمة** : ثلاث كراسي توضع على خط واحد على أن يلي الكرسي الثالث الهدف , يرسم خط البداية على بعد ( 19,5م ) من الهدف , المسافة بين خط البداية والكرسي الأول ( 6 م ) والمسافة بين باقي الكراسي ( 4,5م ) , ساعة إيقاف

-**وصف الأداء** : يبدأ المختبر بالجري بالكرسي المتحرك من على البداية ومعه الكرة عند سماع إشارة البدء بشكل متعرج بين المقاعد مع تنطيط الكرة حتى يصل أسفل الهدف للتهديف ثم يلتقط الكرة ليعود بنفس الأسلوب , يلاحظ عند التصويب ضرورة إحراز هدف فإذا لم ينجح المختبر في ذلك يعاود المحاولة , ثم يلي ذلك البدء بالعودة وفقا لخط السير المحدد حتى يتجاوز خط البداية.

-**التسجيل** : يحسب الزمن الذي قطعه المختبر منذ لحظة صدور إشارة البدء وحتى تجاوزه خط البداية بعد تنفيذ الخطوات السابقة في مواصفات الأداء .

#### 2-2-4-3 اختبار حائط الارتداد

- **الغرض من الاختبار**: قياس سرعة التمرير .

- **الأدوات اللازمة**: حائط أملس مرسوم عليه مستطيل (120سم x 60 سم) ارتفاع حافته السفلى عن الأرض (90 سم) ويرسم خط على الأرض يبعد (180سم) عن الحائط، ساعة إيقاف، كرة سلة.

-**وصف الأداء** : يجلس المختبر بكرسيه خلف الخط المرسوم على الأرض ، والذي يبعد عن الحائط بمقدار (180سم) باستخدام كرة السلة يقوم المختبر بالتمرير على الحائط لأكثر عدد ممكن من التمريرات المتتالية في عشر ثواني ، على أن لا تلمس الكرة الأرض خلال الأداء .

-**التسجيل** : يسجل عدد مرات التمريرات على الحائط خلال (10ثواني)، مع ضرورة أن توجه الكرة نحو المستطيل في كل مرة .

#### 2-4-4 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 2023/9/3 على بعض لاعبي عينة البحث الأصلية (نادي لجنة ميسان للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة) وذلك للأغراض الآتية:

1-تقنين التمرينات المستخدمة وإيجاد الحمل التدريبي المناسب من حيث الشدة والحجم والراحة.

2-معرفة الوقت الكافي للتدريب بأسلوب الفسفوري.

2-4-5 **الأسس العلمية للاختبارات**: تم الاعتماد على الاختبارات المقننة وتتمتع بالصدق والثبات والموضوعية.

#### 2-5 التجربة الميدانية:

2-5-1 **الاختبارات القبلية**: تم تطبيق الاختبارات القبلية بتاريخ 2023/9/10

2-5-2 التدريب الفسفوري المستخدم:

تم وضع مجموعة من التمرينات المطلوبة والخاصة بالأداء المهاري وفق الاحجام والاسلوب الفسفوري المطبق ووفق التفصيل التالي:

- عدد الأشهر : شهرين.
- عدد الأسابيع : (8) أسابيع.
- عدد الوحدات التدريبية : (24) وحدة تدريبية.
- أيام الوحدات التدريبية : الأحد ، الثلاثاء ، الخميس.
- الشدة : تراوحت الشدة (90-100%) .
- الحجم : تم تحديد الحجم على وفق الشدة المطلوبة .
- الراحة : تم اعتماد النبض كمؤشر للراحة (بين التكرارات 120-130 ض/د) (بين المجاميع 110-120 ض/د). تم برمجته بالقسم الرئيس من الوحدات التدريبية للمدرب ، وتم تطبيقه خلال فترة الإعداد الخاص، وبداء تطبيق التدريب بتاريخ 2023/9/11 وانتهى بتاريخ 2023/11/6

2-5-3 الاختبارات البعدية: تم تطبيق الاختبارات البعدية بتاريخ 2023/11/7 .

2-6 الوسائل الإحصائية: تم استخدام النظام الإحصائي (SPSS) لمعالجة النتائج مستخدما ما يلي: 1-الوسط الحسابي. 2- الانحراف المعياري. 3-معامل الاختلاف. 4-النسبة المئوية. 5-اختبار (ت) للعينات المترابطة. 6- اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول ( 2 )

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية لمتغيرات البحث القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
			بعدي	قبلي		
معنوي	2.948	0.624	13.074	11.234	عدد	التصويب الجانبي
معنوي	3.565	0.221	9.664	10.452	ثانية	المحاورة المنتهية التصويب
معنوي	2.765	0.741	14.52	12.471	عدد	سرعة التمرير

قيمة (ت) الجدولية عنده درجة حرية (4) وتحت احتمال خطأ (0.05) بلغت = 2.132

## جدول ( 3 )

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحسوبة والجدولية لمتغيرات البحث القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
			قبلي	بعدي		
معنوي	4.125	0.998	11.345	15.462	عدد	التصويب الجانبي
معنوي	3.268	0.774	10.642	8.112	ثانية	المحاورة المنتهية التصويب
معنوي	3.622	0.898	12.745	15.998	عدد	سرعة التمرير

قيمة (ت) الجدولية عنده درجة حرية (4) وتحت احتمال خطأ (0.05) بلغت = 2.132

## جدول ( 4 )

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحسوبة والجدولية لمتغيرات البحث البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
		ع	س البعدي	ع	س البعدي		
معنوي	3.708	0.937	15.462	0.886	13.074	عدد	التصويب الجانبي
معنوي	2.515	0.867	8.112	0.879	9.664	ثانية	المحاورة المنتهية التصويب
معنوي	2.361	0.884	15.998	0.889	14.52	عدد	سرعة التمرير

\*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) وتحت احتمال خطأ (0.05) تبلغ (1.860)

من خلال ملاحظة الجدولين (2) و(3) تبين لنا هناك تطور للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة وهذا يفسر نجاح التدريب المستخدم من قبل المجموعتين وحقق اهداف علم التدريب الرياضي في رفع المستوى اذ يرى (Marwan & Muhammad, 2010) "إن هدف عملية التدريب الرياضي هو الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى من الانجاز الرياضي في الفعالية أو النشاط الذي تخصص فيه اللاعب" (Hamid et al., 2024)

اضافة الى ان الاختيار الانسب للتدريب وتخطيطه بالصورة الصحيحة مع توزيع الحمل المطلوب يساعد على تطور المهاري المطلوب ، إن نجاح المناهج التدريبية يقاس بمدى التقدم الذي يحققه الفرد الرياضي بنوع النشاط الرياضي الممارس ومن خلال المستوى المهاري والبدني والوظيفي المتحقق وهذا يعتمد على التكيف الذي يحققه الرياضي مع المنهج التدريبي الذي طبقه" (Ghazi et al., 2024)

ويضيف (Muhannad, 2001) يرى إن " هناك حقيقة علمية لابد من الوقوف عندها وهي إن التمرينات المستخدمة في المناهج التدريبية تؤدي إلى تطور الأداء إذا بني على أسس علمية في تنظيم عملية التدريب واستخدام الحمل المناسب وملاحظة الفروق الفردية وعند ظروف تدريبية جيدة وإشراف مدربين متخصصين إذ إن البرامج التدريبية المقننة والمنظمة على وفق الأسس العلمية تعمل على تطور المستوى البدني والمهاري للاعبين" (Ahmed et al., 2022)

إما من خلال ملاحظة الجدول (4) تبين لنا تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة نتيجة ظهور فروق معنوية بين الأوساط الحسابية البعدية للمجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية وهذا يعطي نجاح هذه المجموعة في استخدام التدريب المناسب وهو الفسفوري الذي يعتمد على زيادة الاحمال الاضافية والحجم المطلوب وحسب خصوصية اللعبة والتي بدورها ساعدت على تطورها للأداء المهاري المطلوب وهذا ما أكده (Wajih, 2000) "أن التكرار والتدريب يعطي للمهارة إتقاناً أكثر وتنافساً وتألقاً" حركياً " أكثر دقة "

بينما يرى (Muhammad, 2008) " إن حالات التدريب الرياضي تتوقف على مقدار مستوى تنمية مكوناتها كلما ارتفع مستوى الانجاز طبقاً لاحتياجات السياق "

اما علاقة التطور بين الجانب البدني والمهاري هذا يعطي اهمية الاهتمام بالجانب البدني المرافق للأداء المهاري والذي يعكس تطورها على الجانب المهاري و أن الرياضيين في مختلف الفعاليات الرياضية لا يستطيعون إتقان المهارات الأساسية التي تميز كل فعالية في حالة افتقارهم إلى الصفات البدنية الضرورية والخاصة بالنشاط الرياضي (Othman et al., 2023) (Rasoul et al., 2024)

كما نجد الارتباط الوثيق بين المستوى المهاري والمتطلبات البدنية الخاصة في كل نشاط" أن المهارة لا تتحقق إلا في وجود القدرات البدنية الخاصة"

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1 الاستنتاجات.

1- أسلوب التدريب الفسفوري له اهمية كبيرة في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

2- استخدام الإحجام الكبيرة وفق ظروف المنافسة تعطي نتائج أفضل في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

##### 4-2 التوصيات.

1- اعتماد أسلوب التدريب الفسفوري لما له اهمية كبيرة في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

2- التأكيد على استخدام الإحجام الكبيرة وفق ظروف المنافسة لأنها تعطي نتائج أفضل في تطوير بعض المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة على الكراسي المتحركة للشباب.

### **الشكر والتقدير**

لابد من الشكر والتقدير الى مجلة دراسات وبحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة وجميع العاملين فيها من رئيس التحرير والاعضاء لاستقبال بحثي ونشره في مجلتهم الرصينة.

### **تضارب المصالح**

يعلن المؤلف انه ليس هناك أي تضارب في المصالح

## References

- Abu Al-Ela, A. A. F. (1997). *Sports training – physiological foundations* (1st edition, p. 25). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Ahmed, D. A.-D., Harbi, A. R. N., Musharraf, A. J., & Al-Rawe, M. F. A. (2022). Mental Motivation and its Relationship to the Students' Performance of Gradable Scoring Skill in Basketball. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 14(3).
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41.  
<https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Al-Majdy, M. J. O. (2018). The effect of special exercises for compatibility abilities in developing the level of performance of basic skills In the tennis game for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 56.
- Bastawisi, A. (1999). *Foundations and theories of sports training* (p. 30). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Farouk, A. Z. K. (2018). The effect of intensive training on pregnancy (dilation) in developing performance level (physical and skill composite offensive) for advanced basketball players. *Journal of Studies & Reseaches of Sport Education*, 56(1818).  
<https://www.iasj.net/iasj/article/167504>
- Ghazi, M. A., Kadhim, M. A. A., Aldewan, L. H., & Almayah, S. J. K. (2024). *Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite)*.
- Hamid, N. S., Mushref, A. J., AHMED, D. M. A., & Abdullah, F. (2024). The effect of the active discussion strategy on psychological stability and the development of some offensive skills in basketball for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.465>
- Marwan, A. M. I. (2002). *Sports Encyclopedia for People with Disabilities* (First Edition, p. 159). International Scientific Publishing and Distribution House.
- Marwan, A. M. I., & Muhammad, J. A.-Y. (2010). *Modern trends in the science of sports training* (1st edition, p. 22). Al-Warraaq Publishing and Distribution.
- Muhammad, R. I. A.-M. (2008). *Field application of theories and methods of sports training* (2nd edition, p. 164). Al-Fadhli Office.

- Muhannad, A. S. A.–A. (2001). *The effect of a proposed training program on some physical and skill abilities in basketball for emerging players* [Master's thesis]. University of Baghdad.
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, 19(2), 160–176. DOI: <https://doi.org/10.31185/wjoss.464>
- Wagdi, M. A.–F., & Muhammad, L. A.–S. (2002). *Scientific foundations of sports training for the player and the coach* (p. 78). Dar Al-Huda for Publishing and Distribution.
- Wajih, M. (2000). *Theories of learning and motor development* (p. 175). Ministry of Education Press.

ملحق (1)

(نموذج من الوحدات التدريبية )

الشدة: 90%

الأسبوع : الأول

زمن التمرينات: 58-60 دقيقة

الوحدة التدريبية (1)

الراحة بين المجاميع	الراحة بين التكرارات	الحجم	التمرينات	زمن بالدقيقة	القسم
		2×30	1- اداء طبطبة بين الشواخص ذهابا وايابا مع التهديف	2.30	الرئيسي
رجوع النبض (120-110) ض/د	رجوع النبض (130-120) ض/د	2×30	2- اداء مناولة مع الزميل ذهابا وايابا مع التهديف 3- أداء تصويب متنوع على السلتين	2.20	
		2×80	4-أداء مناولة مع الجدار .	5.40	
		2×70		6.40	



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## An analytical study of the absolute angles of the body parts at the moment of launch and the percentage of their contribution to the completion of the weight push for young people

Mohammed Majeed Salal<sup>1</sup> 

Iraqi University - College of Education for Girls<sup>1</sup>  
General Directorate of Education in Diyala<sup>2</sup>

Ghazwan Sadiq Bunyan<sup>2</sup>  

### Article information

#### Article history:

Received 26/4/2024

Accepted 21/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

kinematic analysis of the angles of  
body parts, launch variables, shot put.



website

### Abstract

The study aimed to analyze the absolute angles of the body parts at the moment of departure and to determine the percentage of their contribution to the completion of the weight throw for young people. The researchers used the experimental method to suit the nature of the problem by designing one experimental group. The research population was determined from weight throwing players for youth under the age of (20 years) and their number was (3 players). Field research procedures included conducting video photography and motion analysis to extract the absolute angles of the body parts (the angle of the leg, thigh, torso, upper arm, forearm, in addition to the starting angle). The researchers concluded, through analyzing and discussing the results of the research, that there is an inverse correlation between the absolute angles of the body parts with the line. Horizontal and achievement. It was also shown that the best contribution percentage was achieved by the absolute torso angle and the launch angle. The researchers recommend emphasizing the conduct of motor analysis to identify areas of defect and weakness in motor performance, and conducting periodic tests and motor analysis to monitor the level of development in the mechanical and technical aspects



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

sps.uobasrah.edu.iq



## دراسة تحليلية للزوايا المطلقة لأجزاء الجسم لحظة الانطلاق ونسبة مساهمتها بإنجاز دفع النقل للشباب

غزوان صادق بنیان<sup>2</sup> 

محمد مجيد صلال<sup>1</sup> 

الجامعة العراقية – كلية التربية للبنات<sup>1</sup>  
المديرية العامة لتربية ديالى<sup>2</sup>

### المخلص

وهدفنا الدراسة الى تحليل الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم لحظة الانطلاق ومعرفة نسبة مساهمتها بإنجاز دفع النقل للشباب، استعمل الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ، تم تحديد مجتمع البحث من لاعبي رمي النقل للشباب تحت سن ( 20 سنة ) وعددهم ( 3 لاعبين ) وشملت إجراءات البحث الميدانية إجراء التصوير الفيديوي والتحليل الحركي لاستخراج الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم ( زاوية الساق، الفخذ، الجذع، العضد، الساعد بالإضافة إلى زاوية الانطلاق استنتج الباحثان من خلال تحليل النتائج للبحث ومناقشتها إلى إن هنالك علاقة ارتباط عكسية بين زوايا أجزاء الجسم المطلقة مع الخط الأفقي و الإنجاز، كما تبين إن أفضل نسبة مساهمة حققتها زاوية الجذع المطلقة وزاوية الانطلاق ، ويوصي الباحثان في التأكيد على إجراء التحليل الحركي للتعرف على نواحي الخلل والضعف في الأداء الحركي، وإجراء الاختبارات الدورية والتحليل الحركي لمراقبة مستوى التطور في الجوانب الميكانيكية والفنية.

### معلومات البحث

تاريخ البحث :  
الاستلام : 2024/4/26  
القبول : 2024/5/21  
التوفر على الانترنت: 15 آذار، 2024

### الكلمات المفتاحية :

التحليل الحركي لزوايا أجزاء الجسم ، متغيرات الانطلاق ، دفع الجلة .

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة

إن علم الميكانيكية الحيوية أو البيوميكانيك الرياضي في مفهومها الحديث " علم قائم بذاته له قواعد وأسس تطبيقية خاصة به ، إذ يتم استخدامه على النطاق الواسع في دراسة حركات الرياضة المختلفة وتحسين اساليب الأداء وتحسين التدريب وفي تجنب الاصابات والتأهيل وفي صناعة الاجهزة والادوات وكذلك الاجهزة التعويضية، وقد ساهم التطور الهائل في التكنولوجيا ومعالجة المعلومات في تطور علم الميكانيكية الحيوية في المجال الرياضي واتجاه البحوث العلمية في هذا المجال إذ تعد الاجهزة والادوات العامل الاساسي في تطور الميكانيكية الحيوية، إذ يعتبر من اهم اهداف علم البيوميكانيك الرياضي هو تحسين الاداء الرياضي. (Shatnawi et al., 2021)

وفعاليات ألعاب القوى من الفعاليات التي تختلف الواحدة عن الأخرى من حيث الخصائص والمكونات فهي تتضمن (الركض والوثب والدفع) ، إذ إن لكل فعالية مواصفات ومتطلبات خاصة بها، وتشكل كُلاً مسابقة من مسابقات مظهرًا مختلفًا باختلاف خصائص كل فعالية. (Aldewan, 2020)

تُعدُّ فعالية (دفع الثقل) إحدى الفعاليات المهمة التي تخضع لعدد كبير من الإعتبارات الميكانيكية إذ تحدد إلى حدٍ كبير المسافة الأفقية التي يتم تحقيقها ، و نورد بذلك التأثير للنواحي البيوميكانيكية في هذه الفعاليات بحسب تدرج المراحل التي يمر بهارامي دفع الثقل في أثناء أداء الرمية ، وتكمن أهمية القوانين الميكانيكية التي تحدد المسافة والزمن الذي يستغرقه المقذوف في ضوء المتغيرات المرتبطة بهذه القوانين كالسرعة والزوايا الخاصة بانطلاق الأداء وحركة الجسم وما يتعلق بذلك من القوة المؤثرة في الحركة. (Al-Obaidi, 1991)

ويلاحظ أنَّ مراحل أداء دفع الثقل هي مراحل مترابطة مع بعضها البعض وتشرك جميع القوى الخارجية و الداخلية و هذا بتأثير متبادل وبناء في سبيل تحقيق أفضل مظهر حركي كينماتيكي ناتج عن ذلك التأثير لأجل تحقيق الترابط . (mohammed & Kazem, 2013) ولتحقيق هذا الترابط يجب أن تكون الشروط الميكانيكية المصاحبة لهذه المراحل بأفضل ما يمكن، وأن يكون التأثير المتبادل بين القوى الخارجية والداخلية على وفق تحقيق الهدف من الأداء للحصول على أفضل وضع ميكانيكي لحظة الدفع، إذ إنَّ هناك العديد من المتغيرات الميكانيكية التي تؤثر في أداء دفع الثقل وتؤثر بدورها في تحقيق مسافة الرمي المؤثرة. (Mashkor, 2017)

لذلك يجب أن يتوافر للرامي صفات جسمية أهمها القوة العضلية الممثلة في مقدار قوة الدفع، التي تعتمد على مقدار قوة الجسم وزمن مرور الثقل عبر الدائرة، كما يجب أن يكون اتجاه القوة المستعملة بالاتجاه المناسب الذي يمكن أن يحصل منه على زاوية الانطلاق الصحيحة والمرتبطة أصلاً بمقادير مركباتها الأفقية والعمودية، التي تحدد ظل الزاوية الحادثة اتجاهها ومقدارها على وفق قانون المقذوفات، فضلاً عن اكتساب الثقل السرعة القصوى للانطلاق يجب أن تعمل روافع الجسم على الحركة في الاتجاه الصحيح للحصول على أقصى قوة فعالة. (Qasim, 1991)

من خلال إطلاع الباحثان على مجموعات من البحوث والدراسات المرتبطة ، و متابعة النتائج والتحليل لمناطق القوة والضعف ومتابعة للاعبين دفع الثقل في بلدنا و من خلال ممارستهم لهذه الفعالية على مستوى الجامعات العراقية لفعاليات الرمي ، لاحظنا إن هنالك بعض من نقاط الضعف في الأداء المهاري (التكنيك) والانجاز ، ومن وجهة نظر الباحثان إن هذا يعود إلى الأخطاء الميكانيكية والتي تؤثر بدورها على المستوى الرقمي لدفع الثقل، و بذلك لابد من تشخيص الأخطاء وتحديد المتغيرات الأكثر تأثيراً على تطور المستوى والانجاز بالرغم من المستوى المتواضع في هذه الفعالية الذي يعاني منها لاعبيننا مقارنةً على

الأصعدة العربية والدولية ومن هنا تبلورت مشكلة البحث ، ولهذا السبب اهتم الباحثان بشكل جدي بهذا الموضوع لوضع بعض من الحلول العلمية الرصينة لمعالجه هذه المشكلة، ومن خلال قياس مؤشر الاداء المثالي بدلالة الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم الذي يعد من المؤشرات المهمة للأداء الأمثل للرامي أثناء الانطلاق ومعرفة نسب هذه الزوايا بالإنجاز لرمي النقل. (Mashkooor et al., 2021)

وتهدف الدراسة الى تحليل الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم لحظة الانطلاق ومعرفة نسبة مساهمتها بإنجاز دفع النقل للشباب. **منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :**

**1.2. منهجية البحث :** استعمل الباحثان المنهج الوصفي لملاءمة طبيعة المشكلة بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة **2 - 2 عينة البحث :**

تم تحديد مجتمع البحث من لاعبي رمي النقل الشباب تحت سن (20) سنة وعددهم (3) لاعبين، من لاعبي نادي ديالى الرياضي، ونظراً لصغر حجم العينة فقد إعتد الباحثان عدد المشاهدات ومعالجتها احصائيا وبذلك بلغ عدد المشاهدات (18) مشاهدات مقسمة على (3) لاعبين اذ تم اعطاء كل لاعب ستة محاولات ، اذ يذكر (محمد جاسم الياسري:2011:36) "ان اختيار مجموعة من المشاهدات والاشياء التي تحمل نفس الخصائص والسمات والتي يتميز بها جميع المفردات المعنية بالمجتمع الاحصائي، قد يكون هذا الاختيار ممثلاً بصدق للمفردات الكاملة بالمجتمع"، قام الباحثان بإيجاد الحالة الاعتيادية لعينة البحث باستعمال معامل الالتواء، إذ يدل (3±) على وجود تجانس بين أفراد العينة كما هو مبين في الجدول (1)، إذ يتضح إن القيم جميعها كانت بين (3 ±) ولذلك فإن العينة تتوزع توزيعاً اعتدالياً .

### الجدول (1)

#### التجانس لأفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر	سنة	18.6667	19.0000	.57735	-1.732
2	الكتلة	كغم	85.0000	85.0000	5.00000	.000
3	الطول	سم	183.6667	185.0000	3.21455	-1.545
4	العمر التدريبي	سنة	5.0000	5.0000	1.00000	.000

#### 2 - 3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- كاميرا نوع (Exillim) عدد (1) لتصوير الاختبار والتجربة، جهاز حاسوب نوع (Dell) عدد (1) ، جهاز قياس الكتلة (الوزن) ، ساعة توقيت عدد (2) ، أقراص (CD)، استمارة تغريغ البيانات ، شريط قياس نسجي بطول (10) م ، آلة تصوير سريعة (كاميرا) عدد (1) كاسيو/ صينية الصنع/ تصل سرعتها من (30- 1000) ص/ثا مع حامل كاميرا ثلاثي عدد (1) ، شريط قياس ، ميزان إلكتروني لقياس الكتلة، ائقال قانونية .

#### 2 - 4 إجراءات البحث الميدانية :

إولاً : قياس الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم لحظة الرمي:

- إذ يم قياس واستخراج الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم المساهمة بالأداء لحظة الدفع ويجب ان يكون الفرق بين اعلى قيمة محسوبة لأي جزء من اجزاء الجسم مع اقل قيمة بحدود (0 - 10 درجة) لكي نحكم على ان مسارات هذه الاجزاء كانت باتجاه المسار الحقيقي للأداء وبانسيابية ونقل حركي عالية وهي: (Al-Fadhli, 2019)
- زاوية الساق المطلقة : وهي الزاوية المحصورة بين خط الساق أو المحور الطولي للساق (من نقطة مفصل الكاحل إلى نقطة مفصل الركبة ) مع المحور الافقي .
  - زاوية الفخذ المطلقة : وهي الزاوية المحصورة بين خط الفخذ أو المحور الطولي للفخذ (من نقطة مفصل الورك إلى نقطة مفصل الركبة ) مع المحور الافقي .
  - زاوية الجذع : وهي الزاوية المحصورة بين خط الجذع أو المحور الطولي للجذع ( من نقطة مفصل الورك الى نقطة مفصل الكتف ) مع المحور الافقي .
  - زاوية العضد: وهي الزاوية المحصورة بين خط العضد أو المحور الطولي للعضد ( من نقطة مفصل الكتف الى نقطة مفصل المرفق ) مع المحور الافقي .
  - زاوية الساعد: وهي الزاوية المحصورة بين خط الساعد أو المحور الطولي للساعد(من نقطة مفصل المرفق الى نقطة مفصل الرسغ ) مع المحور الافقي .
  - زاوية الانطلاق:- تم قياس زاوية انطلاق الرمح من خلال تحديد مسار نقطة مركز كتلة الرمح قبل تركه يد الرامي والى لحظة ما بعد انطلاقه مع الخط المار من مركز كتلة الرمح الموازي للأرض قبل تركه يد الرامي.



الشكل (1) يوضح قياس الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم

ثانياً : اختبار الإنجاز : (Al-Fadhli, 2011)

الهدف : قياس المسافة المنجزة (الإنجاز).

الأدوات المستعملة :

- دائرة رمي قانونية , مجال رمي , أثنال , شريط قياس .

طريقة الأداء : أداء الفعالية وفق القانون الدولي بإعطاء (6) ست محاولات قانونية لكل مختبر ويتم قياس كل محاولة بشريط قياس وتتخذ أفضل محاولة.

## 2 - 5 التجربة الاستطلاعية :

أجريت التجربة الاستطلاعية الخاصة باستخراج المتغيرات يوم الأحد الموافق (7 / 8 / 2022) في جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على نفس عينة البحث

## 2 - 6 التجربة الرئيسية :

بعد التأكد من سلامة وصحة جميع الإجراءات المنفذة وبما فيها الشروط العلمية تم التطبيق الميداني على عينة البحث وذلك يوم الاثنين المصادف 2022/9/12 بعد نصب الكاميرا على النقاط التي تم تحديدها في التجربة الاستطلاعية، ومن أجل الحصول على صيغة علمية لقياس هذه المتغيرات ، استخدم الباحثان التصوير الرقمي ، ولغرض السيطرة على متغيرات البحث المراد استخراجها باستخدام تقنيات التحليل الحركي استخدمت كاميرا فيديو يابانية المنشأ نوع (Exillim) عالية السرعة (1000) ص/ثا (لاستخراج المتغيرات البيوميكانيكية من الكاميرات السريعة، واستخدمت الكاميرا بسرعة (120 صورة/ثا)، وتم وضع الكاميرا من الجانب الأيمن للرمي لاستخراج المتغيرات حول المحور الأفقي للرياضي للمرحلة التمهيديّة والنهائيّة لدفع النّقل ومتغيرات الانطلاق، وقد نصبت آلة التصوير على حامل ثلاثي وكان ارتفاع منتصف العدسة (1.20) م من مركز بؤرة الكاميرا عن الأرض وعلى بعد (8.30) م، وهذه المواصفات أعطت صورة واضحة للقياسات المطلوبة، بعدها تم إجراء التحليل الحركي على وفق برنامج التحليل الحركي (Kinovea-0,8.27)، وتم تسجيل النتائج في استمارات أعدت لهذا الغرض وجراء العمليات الاحصائية المناسبة.

2 - 9 الوسائل الاحصائية : استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية (SSPS) لمعالجة النتائج.

3. عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

3 . 1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج متغيرات البحث وتحليلها ومناقشتها :-

3 . 1 . 1 عرض نتائج نسبة المساهمة لمتغيرات الزوايا المطلقة والانجاز وتحليلها ومناقشتها:

### الجدول (2)

يبين قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة ونسبة المساهمة بين متغيرات الزوايا المطلقة والانجاز.

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	مستوى الخطأ 0.05	نسبة المساهمة	دلالة الارتباط
الانجاز	14.1322	.53906				
زاوية الساق	61.2778	1.36363	-.684	.001	0.46	دال
زاوية الفخذ	72.8889	1.90630	-.665	.001	0.44	دال
زاوية الجذع	72.1111	2.24628	-.814	.000	0.66	دال
زاوية العضد	53.0000	1.64496	-.659	.001	0.43	دال
زاوية الساعد	52.0000	1.32842	-.641	.002	0.41	دال
زاوية الانطلاق	41.5556	1.78958	-.929	.000	0.86	دال

يتبين من خلال الجدول (2) ان هنالك علاقة ارتباط معنوية عكسية بين الانجاز والزوايا المطلقة ، كذلك اظهرت النتائج نسب مساهمة عالية بين الانجاز والزوايا المطلقة وكان اعلى النسب لزاوية الانطلاق وزاوية الجذع المطلقة.

الجدول (3)

يبين معامل الارتباط المتعدد والخطأ المعياري للتقدير بين متغيرات الزوايا المطلقة والانجاز .

المتغيرات	الارتباط المتعدد	معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير	مستوى الخطأ
الانجاز	.969 <sup>a</sup>	.940	.907	.04441

يبين الجدول (3) قيمة معامل الارتباط المتعدد (.969<sup>a</sup>) ومعامل التحديد (.940) والخطأ المعياري للتقدير وهي ذات دلالة معنوية.

الجدول (4)

يبين تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد لا أنموذج الانحدار الخطي المتعدد بين الانجاز والزوايا المطلقة

Model	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحرافات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F قيمة	Sig.	الدلالة الإحصائية
1	بين المجموعة	4.643	6	.774	28.62	.000 <sup>b</sup>	معنوي
	داخل المجموعة	.297	11	.027			
	المجموع	4.940	17				

يتبين من خلال الجدول (4) قيم تحليل التباين (f) (28.62) وبنسبة خطأ (.000) بين متغيرات الزوايا المطلقة والانجاز مما يدل على

ان هنالك نسب مساهمة معنوية بين متغيرات الزوايا المطلقة والانجاز .

الجدول(5)

يبين قيم الحد الثابت والميل(الأثر) وقيم (t) ومستوى دلالتها الحقيقي ودلالة الفروق.

بين الانجاز والزوايا المطلقة

Model	بيتا	الخطأ المعياري	بيتا المعدل	t	Sig.
الحد الثابت	32.667	3.200	-	10.207	.000
زاوية الساق	-.113	.052	-.286	-2.179	.052
زاوية الفخذ	-.049	.033	-.172	-1.480	.167
زاوية الجذع	-.103	.034	-.427	-2.996	.002
زاوية العضد	.085	.055	.258	1.548	.150
زاوية الساعد	.030	.060	.075	.509	.621
زاوية الانطلاق	-.162	.058	-.538	-2.784	.008

يتبين من الجدول (4) قيم الحد الثابت والميل(الأثر) لمتغيرات (الزوايا المطلقة) والانجاز، وأخطاؤها المعيارية، ومستوى دلالتها ودلالة الفروق، إذ بلغت قيمة (T) المحسوبة لمتغيرات زوايا الانطلاق وزوايا الجذع المطلقة درجات عالية وبنسبة خطأ أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يؤثر على معنوية الاثر، وهذا مؤشر أن هناك أثراً كبيراً عن طريق معادلة الانحدار لمتغيرات زاوية الانطلاق وزاوية الجذع المطلقة

وبالنسبة لزاوية الجذع المطلقة بالدفع لحظة دفع الثقل وزاوية العضد والساعد المطلقة مع الخط الافقي بالدفع لحظة انطلاق الثقل إذ ان نقصان هذه الزوايا يعني استكمال الطرف العلوي للجسم (الجذع، العضد، الساعد) ميله الى الامام باتجاه الرمي وهذا يؤدي الى اكتساب الجذع والذراع الرامية اكبر طاقة حركية وزاوية وكذلك الحصول على زخم حركي وزاوي للطرف العلوي من الجسم ونقله الى الثقل وهذا يعطي مردودا ايجابيا في مسافة الرمي (Shaaban & Hassan, 2010)

ويشير (Talha, 2014) الى ضرورة ان يلجأ لاعب الرمي الى زيادة المد للذراع الرامية قبل التخلص من الاداة وذلك لزيادة سرعة انطلاقها، وان زيادة واستكمال المد للذراع الرامية لحظة الانطلاق يؤدي لأحداث زيادة في نصف قطر الدوران وبالتالي الحصول على سرعة خطية عالية قبل انطلاق الاداة مباشرة. (Ghazi et al., 2024) ان بنقصان هذه الزوايا المطلقة للطرف العلوي مع المحور الافقي في

حين اذا كان القياس مع المحور العمودي فيجب ان تزيد الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم وهذا يعني استكمال الطرف العلوي للجسم (الذراع، العضد، الساعد) ميله الى الامام باتجاه الرمي وهذا يؤدي الى اكتساب الذراع والذراع الرامية اكبر طاقة حركية وزاوية وكذلك الحصول على زخم حركي وزاوي للطرف العلوي من الجسم ونقله الى الرمح وهذا يعطي مردودا ايجابيا في مسافة الرمي. (Al-Jadaan et al., 2020) وان اتخاذا الزوايا المناسبة واتخاذا الأوضاع الميكانيكية الصحيحة والتي تعطي افضل فائدة وافضلية ميكانيكية، وقد اشارت (Alsaeed et al., 2023) الى ضرورة ميلان الجسم والذراع للخلف عند نهاية خطوة التقاطع، اذ يتيح هذا الميل الى الخلف للرياضي زمن اطول لبذل القوة على الرمح قبل الوصول الى النقطة التي يستحسن انطلقه عندها. (Kadhim, 2020) زيادة ميل الذراع يعمل على زيادة المدى الحركي والذي يساعد على زيادة السرعة والزخم الحركي لذلك الجسم قبل لحظة الانطلاق (في وضع التحضير للرمي) وهذا يعني امتداد الجسم لأبعد مسافة ممكنة وبذلك تزداد سرعة دورانه على وفق قانون السرعة المحيطية:-(السرعة المحيطية= السرعة الزاوية × نصف القطر او طول الجسم)

اذ يساعد ذلك الى وصول الجسم الى اعلى سرعة ممكنة لحظة ترك الادة والى ما بعد الانطلاق (A. N. Al-Jadaan, 2021) ومن وجهة نظر الباحثان فإن التأكيد على اتخاذا الأوضاع الصحيحة في المفاصل العامة في أثناء الأداء خلال مراحل الرمي مع من خلال التحكم بزيادة المفاصل العاملة يعطي إمكانية لتحقيق افضل زوايا مناسبة. (Neamah, 2014) كما ان زاوية الانطلاق تعد مؤشر جيد على تحقيق الزوايا المثالية للثقل ، ويرى الباحثان ان زاوية الانطلاق يجب تكون مثالية نسبة الى ارتفاع نقطة الانطلاق مع الانجاز اذ يجب أن تكون زاوية الانطلاق اقل من (45 درجة) في لحظة الانطلاق للحصول على اكبر مسافة أفقية ممكنة، اذ ان زيادة المسافة ياتي من خلال الحصول الزيادة في سرعة الانطلاق وبزيادة سرعة الانطلاق يجب ان يكون زاوية مثالية للانطلاق الانطلاق.

#### 4. الخاتمة :

إن هنالك علاقة ارتباط عكسية بين زوايا أجزاء الجسم المطلقة مع المحور الأفقي وطردية مع المحور العمودي و الانجاز .

1. ان افضل نسبة مساهمة حققها زاوية الذراع المطلقة وزاوية الانطلاق.
2. ان الزوايا المطلقة لأجزاء الجسم تعطي مؤشر على التنبؤ بالإنجاز لفعالية دفع الثقل.

#### ويوصي الباحثان الى :

1. التأكيد على إجراء التحليل الحركي للتعرف على نواحي الخلل والضعف في الأداء الحركي.
2. التأكيد عند قياس الزوايا المطلقة ضرورة تحديد المحور او الاطار الرجعي اما مع المحور الأفقي او المحور العمودي وان توحد جميع الزوايا مع احد المحاور .
3. عند قياس الزوايا المطلقة للأجزاء الجسم لحظة الرمي يجب ان تتقص هذه الزوايا عن القياس مع المحور الأفقي وعلى العكس يجب تزيد الزوايا المطلقة عند القياس مع المحور العمودي .
4. ضرورة إجراء الاختبارات الدورية والتحليل الحركي لمراقبة مستوى التطور في الجوانب الميكانيكية والفنية.
5. التأكيد على أهمية استخدام الأجهزة والبرامج الحديثة في استخدام نظام التحليل الصوري لقياس المتغيرات الميكانيكية.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي رمي الثقل الشباب تحت سن (20)

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

غزوان صادق بنیان <https://orcid.org/0009-0000-4386-4712>

## References

- Aldewan, L. H. (2020). *Weight lifting education system* (Patent 6419).
- Al-Fadhli, F. A. K. (2011). *International Athletics Law* (p. 239). Dar Al-Diyaa Printing.
- Al-Fadhli, F. A. K. (2019). *Encyclopedia of the Application of Mechanical Laws in Mathematical Sciences* (p. 234). Adnan Publishing House.
- Al-Jadaan, A. N. (2021). An analytical study of the levels of psychological compatibility in premier-class handball players. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, *32*(3), 16632–16641.
- Al-Jadaan, D. A. N., Zaalaa, M. S., & Ali, I. A. (2020). Analytical Study to Indicate the Comparison in Biomechanical Variables of Handball Scoring. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, *24*(02), 160–171.
- Al-Obaidi, S. A. at al. (1991). *Applied Biomechanics* (p. 62). National Library Publications.
- Alsaeed, R., Hassn, Y. , Alaboudi, W. , & Aldywan, L. (. (2023). Biomechanical analytical study of some obstacles affecting the development of football players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, *10*(23), 342–346. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3e.2967>
- Ghazi, M. A., Kadhim, M. A. A., Aldewan, L. H., & Almayah, S. J. K. (2024). *Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite)*.
- Kadhim, M. A. A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discus effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, *14*(4). <https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Mashkoor, N., Saber, A., & Falhi, H. (2021). An analytical study of the level of information sharing between members of the administrative bodies of clubs and athletics federations. *Journal of Physical Education Studies and Research*.
- Mashkor, N. H. (2017). The stylistic influence of small units (homogeneous and heterogeneous) on some Elkinmetekih variables and the level of technical performance and achievement of the effectiveness of the discus. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, *50*.
- mohammed, j Al., & Kazem, M. A. A. (2013). A comparative study of the percentage of learning the artistic performance of the effectiveness of pushing the weight of physical education students. *Journal of Kufa Studies Center*, *1*(30). <https://doi.org/10.36322/jksc.v1i30.5108>
- Neamah, D. A. (2014). Relation of time with some biochemical variables of the advancement of the aiming skill by jumping forward in hand. *Maysan Journal of Physical Education Sciences*, *9*(9), 144–158.
- Qasim, H. H. at al. (1991). *Analysis of biomechanics in track and field events* (p. 216). Dar Al-Hekma Press.
- Shaaban, E. E.-D., & Hassan, A. J. (2010). Evaluating the kinematic variables of elite female javelin throwers as a function of making the Olympic champion. *Journal of Sports Sciences, First Issue*, 386.
- Shatnawi, M. M., Al-Jadaan, D. A. N., Ahmad, M. A., & Al-Saeedin, M. S. (2021). ANALYTICAL STUDY OF SOME BIOMECHANICAL VARIABLES FOR THE ACCURACY OF THE PERFORMANCE OF THE

CORRECTION SKILL BY JUMPING FORWARD WITH A HAND BALL. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 32(3).

Talha, H. E.-D. (2014). *The ABCs of Movement Sciences: The Biomechanical Approach to the Study of Movement Sciences* (p. 71). Modern Book Center.



## The effect of educational exercises using the guided imagination method on attention control and learning to some of perform offensive skills of the blind weapon in fencing

Sajjad Abdul Wahid Abdul Khalek<sup>1</sup> ✉ 

Hamid Kadhim Hasan<sup>2</sup> ✉

University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1</sup>  
Al-Isra University / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 16/4/2024

Accepted 23/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

educational exercises, directed  
imagination, attention control, offensive  
skills of the blind weapon in fencing.



website

### Abstract

The research aimed to prepare specialized educational exercises to learn the performance of some offensive skills for epee fencers and include them in the vocabulary of the imagination method directed to fencers at the Sports Talent Care Center. The experimental approach was adopted by designing the experimental and control groups, on a sample of epee fencers aged (14–16) years, who numbered (14) A fencer. The international scale was also adopted to measure the degree of attentional control (Attention control scale), and tests for performing offensive skills with an epee weapon. The results were processed with the (SPSS) system to form the conclusions and recommendations that applying educational exercises using the directed imagination method helps in increasing the level of attentional control for the epee fencers at the sports talent Care Center. Applying educational exercises using guided imagination helps in improving learning to perform the direct straight attack, the attack by changing direction, the numerical attack, and the cutting attack for epee fencers at the Sports Talent Care Center, with superiority over their peers who learn without it.



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

sps.uobasrah.edu.iq



### أثر تمارينات تعليمية بأسلوب التخيل الموجه في السيطرة الانتباهية وتعلم أداء بعض المهارات الهجومية للاعبين سلاح الشيش

✉ حامد كاظم حسن<sup>2</sup>

جامعة الاسراء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

✉ سجاد عبد الواحد عبد الخالق<sup>1</sup>

جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

#### المخلص

هدف البحث إلى إعداد تمارينات تعليمية تخصصية بتعلم أداء بعض المهارات الهجومية للاعبين سلاح الشيش وتضمينها في مفردات أسلوب التخيل الموجه لمبارزي مركز رعاية الموهبة الرياضية وأعتد المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبي والضابطة، على عينة من مبارزي سلاح الشيش بعمر (14-16) عام البالغ عددهم (14) مبارز كما أعتد المقياس العالمي لقياس درجة السيطرة الانتباهية (Attention control scale)، واختبارات أداء المهارات الهجومية بسلاح الشيش وتم معالجة النتائج بنظام (SPSS) لتكون الاستنتاجات والتوصيات بأنه يساعد تطبيق التمارينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه في زيادة مستوى السيطرة الانتباهية لمبارزي مركز رعاية الموهبة الرياضية بسلاح الشيش، ويساعد تطبيق التمارينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه في تحسين تعلم أداء الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العددية، والهجمة القاطعة لمبارزي سلاح الشيش في مركز رعاية الموهبة الرياضية، وبتفوق على أقرانهم الذي يتعلمون بدونها

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/4/16

القبول: 2024/5/23

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

#### الكلمات المفتاحية:

تمارينات تعليمية، أسلوب التخيل الموجه، السيطرة الانتباهية، المهارات الهجومية بسلاح الشيش

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

لا يخفى بأن التخيل يُلازم مراحل حياة الفرد جميعها، ولتمييزه عن المفاهيم الأخرى فإن ما يدعو إلى التخيل هو لتكوين أفكار في الدماغ غرضها إيجاد حلول لتحقيق كفاية في إشباع حاجات المتعلم عند مواجهته لمواقف معينة تتطلب حلولاً أنية أو مستقبلية لمهام أداءه، ويرتبط بالتخيل مهارات عدة تتمثل في القدرة على استدعاء الخبرات السابقة أو إدراك مهارات الآنية من هذه الخبرات لبناء تصورات عن الأداء، ليكون ذلك التخيل في حدود المنطق القابل للتحقيق عند رسم البرامج الحركية للمهارة، على وفق ما يمتلكه الممارز المتعلم من حدود لإمكانياته لتجنب الوهم الذي ينتج من التخيل غير الموجه، وهو بذلك يختلف عن التأمل الذي يتطلب التمعن بحادثة معينة والبحث عن إجابات لها، وكذلك يختلف مفهوم التخيل عن التدريب الذهني الذي يعتمد على مهارات تذكر برامج مرسومة مسبقاً في أحداث الماضي ليطباقها الممارز مع متطلبات المنافسة. (Shabib et al., 2020)

إذ "أن تنمية المهارات العقلية يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية، ويجب التخطيط لتنميتها مثل القوة والمرونة والسرعة لتحقيق التكامل في الإعداد لاسيما في المراحل الأولى يجب أن يتم العمل على تطوير المهارات البدنية والمهارية إلى جانب العقلية والانفعالية، وإغفال مثل هذا الإعداد يعوق تحقيق الانجازات على المستوى التنافسي". (Shimon, 2001) (Jasim & Hassan, 2024)

كما أنه "لقد شغلت طبيعة الصور العقلية والخيال اهتمام الفلاسفة قبل ميلاد كونه عنصراً أساسياً وفعالاً في منظومة التفكير والنشاط العقلي، وعُرف التخيل بأكثر من تعريف أهمها بأنه نشاط نفسي تحدث خلاله عمليات تركيب ودمج بين مكونات الذاكرة والإدراك وبين الصور العقلية التي تشكلت من قبل خلال الخبرات الماضية، وتكوين نواتج ذلك كله تكوينات وأشكال عقلية جديدة". (Abdel Hamid & Khalifa, 2000)

كذلك فإنه "يتطلب التدريب العقلي تخصيص الوقت لإكتساب المهارات العقلية في ضوء تدريبات يومية وفترات محددة إسبوعياً، إذا قرر المتعلم تطوير الجانب العقلي والتحكم فيه مثلما يحدث في الجانب البدني والعمل بطريقة جادة من أجل توفير الوقت اللازم". (Shimon, 2017) (M. J. Kadhim, 2012)

إذ أنه "عالم جون لوك ذاكراً كل الأفكار التي يجب على عقولنا التعامل معها، المتأتية من الخبرة ويرى بان افكارنا تأتي من مصدرين الاول هو الأحساس (Sensation) والثاني هو التأمل ((Reflection او الحاسة الداخلية (Inter Nelsons) التي تتألف من ادراك الدماغ لعملياته الخاصة". (Whaley, 2002)

كما أنه "حدود التخيل لا بد أن لا تقود المتعلمين إلى أفكار خارج تفكير عقل الإنسان، فإن الربط ما بين التخيل والواقع تقع على مسؤولية المعلم في تمكين المتعلمين من محاكاة ما تحويه البيئة التعليمية، وبهذا فإن التخيل يدعم بناء التصورات الجديدة لتغيير المعتقدات، وإذا ما اردنا استثمار تخيل العقل البشري في الوصول للحقيقة العلمية وتثبيتها، فإن السيطرة على مخاطبة العقول لا بد من أن تبتعد عن القسرية، وتوفير مساحة من الحرية لبناء المعتقدات، أي يتمكن من تفسير المجهول بالمعلوم، وبذلك فإن التخيل العقلي لا يلغي دور الخبرة السابقة ولكنه أقل اعتماداً عليها كما في التصور العقلي". (Langer, 2017)

إذ أنه في عمليات التخيل فإنه على سبيل المثال لا الحصر فإن الممارز الذي يروم إلى إداء مهارة هجومية كالهجمة بتغيير الاتجاه (Attack in Change of Direction) فإنه يرسم برنامجاً حركياً قبل الإداء إي يتخيل فيه كيفية خداع المنافس وما يتطلب

منه القيام في ظرف المستقبل من تغيير لاتجاه الهجوم بشكل غير متوقع، مما يوسع من إمكانية تحقيق فرصة طعن المنافس وكسب النقاط، وهذا يحتاج منه التمويه والذكاء التكتيكي لتحقيق زحماً سريعاً غير متوقع ليصعب على المنافس التعامل معه بفاعلية.

إذ أنه "عند تخيلنا للمهارة نجدها تتكون من المكونات المعرفية والعقلية والوجدانية العاطفية والاداء، فلا مهارة فاعلة في غياب المعرفة الأساسية اللازمة لها، بدون المبالغة في تكبير دور المعرفة كمكون من مكونات المهارة ومن شروط أداء المهارة أن يتم بسرعة وإتقان وفاعلية وبجهد قليل وبكلفة قليلة". (Marei & Al-Hila, 2009) (Abdul Hussein et al., 2023)

مما يعرف أسلوب التخيل الموجه بأنه "صياغة سيناريو تخيلي ينقل المتعلمين في رحلة تخيلية، ويحثهم على بناء صور ذهنية لما يسمعون، ويتم توجيه المتعلمين لبناء صور غنية بالألوان، متنوعة الاحجام، ويتم العمل على التكامل بين الحواس الخمس". (Attia, 2009) (Fadel & Kadem, 2021)

كما "أن القول المأثور (ما تفعله أكثر تأثيراً مما تقول) يرتبط ارتباطاً وثيقاً بإعطاء نماذج للسلوك وفي التربية البدنية من أسرع وأكفأ الطرائق لتعليم نشاط بدني (رياضي) هي النماذج المؤثرة والفعالة التي تبرز النقاط الانتقالية في الأداء". (Abdel Karim, 2006)

"إذ لا مهارة فاعلة في غياب المعرفة الأساسية اللازمة لها ولكن دون مبالغة في تكبير دور المعرفة كمكون من مكونات المهارة، أن مكون الأداء في المهارة هو الهام فيها، ومن شروط الأداء في المهارة أن تتم بسرعة وإتقان وفاعلية وبجهد قليل وبكلفة قليلة". (Ishaq Farhan et al, 2011) (Moayd et al., 2019)

أن تعدد مثيرات البيئة التعليمية في المباراة وتنوع أشكالها يحتم ضرورة السيطرة عليها وتنظيمها للمتعلمين، كما أن رسم البرامج الحركية لتنفيذ ما تتطلبه المهارات الهجومية بسلاح الشيش تحتاج لزيادة مستوى الانتباه بأنواعه، إذ يعد الانتباه أول العمليات العقلية، كما يحتاج لزيادة في مستوى السيطرة الإنتباهية لتلقي المعلومات والاستجابة للتوجيهات أو سرعة تنفيذ البرنامج الحركي، مما يدعو إلى زيادة الاهتمام بدعم هذه البيئة التعليمية التي ترتقي بتلك العمليات لدى المتعلمين لتطوير قابلياتهم الذاتية بغية تحسين المهارات الهجومية بسلاح الشيش حسب محددات كل مهارة منها، وبمعنى أدق فإنه من الضروري تهيئتهم ذهنياً من خلال السيطرة على المثيرات بتنظيم البيئة التعليمية بما يخدم التعلم الحركي بدقة وعناية تجنبهم التعرض للتشتت (Aldewan et al., 2016) (Aldewan et al., 2006)

"بذلك يعد نشاط المتعلم في الموقف التعليمي نشاطاً عقلياً قائماً على تفاعل القوى العقلية للمتعم مع المثيرات والخبرات التعليمية، ومن ثم فهم وإدراك المثيرات والظواهر والعلاقات بينها، وبذلك يكون قد تم التعلم". (Hammad, 2010) إذ يعد الانتباه (Attention) بأنه "يمثل قدرة التركيز على معلومات محددة من البيئة وتجاهل المعلومات الأخرى، وهذا يساعد في تحسين الإدراك وتسهيل فهم الأمور المهمة". (Eysenck & Keane, 2015)

كما يعرف "الانتباه بأنه" أهم العمليات العقلية التي تلعب دوراً هاماً في النمو المعرفي لدى الفرد إذ أنه يتمكن بوساطته أن ينتقي المنبهات لحسية المختلفة التي تساعده على اكتساب المهارات وتكوين العادات السلوكية الصحيحة بما يحقق له التكيف مع البيئة المحيطة له". (Al-Fatlawi, 2005) (Al-Saadi & Shalsh, 2024)

كذلك فإنه "ينظر إلى الانتباه على أنه طاقة أو مركز محدود السعة لا يمكن تشتيتها لتنفيذ أكثر من مهمة بنفس الوقت (Tariq Kamal, 2006) (Hawash & Halil, 2022)

كما أن "السيطرة الإنتباهية تمنح المتعلم الوعي والإرادة في التحكم في كم المثيرات المستقبلية ومعالجتها على نحو يتسم بالكفاءة، مما يتيح له القدرة على المعالجة المعرفية المرنة للمعلومات والمعارف، والتي تنعكس على كفاءة المعلومات المستقبلية سواء كانت طبيعية تلك المثيرات سمعية أم بصرية أم الأثنين معاً". (Theeuwes & Van der Burg, 2007) كذلك فإنه "يحتاج المتعلم بأن يكون قادراً على ضبط عملية الانتباه لديه للسيطرة عليها وتركيز الانتباه نحو المثيرات المهمة لديه، ومن ثم ليكون قادراً على اتخاذ القرارات المناسبة التي تكون غير متأثرة بمثيرات بعيدة عنه". (Ameer (Gharibz, 2018) & Ibraheem, 2023)

بهذا فإن تحسين السيطرة الانتباهية يعد أمراً ضرورياً للأداء المهاري بمبارزة سلاح الشيش على اعتبار إن الانتباه عملية عقلية ولا يمكن تجريد العملية التعليمية من أهميتها، وخصوصاً أن المباراة بطبيعتها تتطلب تيقظ وانتباه عاليين لدى المبارز ليتمكن من تحقيق الأداء الهادف في السرعة العالية.

من خلال حدود خبرة الباحثان لاعباً ومدرباً وباحثاً في تعلم رياضة المبارزة وزياراته الميدانية لمركز رعاية الموهبة الرياضية لاحظ بأن عملية التعلم تحتاج إلى أن يسيطر المبارز على أدائه من جهة وعلى المثيرات وتوجيهات المدرب خلال الأداء من جهة أخرى، إذ كان الأرباك واضحاً عليهم في تلك الوحدات التعليمية، مما ظهرت صعوبات لديهم في التمكن من أداء المهارات الهجومية بما يتلاءم مع مستواهم من الموهبين.

بهذا ولغرض توضيح المبررات العلمية للبحث والجدوى العلمية منه الباحثان إلى التجريب بأسلوب تعليمي قد يساعد في تحسين تلك السيطرة الإنتباهية المطلوبة خلال الاداء المهاري للمهارات الهجومية بسلاح الشيش، وقد يساعد في تخطي مشكلاتهم التعليمية في تحسين الحالة مهارية لكل من المهارات الهجومية الأربعة، ليهدف بذلك البحث إلى إعداد تمارين تعليمية تخصصية بتعلم أداء المهارات الهجومية في سلاح الشيش وتضمينها في مفردات أسلوب التخيل الموجه لمبارزي مركز رعاية الموهبة الرياضية، والتعرف على أثر التمارين التعليمية بأسلوب التخيل الموجه في السيطرة الانتباهية وتعلم أداء الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العددية، والهجمة القاطعة بسلاح الشيش لمبارزي مركز رعاية الموهبة الرياضية، ليفترض بذلك الباحثان بأنه توجد فروق دالة إحصائياً بين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في السيطرة الانتباهية وتعلم أداء الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العددية، والهجمة القاطعة بسلاح الشيش، وتوجد فروق دالة إحصائياً بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة البعدي في السيطرة الانتباهية وتعلم أداء الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العددية، والهجمة القاطعة بسلاح الشيش.

#### الطريقة والأدوات:

على وفق ما جاء في مشكلة البحث أعتمد المنهج التجريبي للبحث، بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الضبط المحكم بالاختبارين القبلي والبعدي، وتمثلت حدود مجتمع البحث بالمبارزين الشباب بعمر (14-16) عام البالغ عددهم (22) مبارزاً بسلاح الشيش في مركز رعاية الموهبة الرياضية ضمن تشكيلات وزارة الشباب والرياضة، المستمرين في تدريباتهم للموسم الرياضي (2023-2024)، أختير منهم (14) مبارز لعينة التطبيق عمدياً بنسبة (63.636 %) من هذا المجتمع على اعتبار بأنهم ليسوا من فئة الخام ويمتلكون خبرة سابقة في محددات التعلم الحركي المهاري، و (5) مبارزين للعينة الإستطلاعية بنسبة (22.727%) من

هذا المجتمع، أما الباقيون أمتنعوا لعدم الألتزام بحضور الوحدات التعليمية، إذ تم تقسيم العينة الرئيسة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة الأزواج المتناظرة بعدد متساوٍ (7) لكل مجموعة منهما، وكانت أسباب توجه الباحثان إلى دراستهم على اعتبار أنهم مجتمع مشكلة البحث أنفسهم، فضلاً عن كونهم متاحين بسهولة الإتصال وتعاون المدربين ويحققون أغراض البحث، وللحفاظ على السلامة الداخلية للتصميم التجريبي تم إجراء التجانس لهم في بعض المتغيرات الإثنوبومترية، كما تبينه نتائج الجدول (1):

### جدول (1)

يبين نتائج تجانس عينة البحث الرئيسة في بعض المتغيرات الدخيلة

المتغيرات الدخيلة	ن	س	+ ع	الألتواء
العمر الزمني (سنة)	14	15.21	0.699	-0.321
الطول (سم)	14	152.14	1.027	-0.325
الوزن (الكتلة) (كغم)	14	45.57	1.016	0.031

كما أعتمد الباحثان المقياس العالمي لقياس درجة السيطرة الانتباهية (Attention control scale) وهو من المقاييس الحديثة والمعتمد بالصحة العقلية وصمم للمجال المهاري للفرد، وعمد الباحثان إلى إجراء الأسس العلمي له، للتحقق من الصدق الظاهري بوساطة عرضه على (11) خبير، وأتفقوا بينهم على الإبقاء على فقراته كما هي بدون حذف أو إضافة أو دمج أو تعديل لها بنسبة (100%) من أتفاقهم على اعتبار أنه يعنى بالجانب المهاري وحديث ولم يمض على إعداده أكثر من (6) أشهر، أما موضوعيته فإنه محدد ببدائل ثلاثية مغلقة ولا تقبل الشرح بالإجابة، كما تحقق الباحثان من ثباته على عينة مماثلة من خارج حدود مجتمع البحث بلغت (20) مبارزاً، واستخراج معامل ثبات ألفا كرونباخ الذي بلغت (0.903) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05)، ليعتمد في هذا البحث كما موضح تفاصيله في (ملحق 1)، ومبين هيكلته في الجدول (2):

### جدول (2)

يبين وصف هيكلية مقياس درجة السيطرة الانتباهية المهاري

مجالى المقياس	تسلسل الفقرات	عدد الفقرات	بدائل الفقرات	مفتاح التصحيح	الدرجة الكلية	الوسط الفرضي
التركيز الانتباهي	من (1-10)	10	تنطبق علي دائماً تنطبق علي أحياناً لا تنطبق علي	3 2	30-10	20
التحول الانتباهي	من (11-20)	10		1	30-10	20
المجموع		20	3	3	60-10	40

كما أنه لقياس كل من مهارات الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العددية، والهجمة القاطعة بسلاح الشيش، أعتمد الباحثان أداء تصوير اللاعب المبارز فديويماً، وعرض التسجيلات المخزونه لها بأقراص مدمجة (CD) مع إستمارة خاصة بالتقييم تعرض على محكمين ثلاثة (ملحق 2) لتقويم أداء كل مهارة في محاولات ثلاث لكل مبارز، ويتضمن التقويم لدرجات الأداء في هذه الاستمارة التخصصية بالمبارزين (انسيابية الأداء وسرعته (2) درجة، التوقيت المناسب للأداء (2) درجة، القسم التحضيري للمهارة (2) درجة، القسم الرئيس للمهارة (2) درجة، والقسم الختامي للمهارة (2) درجة) ليكون مجموع الدرجة العظمي لاختبار الاداء (10) درجات، إذ أعتمد القياس بوساطة المقياس العقلي والأداء المهاري في الاختبارات القبلية والبعديّة لتجربة هذا البحث، من ثم عمد

الباحثان إلى إعداد التمرينات وتوظيفها بأسلوب التخيل الموجه بعد المرور بخطوات الاطلاع على منهج المدرب، واعتماد الإطار المرجعي لأسلوب التخيل الموجه، والاطلاع على مختلف الدراسات الأكاديمية المتاحة التي تعنى بتمرينات المهارات الهجومية للمبارزة بسلاح الشيش، ليتم تطبيقها في الوحدات التعليمية لمبارزي المجموعة التجريبية كالاتي:

✧ تهيئة المتعلمين بتعريفهم بالنشاط التخيلي حول المهارة الهجومية المحددة بسلاح الشيش، وبيان أهمية هذا التخيل في تنمية قدرات التفكير لديهم ويطلب منهم الهدوء والتركيز ومحاولة بناء صور ذهنية بأسلوبهم الخاص لما يسمعون إليه أو يرونه من أنموذج معروض بفلكسات بقياس (2×1) متر توضح أقسام المهارة الثلاثة.

✧ الطلب من المتعلمين اخذ نفس عميق ثم يغلقون أعينهم.

✧ يعتمد المدرب إلى شرح تفاصيل أداء المهارة الهجومية المحددة بسلاح الشيش بصوتٍ جهوري عالٍ، ويعرض الإنموذج المثالي بفلكسات أمامهم بمراعاة فرصة كل متعلم لمشاهدته بدقة، ويؤكد المدرب على تجنب الحركات الزائدة خارج هذه المحددات عند تخيل الأداء.

✧ يعتمد المدرب إلى إعطاء المدرب كل قسم من أقسام المهارة الهجومية حقها.

✧ يعتمد المدرب إلى إتاحة الفرصة للمتعلمين للحديث عما تخيلوه.

✧ يطرح المدرب أسئلة عن الصور التي قاموا ببنائها وليس عن المعلومات التي وردت عن السيناريو، وإلا سيكررون ما ورد في السيناريو حرفياً للأمر الذي سيشغلهم عن بناء الصور الذهنية عند المهارة الهجومية بقدراتهم هم.

✧ التأكيد بأن يكون في البيئة التعليمية الترحيب بكل الإجابات والتخيلات.

✧ التأكيد على التقليل من مستوى القلق عندهم إلى أدنى مستوى.

✧ يطرح المدرب أسئلة عن جميع شعور حواس المتعلمين أو تحسهم بالأداء المهاري قبل تطبيق الأداء وعن تمكنهم من تخيلها.

إذ تم تجريب التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه (ملحق 3)، على مبارزي المجموعة التجريبية بمعدل وحدتين في يومي

الجمعة والسبت من كل أسبوع ولمدة ثمانية أسابيع متتالية، ليكون حصة كل مهارة هجومية (4) وحدات، ومجموع الوحدات الكلي (16)

وحدة تعليمية، يكون زمن أداء التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه يتراوح ما بين (20-25) في بداية كل من الوحدات التدريبية

في مركز رعاية الموهبة الرياضية لرياضة المبارزة، ويترك الزمن المتبقي للمدرب بدون تدخل الباحثان، أما مبارزي المجموعة الضابطة

فإنهم يتعلمون بالأسلوب التعليمي المتبع في تدريباتهم مع المدرب، إذ بدأت تجربة البحث بتطبيق الاختبارات القبليّة لكل من المقياس

واختبارات أداء المهارات الهجومية الأربعة في يوم الخميس الموافق لتأريخ (2024/1/4) ومن ثم تطبيق التمرينات للمدة الممتدة من

يوم الجمعة الموافق لتأريخ (2024/1/5) ولغاية يوم السبت الموافق لتأريخ (2024/2/24) وتم الانتهاء من هذا التجريب تطبيق

الاختبارات البعدية بتأريخ الأحد الموافق لتأريخ (2024/2/25)، وبعد جمع النتائج تم معالجتها بنظام (SPSS) لاستخراج قيم كل

من النسبة المئوية، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الألتواء، ومعامل ألفا كرونباخ، واختبار (ت) للعينات المترابطة،

واختبار (ت) للعينات غير المترابطة.

النتائج:

## جدول (3)

يبين نتائج الاختبارات القبلية بين المجموعتين

الفرق	(Sig)	(t)	(Sig)	(Liveen)	ع +	س	المجموعة وعددتها	المتغيرات ووحدة القياس	المهارات الهجومية بسلاح الشيش
غير دال	0.307	1.066	0.396	0.775	1.604	36.71	7	التجريبية	
					1.397	37.57	7	الضابطة	
غير دال	0.23	1.265	0.28	1.278	0.976	3.57	7	التجريبية	
					0.69	4.14	7	الضابطة	
غير دال	0.403	0.866	0.884	0.022	0.9	2.86	7	التجريبية	
					0.951	3.29	7	الضابطة	
غير دال	0.845	0.2	0.413	0.72	1.134	3.57	7	التجريبية	
					1.512	3.43	7	الضابطة	
غير دال	0.825	0.225	0.85	0.037	1.291	3	7	التجريبية	
					1.069	3.14	7	الضابطة	

الفرق الإحصائي غير دال للتعبير عن التكافؤ وخط الشروع عندما تكون درجة (Sig) أكبر من (0.05) بدرجة حرية (12)

## جدول (4)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لكل مجموعة

الفرق	(Sig)	(t)	ف هـ	ف ا	ع +	س	المقارنة	المجموعة وعددتها	المتغيرات ووحدة القياس
دال	0.000	18.937	2.116	15.143	1.604	36.71	قبلي	التجريبية	السيطرة
					1.345	51.86	بعدي	(7)	
دال	0.001	5.943	4.198	9.429	1.397	37.57	قبلي	الضابطة	الإنتهابية
					3.873	47	بعدي	(7)	
دال	0.000	7.586	1.345	3.857	0.976	3.57	قبلي	التجريبية	مهارة الهجمة
					0.535	7.43	بعدي	(7)	
دال	0.017	3.267	1.272	1.571	0.69	4.14	قبلي	الضابطة	المستقيم ة.
					0.756	5.71	بعدي	(7)	
دال	0.000	10.333	1.134	4.429	0.9	2.86	قبلي	التجريبية	مهارة الهجمة
					0.756	7.29	بعدي	(7)	

بتغير الاتجاه.	الضابطة (7)	قبلي	3.29	0.951	2.286	1.38	4.382	0.005	دال
		بعدي	5.57	0.976					
مهارة الهجمة القاطعة.	التجريبية (7)	قبلي	3.57	1.134	4.857	1.464	8.779	0.000	دال
		بعدي	8.43	0.535					
مهارة الهجمة العديدة.	الضابطة (7)	قبلي	3.43	1.512	2	1.155	4.583	0.004	دال
		بعدي	5.43	0.787					
مهارة الهجمة العديدة.	التجريبية (7)	قبلي	3	1.291	5.857	1.345	11.52	0.000	دال
		بعدي	8.86	0.378					
مهارة الهجمة العديدة.	الضابطة (7)	قبلي	3.14	1.069	3.143	2.035	4.085	0.006	دال
		بعدي	6.29	1.38					

الفرق الإحصائي دال للتعبير عن المقارنة بين القبلي بعدي للمجموعة عندما تكون درجة (Sig) أقل من (0.05) بدرجة حرية (6)

#### جدول (5)

يبين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين

الفرق	(Sig)	(t)	ع +	س	المجموعة وعددها	المتغيرات ووحدة القياس	المهارات الهجومية بسلاح الشيش
دال	0.009	3.134	1.345	51.86	7	التجريبية	
			3.873	47	7	الضابطة	
دال	0.000	4.899	0.535	7.43	7	التجريبية	مهارة الهجمة المستقيمة.
			0.756	5.71	7	الضابطة	
دال	0.003	3.674	0.756	7.29	7	التجريبية	مهارة الهجمة بتغير الاتجاه.
			0.976	5.57	7	الضابطة	
دال	0.000	8.345	0.535	8.43	7	التجريبية	مهارة الهجمة القاطعة.
			0.787	5.43	7	الضابطة	
دال	0.000	4.754	0.378	8.86	7	التجريبية	مهارة الهجمة العديدة.
			1.38	6.29	7	الضابطة	

الفرق الإحصائي دال للتعبير عن المقارنة بين المجموعتين عندما تكون درجة (Sig) أقل من (0.05) بدرجة حرية (12)

المناقشة:

من مراجعة الجدول (4) يتبين بأن مبارزي مجموعتي البحث تحسنت لديهم مستوى السيطرة الانتباهية وتعلم أداء مهارات الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العديدة، والهجمة القاطعة بسلاح الشيش في الاختبارات البعدية عن ما كان عليه مستواها في الاختبارات القبلية، ومن مراجعة نتائج الجدول (5) يتبين تفوق مبارزو المجموعة التجريبية على أقرانهم في المجموعة الضابطة في هذا التحسن العقلي والأداء المهاري، ويعزو الباحثان إلى التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه كان لها الدور

الإيجابي في تمكين المبارزين من تفعيل عمليات السيطرة على الانتباه لما يتخلونه عند مقارنته بإنتباههم لما يؤديه في الواقع وهو في حد ذاته تدريباً عقلياً ساعدت عليه هذه التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه.

ويعزو الباحثان تحسين تعلم أداء كل من مهارات الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العددية، والهجمة القاطعة بسلاح الشيش إلى التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه التي أثرت أيضاً بالاتجاه الإيجابي في كل من تعلمها، والتي كانت نتائج السيطرة الانتباهية داعمة له إذ وفر هذا الدمج في المتغير المستقل فرصة تعليم العقل والجسد في التطبيق نفسه لهذه التمرينات وبهذا الأسلوب التعليمي، إذ مكنت المبارز من تخيل وتطبيق الهجمة المستقيمة المباشرة من خلال تخيله الهجوم بعد التحام النصلين أثناء الأداء وبحركة واحدة مباشرة وعلى شكل خط مستقيم والانتباه للخطوط العليا أو السفلى لكل من المناطق الداخلية والخارجية بمراعاة ضرورة توافر عامل الدقة المهارية بالسرعة العالية وبالتوقيت المناسب لغرض إنجاز أداء هذه الهجمة التي تحتاج إدراك أهمية الدقة في نجاح التوقيت والتنفيذ نحو المنافس، أما فاعلية هذه التمرينات بأسلوب التخيل الموجه في تحسين تعلم الهجمة بتغيير الاتجاه إذ زادت من قدرة المتعلمين لتمكينهم من رفع مستوى التمويه والذكاء التكتيكي لخداع المنافس في التمرينات التعليمية الزوجية من خلال تغيير الاتجاه بصورة غير متوقعة للمنافس، مما يزيد من فرصة الطعن بسلاح الشيش من خلال زيادة قدرة المبارز المتعلم على تحريك السيف والجسم في اتجاه واحد من ثم يتم تغيير الاتجاه بفتحة للهجوم على الجهة الأخرى، وهذا يحقق أداء سريع غير متوقع يصعب على المنافس التعامل معه بفعالية، كما ساعدت التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه في زيادة قدرة المتعلمين لسلاح الشيش بأن يبنوا البرامج الحركية الملائمة من خلال التخيل العقلي بكيفية أداء الهجمة القاطعة والتي ظهرت واضحة في نتائج اختباراتهم البعدية في زيادة قدرتهم على الهجوم السريع نحو المنافس بوساطة توجيه ضربة قاطعة باتجاه منطقة الهدف ( sarah et al., 2017)، وتمكنهم من دمج الحركة السريعة والدقيقة مع القوة الكافية لتسجيل النقاط، ولأداء الهجمة القاطعة في المباراة التي تبدأ بالاستعداد (Preparation) مع وضع السيف للخلف بزوايا تسمح بتوجيهه نحو المنافس بسهولة، والزحف (Advance) بالتقدم نحو المنافس بخطوات قصيرة وسريعة، والتهديد (Feint) بإجراء حركة تمويهية قليلاً، هذه تسمى التهديد (feint) أو التحضير للهجوم، وقد تتضمن ذلك تحريك السيف بشكل بسيط نحو منطقة معينة على جسد المنافس، ثم سرعان ما تغيير الاتجاه، والهجوم (Attack) بتغيير اتجاه السيف بشكل سريع ودقيق نحو الهدف المستهدف (مثلاً، الكتف أو الصدر)، مع استخدام حركة الساعد والمعصم لتوجيه السيف وإتمام الهجوم بشكل مفاجئ، من ثم التراجع (Retreat) وهذا كانت بفعالية التركيز على النواحي الدقيقة لأداء هذه الهجمة السريعة من خلال تطبيق التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه، كذلك كان هذا لهذا التأثير الإيجابي في التعلم الذي أعتمد بالدرجة الأساس على البنية المعرفية ودور الممارسة والتكرار واضحاً في زيادة قدرة المبارز المتعلم على الأداء بالعدد (1، 2) بالتحام النصلين وبدون التحام من خلال السيطرة الانتباهية على أداء التغير الأول بتغيير نصل السلاح من جهة إلى أخرى لسد الثغرات الدفاعية وزيادة فرصة الحصول على لمسها وهكذا، مما ساعد على ذلك على ظهور نتيجة التحسن والتفوق على أقرانهم في المجموعة الضابطة في كل من المتغيرات التابعة. (Al Gheithi et al., 2024)

اذ" يعمل أسلوب التخيل الموجه على تحفيز ذهن المتعلم على التحليق في افاق بعيدة عن الواقع لتصور اشياء لم تكن حاضرة في الواقع يجعل نفسه طرفا فيها، فيحصل على خبرة شبه حية من طريق تعامله مع هذه الاشياء، وبوساطة التخيل يمكن للفرد التوصل الى اكتشافات طرائق جديدة لم تكن معروفة لديه من قبل، والتعلم التخيلي يجعل المتعلم يعيش الحدث بنفسه، ويستمتع به فيكون تعلماً أتقانياً". (Al-Hadabi et al., 2024)

كما "إن الاعتماد على الواقع عند بناء التخيلات البشرية تساعد وبشكل كبير على تحويلها إلى واقع ناجح إذ ما كانت هذه التخيلات موجهة بتخطيط منظم متسلسل الخطوات، وتظهر واضحة بسرعة البداهة في الاستجابات لمختلف المتغيرات المتوقعة وغير المتوقعة". (Hannig, 2015)(Al-Ghamdi & Haggag, 2024)

إذ أنه "تكمّن الفروق الفردية في السيطرة الانتباهية ايضاً في قدرة بعض المتعلمين على التحول بسرعة من مثير لآخر، فضلاً عن انه هناك بعض المتعلمين يمتلكون نقاط ضعف وقوة أنتباهية، ويعتقد بأن المتعلمين الذين يمتلكون هذه القدرات التحليلية والانتباهية الواسعة سيكون انجازهم اكثر فعالية في الواجبات التي تتطلب القدرة على توحيد المستشعرات الخارجية أو الداخلية أو كليهما واعداد خطة عمل ويظهر ذلك واضحاً على التكيف مع الظروف". (De Veries, 2018)

إذ أن "السيطرة الانتباهية تزيد من السعة المعرفية للذاكرة العاملة لغرض معالجة أكبر عدد ممكن من التمثيلات المعرفية التي تسهل عملية التعلم واستيعاب المعلومات التي يتلقاها المتعلم في الدرس وتعد أحد الأجزاء الرئيسية التي يقوم بها المتحكم التنفيذي المركزي في الدماغ، من حيث ضبط المثيرات وارتباطها بالقدرة على احداث المرونة والاسترجاع وهذا يعنى ان السيطرة الانتباهية تمنح المتعلم الوعي والإرادة في التحكم في كم المثيرات المستقبلية ومعالجتها على نحو من الأداء الذي يتسم بالكفاءة". (Salahub, 2021) (Jawad Kadhim & Mousa, 2024)

كذلك فإن "الانسان السوي عادة ما يميل إلى التخيلات السارة التي يتفائل بوساطتها بالنجاح في إتمام المهام، على عكس غير الأسوياء، وبذلك فإن الافراد الذين يستندون إلى الخيال يمكن لهم أن تحقيق الأهداف التعليمية في دروسهم، ليكون دور المعلم تهيئة بيئة صافية تشجع على الخيال وتحسن التفكير وسرعة معالجة المشكلات". (Bahri, 1994) (Al Kitani, 2024)

إذ أنه "من أهمية تطبيق أسلوب التخيل الموجه تكمن في أنه يثير مشاركة فاعلة وحقيقية من الطالب، فيصبح طرفاً فعالاً في سلوك هذه الأشياء". (Nadia Al-Afwan, 2012)

فالتعلم لا يقاس بكمية ما تحفظه وإنما يقاس بكمية ما رمز وخزن وسهل أسترجاعه بأسرع وأجود ما يمكن، والجودة تعني المقدرة على مدى أسترجاع المعلومات المطلوبة والأزمة في حل ما يواجهه المتعلم من مشكلات وهذا لا يتحقق إلا بوجود تفكير تنشطه الاستراتيجيات التعليمية الملائمة (Abdulrasool et al., 2024) (Ghazi et al., 2024)

كما أنه من أهداف أسلوب التخيل الموجه هو اثراء الصور الذهنية للمتعلمين والتي تعد أساساً لعملية توليد الأفكار الإبداعية لدى المتعلمين". (Abdullah Khamis et al., 2011)

إذ إن "معرفة متطلبات الأداء تؤدي إلى سهولة أستيعاب المتعلمين لعناصر المهارات الحركية (Abu Al-Ezz et al, 2009)

(M. A. A. Kadhim et al., 2024)

فضلاً عن ذلك فإنه "يتطلب الأداء الحركي في الأنشطة الرياضية درجة عالية من التناسق الحركي بمعنى المقدرة على إظهار الأفعال الحركية المناسبة في ظروف معينه بناءً على الخبرات الحركية السابقة أو المهارات المتقنة ، وبمعنى آخر مقدرة الرياضي على التصرف الحركي في مواجهة الظروف المختلفة أثناء الأداء (Curby et al., 2024)

#### الاستنتاجات والتوصيات:

- 1- يساعد تطبيق التمرينات التعليمية بإسلوب التخيل الموجه في زيادة مستوى السيطرة الانتباهية لمبارزي مركز رعاية الموهبة الرياضية بسلاح الشيش وبتفوق على أقرانهم الذي يتعلمون بدونها.
- 2- يساعد تطبيق التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه في تحسين تعلم أداء الهجمة المستقيمة المباشرة، والهجمة بتغيير الاتجاه، والهجمة العددية، والهجمة القاطعة بسلاح الشيش لمبارزي مركز رعاية الموهبة الرياضية وبتفوق على أقرانهم الذي يتعلمون بدونها.
- 2- من الضروري إثراء البيئة التعليمية لتعليم أداء المهارات الهجومية بسلاح الشيش بالأساليب الحديثة للتعلم المهاري التي لا تحتاج تمريناتها إلى وسائل وأجهزة عالية الكلفة أو يصعب توفيرها، ليكون تركيز المبارز المتعلم على أداة اللعب وتطوير قابلياته.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في المبارزين الشباب بعمر (14-16) عام في مركز رعاية الموهبة الرياضية ضمن تشكيلات وزارة الشباب والرياضة

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

سجاد عبد الواحد عبد الخالق <https://orcid.org/my-orcid?orcid=0000-0001-7055-7419>

## References

- Abdel Hamid, S., & Khalifa, A. L. (2000). *Studies in curiosity, creativity and imagination* (p. 133). Dar Gharib Publications.
- Abdel Karim, M. A. H. (2006). *Dynamics of teaching physical education* (p. 33). Al-Kitab Publishing Center.
- Abdul Hussein, A. Z., Aldewan, L. H., Al-Saeed, R. A. A., & Amin, H. A. A. (2023). Building and codifying a scale of cognitive achievement of badminton lecture for students of the faculties of Physical Education and sports Sciences. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.416>
- Abdullah Khamis, Ambo Saidi, & Al Balushi, S. M. (2011). *Methods of teaching science, concepts and practical applications* (1(2), p. 324). Dar Al-Maysara for Publishing, Distribution and Printing.
- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Abu Al-Ezz at al. (2009). *General teaching methods, contemporary applied treatment* (p. 235). Dar Wael for Publishing and Distribution.
- Al Gheithi, R., Al Droushi, A. R., & Gafaar, A. (2024). Social Impacts of Hosting the 2022 FIFA World Cup on Citizens and Residents in Qatar. *Journal of Physical Education*, 36(1).
- Al Kitani, M. (2024). The effect of neuromuscular training on improving some skill performances in basketball. *Journal of Physical Education*, 36(1), 16–1. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(1\)2024.2061](https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(1)2024.2061)
- Aldewan, L. H., Jaber salam, & Yassin, S. (2016). The effect of the impact of the use of guided discovery method to teach some skills in epee fencing game . *Journal of Studies and Researches of Sport Education.*, 49, 11–25. <https://www.iasj.net/iasj/article/126002>
- Aldewan, Lamyaa Hasan, Abed Malih, F., & Abdel Karim, K. L. (2006). The effect of using the educational bag on the level of learning some offensive skills with the epee weapon. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19, 18–44.
- Al-Fatlawi, S. M. K. (2005). *Behavior modification in teaching* (p. 522). Dar Al Shorouk for Printing and Publishing.

- Al-Ghamdi, T. S., & Haggag, M. Y. (2024). The contribution of The Mindfulness and its relationship to risk-taking behavior in predicting sports injury among junior footballers in the Kingdom of Saudi Arabia. *Journal of Physical Education*, 36(1). DOI: [https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(1\)2024.2044](https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(1)2024.2044)
- Al-Hadabi, B., El-Ashkar, H., & Sassi, R. (2024). A Field Study to Assess Physical Activity Levels During Weekdays Among Students in the First Cycle and its Relationship with Lower Limb Muscle Strength. *Journal of Physical Education*, 36(1), 170–150. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(1\)2024.2022](https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(1)2024.2022)
- Al-Saadi, E., & Shalsh, M. (2024). The Impact of Mechanical Training in Accordance with Regulating the Optimal Stride Length in the First and Second Straight Phases on the Achievement of 400 Meter Events for Men. *Journal of Physical Education*, 36(1), 279–254. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(1\)2024.2032](https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(1)2024.2032)
- Ameer, F. E. A., & Ibraheem, A. S. (2023). The effect of preventive exercises on the range of spine motion for squash players under 20 years old. *Journal of Physical Education*, 35(2).
- Attia, M. A. (2009). *otal quality and what is new in teaching* (p. 32). Dar Al Safaa for Publishing and Distribution.
- Bahri, T. (1994). Covert orienting of attention controls vigilance decrement at low event rate. *Perceptual and Motor Skills*, 79(1), 83–92.
- Curby, D., Ali, A., & Khudair, G. (2024). A Comparison of Some Important Biochemical Indicators According to Escalating Physical Effort till Fatigue for Elite Freestyle Wrestlers, 800m Runners, and 200m Freestyle Swimmers. *Journal of Physical Education*, 36(1), 166–184.
- De Veries, M. R. (2018). *how the tuberous sclerosis brain pays attention, a fact sheet of the spectrum of intentional problems in Tsc. Tuberous sclerosis*.
- Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2015). *Cognitive Psychology. A Student's Handbook* (7th ed, p. 52). Psychology Press.
- Fadel, G. A., & Kadem, M. J. (2021). Youth and Sports Forums' Administration and Their Relationship with Baghdad's Youth and Sport Directorates Forum Organizational Culture from Workers' Point of View. *Journal of Physical Education*, 33(3).
- Gharibz, S. A. (2018). *Effective open thinking and its relationship to decision-making among graduate students* [Master's thesis]. University of Baghdad. College of Education for Pure Sciences.

- Ghazi, M. A., Kadhim, M. A. A., Aldewan, L. H., & Almayah, S. J. K. (2024). *Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite)*.
- Hammad, H. M. (2010). *Active learning is an ancient and modern educational interest* (p. 42). Dar Al Nahda Al Arabiya for Publishing and Distribution.
- Hannig, D. J. (2015). *Paranoid Personality Disorder*. A Brief Profile, World Wide Web.
- Hawash, D. J., & Halil, M. H. (2022). The Effect of Using Teaching Aid on the Development of Straight Forehand and Backhand Shot Performance in Lawn Tennis. *Journal of Physical Education, 34*(3).
- Ishaq Farhan et al. (2011). *Implementing the educational program with contemporary educational patterns* (1(3), p. 235). Dar Al-Furqan.
- Jasim, M., & Hassan, U. (2024). The Effect of Special Exercises in Soccer Skill Tests for Young Players. *Journal of Physical Education, 36*(1), 290–280. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(1\)2024.1895](https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(1)2024.1895)
- Jawad Kadhim, M., & Mousa, A. (2024). The use of an innovative device to improve the efficiency of the posterior quadriceps muscle of the man after the anterior cruciate ligament injury of advanced soccer players. *Journal of Physical Education, 36*(1), 214–239.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education, 13*(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeeedu.20241301.12>
- Kadhim, M. J. (2012). The effects of drinking water, magnetized through training on some biochemical variables in blood. *Journal of Physical Education, 24*(1), 453–24808. <https://jcope.uobaghdad.edu.iq/index.php/jcope/article/view/1911/1382>
- Langer, M. (2017). *The Elusive Nature of Paranoid Personality Disorder*. World Wide Web.
- Marei, T. A., & Al-Hila, M. M. (2009). *General Teaching Methods* (4th edition, p. 216). Dar Wael for Publishing and Distribution.
- Moayd, A., Moayad, G., & Jewad, M. (2019). The Effect of Group Investigation Model on Learning overhead and underarm Pass in Volleyball. *Journal of Physical Education, 31*(2).
- Nadia Al-Afwan. (2012). *Modern trends in teaching and developing thinking* (p. 34). ar Safaa for Publishing and Distribution.

- Salahub, C. (2021). *Electrophysiological measures of flexible attentional control and visual working memory maintenance*.
- sarah, S. S., Makki, J. O., & Salam, J. A. (2017). Designing an auxiliary device to measure the level of performance of some offensive skills for young fencing players in the southern region. *Journal of Studies and Researches of Sport Education* , (53), 359–373. <https://www.iasj.net/iasj/article/147727>
- Shabib, S. S., Abdullah, S. J., & Odeh, makki J. (2020). *An auxiliary device to evaluate the performance of some skills of fencing players* (Patent 419 / 2019). 6101.
- Shimon, M. A.–A. (2001). *Mental training in the sports field* (1(2), p. 362). Dar Al Maaref Publishing.
- Shimon, M. A.–A. (2017). *Applied Sports Psychology and the Sports Psychologist's Handbook* (p. 57). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Tariq Kamal. (2006). *Basics in general psychology*. Cairo: Alexandria Book Center (p. 213).
- Theeuwes, J., & Van der Burg, E. (2007). The role of spatial and nonspatial information in visual selection. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 33(6), 1335.
- Whaley, A. L. (2002). Confluent paranoia in African American psychiatric patients: An empirical study of Ridley's typology. *Journal of Abnormal Psychology*, 111(4), 568.

ملحق (1) يوضح المقياس العالمي لقياس درجة السيطرة الانتباهية (Attention control scale)

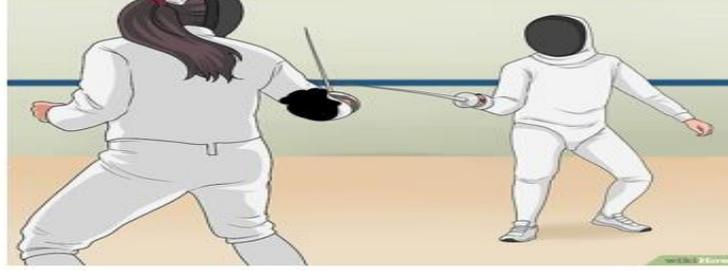
ت	عبارات الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ أحياناً	لا تنطبق عليّ
1	ألملم أفكاري عند مشاركة أحدهم بتوجيهي عن أدائي للمهارة الحركية.			
2	أركز انتباهي خلال أدائي للمهارة الحركية.			
3	أتمكن من السيطرة على توقيتات تحركاتي لإتمام أداء المهارة الحركية.			
4	أجمع افكاري لتخطي صعوبة أدائي للمهارة الحركية.			
5	أحصر أفكاري بتركيزي على مهام أداء المهارة الحركية المطلوبة.			
6	أنتبه بتركيز حول ما يحيط بي عند أدائي للمهارة الحركية.			
7	يتيقظ ذهني لجزئيات أقسام المهارة الحركية المطلوب أدائها.			
8	أتذكر متطلبات مهامي عند أدائي للمهارة الحركية.			
9	يسهل عليّ تذكر محددات المهارة الحركية المطلوب أدائها.			
10	اتذكر أدائي للمهارة الحركية التي أطبقها.			
11	أصغي بالاستماع إلى توجيهات زملائي عن أدائي للمهارة الحركية.			
12	أنظم وقتي في تعلم أقسام المهارة الحركية المطلوب أدائها.			
13	أستجيب بسرعة حركية عند تحويل انتباهي لمتغير آخر عند أدائي للمهارة الحركية.			
14	أتمكن من أدائي للمهارة الحركية في ظروف مختلفة.			
15	أسيطر على الانتباه للتوجيهات أثناء انشغالي بأداء المهارة الحركية.			
16	أوزع انتباهي لمختلف المثيرات المهمة عند أدائي للمهارة الحركية.			
17	أستطيع التحدث مع الآخرين أثناء انشغالي بأداء المهارة الحركية.			
18	أتمكن من تحويل انتباهي عند الانتقال بين أدائي لأقسام المهارة الحركية.			
19	أتكيف لتعلم المهارة الحركية المطلوب أدائها بدون إضرار لمهاراتي الأخرى.			
20	أستبعد المشتتات من انتباهي عند تعلمي لأداء المهارة الحركية المطلوبة.			

ملحق (2) يوضح أسماء مقومي الأداء المهاري

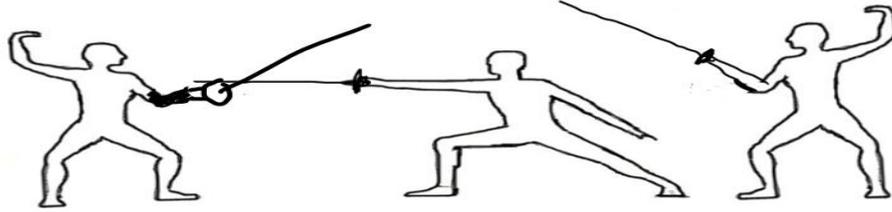
ت	المرتبة العلمية والشهادة والأسم	التخصص	مكان العمل
1	أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم	تدريب مبارزة	الجامعة المستنصرية/كلية التربية الأساسية
2	أ.د. علاء عبد القادر	تعليم مبارزة	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.م.د. اشراق غالب عودة	فلسفة مبارزة	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

### ملحق (3) يوضح بعض النماذج من التمرينات التعليمية بأسلوب التخيل الموجه

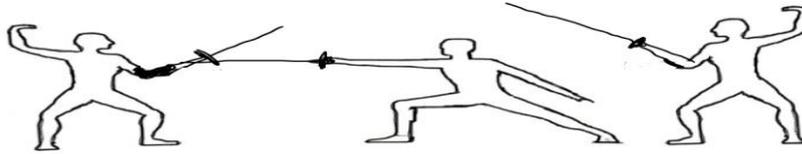
1- يعتمد المبارز المهاجم إلى أداء الهجمة المستقيمة المباشرة على اللاعب بالمدافع الذي يعتمد بدوره بأداء حركة الدفاع الرابع، ثم بعد ذلك يتم تغيير الادوار بينهما، وزمن أداء التمرين 1 دقيقة، ويعاد (15) مرة.



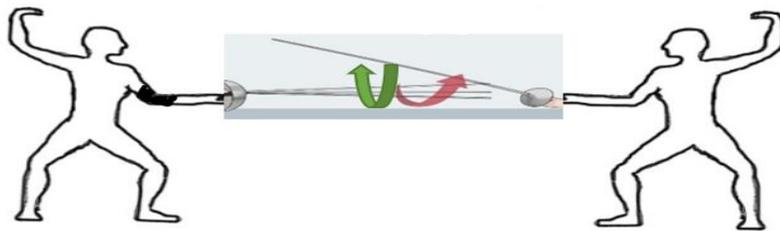
2- يعتمد المبارز المهاجم إلى أداء الهجمة القاطعة من جهة الدفاع السادس الى جهة الدفاع الرابع ويعتمد المبارز المدافع بأداء حركة الدفاع الرابع، ثم بعد ذلك يتم تغيير الادوار بينهما زمن أداء التمرين 1 دقيقة، ويعاد (15) مرة.



3- يعتمد المبارز المهاجم إلى أداء الهجمة بتغيير الاتجاه من الدفاع السادس الدفاع الرابع، ثم بعد ذلك يتم تغيير الادوار بينهما زمن أداء التمرين 1 دقيقة، ويعاد (15) مرة.



4- يعتمد المبارز المهاجم إلى أداء الهجمة العديدة من جهة الدفاع السادس والعودة الى نفس الجهة، وانتهاء الحركة بالطعن على هدف المنافس، ويمكن أداء الهجمة العديدة من حركة الرجوع او التقدم حسب وضع المبارزين، ثم بعد ذلك يتم تغيير الادوار بينهما زمن أداء التمرين 1 دقيقة، ويعاد (15) مرة.





## The effect of exercises on the Vertimax device in strengthening the muscles of the arms and some types Accuracy of shooting with a bow and arrow for female national team players

Farah Alaa Jaafar<sup>1</sup>  

University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences for Girls<sup>1</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 5/4/2024

Accepted 26/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Vertimax device, aiming accuracy, muscle strengthening, bow and arrow



### Abstract

The research aimed to: – Identify the effect of exercises on the (Vertimax) device in strengthening the arm muscles and some types of accuracy of shooting with a bow and arrow for the female national team players, and to use the experimental approach with two equal groups. The sample represented the female national team players presenting with a bow and arrow.

The researcher concluded: – Muscular strength of various types is important and essential in achieving accuracy in shooting according to different forms for advanced female players with bow and arrow, and she reached the adoption of exercises on the (vertimax) device because it achieved the goals of sports training, especially in developing and strengthening the muscles of the arms and some types of accuracy in shooting with bow and arrow for female national team players.



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير تمرينات على جهاز ( vertimax ) في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبات المنتخب الوطني

فرح علاء جعفر<sup>1</sup>  

جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

#### الملخص

هدف البحث الى: -التعرف على تأثير تمرينات على جهاز (vertimax) في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبات المنتخب الوطني واستعمال المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين، وكانت العينة تمثل لاعبات المنتخب الوطني المقدمين بالقوس والسهم. واستنتجت الباحثة: - القوة العضلية بأنواعها المختلفة مهمة و اساسية في تحقيق الدقة بالتصويب وفق اشكال مختلفة للاعبات المتقدمات بالقوس والسهم، وتوصلت الى اعتماد التمرينات على جهاز (vertimax) لأنها حققت اهداف التدريب الرياضي وخاصة في تطوير وتقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبات المنتخب الوطني

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/4/5

القبول: 2024/5/26

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

#### الكلمات المفتاحية:

جهاز (vertimax)، دقة التصويب، تقوية العضلات، القوس والسهم.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

التقنيات العلمية المتطورة هي الوسيلة الأساسية في صنع الاجهزة والوسائل المهمة التي يحتاجها الانسان في حياته اليومية سواء في الناحية الطبية او الصناعية او التعليمية او الاجتماعية وحتى في المجال الرياضي.(Mohan et al., 2024) (Kadhim et al., 2024)

وتعد التقنيات العلمية مهمة واسباسية في المجال الرياضي وخاصة في صنع الاجهزة التدريبية التي من خلالها يمكن الارتقاء بمستوى الرياضي البدني والحركي والمهاري وتحقيق الانجازات الرياضية المختلفة.

اذ لكل لعبة رياضية متطلبات بدنية خاصة بها وتحتاج الى تدريبات تعمل على الارتقاء بالمستوى البدنية وخاصة القوة العضلية التي تعد من المتطلبات الاساسية في بناء قوة اللاعب لإمكانه خوض المنافسة والسباق بقوة ثابتة وبدون التعب ولهذا فان تطوير تلك القوة تحتاج الى تمارينات ووفق اجهزة تدريبية تساعد في الاسراع بالتدريب وكذلك تطوير القوة وفق المسار الحركي (Musharraf & Al-Hadithi, 2022)، ومن تلك الاجهزة هو جهاز (vertimax) الذي يعد من الاجهزة الحديثة المتطورة والتي يعمل على رفع مستوى القوة العضلية لأي جزء من اجزاء الجسم وحسب خصوصية اللعبة لأنه يعطي المقاومة المطلوبة في انتاج القوة العضلية ولهذا يذكر (Talha, 1997) " وقد جرت العادة على استخدام تدريبات المقاومات لتنمية القوة العضلية ، كما أصبح من المعروف إن استخدام هذه التدريبات يؤدي أيضا إلى تنمية القوة العضلية والسرعة والتحمل هذا بالإضافة إلى زيادة النغمة العضلية والمساعدة على تجنب الإصابات وعلى استمرار الاحتفاظ العضلات بوظائفها في الأعمار المتقدمة"

ويرى (Fayez, 2018) يعمل جهاز (vertimax) على التوازن العضلي والميكانيكي والذي يؤدي الى مستوى توازن حركة الجسم لدى الرياضي، وهذا بفضل الحبال المطاطية الموجودة فيه ونظام السحب والتي تمكن من الانتقال من وضع لآخر مع استمرار الجر او المقاومة من كافة الاتجاهات وحتى من الأسفل اي تعمل عمل الجاذبية الأرضية" .

وتعد لعبة القوس والسهم من اكثر الالعاب الرياضية بحاجة الى القوة العضلية وبأنواعها المختلفة للقدرة في الاحتفاظ بسحب السهم والتركيز وثم الرمي ولعدد ليس بقليل سواء في التدريب او المنافسة ن وهنا لا بد من التطوير لقوة الذراعين للاعبين لغرض رفع مستوى الانجاز ولا يتم ذلك الا من خلال التمارينات المتطورة وعلى اجهزة تدريبية حديثة.(Karim, 2023) ومن هنا جاءت اهمية البحث للارتقاء بالمستوى القوة العضلية للذراعين للاعبات القوس والسهم من خلال الاعتماد على التمارينات الخاصة بالقوة العضلية والتي تكون تخصصية ومشابهة للمسار الحركي للعضلة والاداء وافضل طريقة هو جهاز (vertimax) الذي اثبت جدارته في العديد من الالعاب الرياضية وجاء الدور في تجريبه للاعبات القوس والسهم وتحقيق الانجاز المطلوب.

### 1-2 مشكلة البحث:

لاعبى القوس والسهم يحتاجون الى القوة العضلية بأنواعها المختلفة لأداء التصويبات المستمرة وبدقة عالية وتحقيق الانجاز مما يتطلب التدريب واستخدام التمارينات المشابهة للحركة وللأداء وهنا يمكن تحقيق النقاط المطلوبة، ويتم ذلك بعد اختيار الوسائل والاجهزة المتطورة التي تعمل على الارتقاء بمستوى القوة.

ووفق اختصاص الباحثة بالعلوم الرياضية ولعبة القوس ووفق المقابلات العلمية مع بعض المختصين بالعبة وعن كيفية تدريب القوة العضلية التي وجد فيها الضعف في الاداء والاستمرار بنفس القوة على طول فترة السباق ناتج عن استخدام الاجهزة

والوسائل التدريبية المختلفة في تدريب القوة ما عدا جهاز vertimax لم يستخدم في تدريب اللاعبين لهذه اللعبة، والتي ربما يرفع من مستوى القوة نحو الأفضل ويحقق التقدم لمستوى الالعاب في لعبة القوس والسهم.

### 1-3 أهداف البحث:

- 1- معرفة تأثير تمارين على جهاز ( vertimax ) في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني.
- 2- معرفة الفروقات بين نتائج الاختبارات في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني.
- 3- معرفة الفروقات في نتائج الاختبارات في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني.

### 1-4 فرضيات البحث :

- 1- وجود تأثير للتمارين على جهاز ( vertimax ) في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني.
- 2- وجود فروقات بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني.
- 3- وجود فروقات في نتائج الاختبارات البعدية في تقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني.

### 1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبين المنتخب الوطني المتقدمين بالقوس والسهم

1-5-2 المجال المكاني: ملعب نادي بغداد الرياضي

1-5-3 المجال الزمني: من 2024/1/8 الى 2024/3/19

### 1-6 تحديد مصطلحات :

- جهاز (vertimax)

يعد جهاز (vertimax) " من اجهزة التدريب الحديثة، وهو عبارة عن جهاز يتكون من منصة حديدية مربعة الشكل او مستطيلة بحسب شكلها العام، مغطاة بمادة البلاستيك المرنة، وكلا الشكلين يحتوي على ثمان منافذ للحبال المطاطية والتي تمتاز بالطول وتكون ملفوفة وممرورة على بكرات مما تسمح للرياضي من التحرك الواسع واداء مجمل الحركات بمدى واسع، كما ويتم تثبيت هذه الحبال المطاطية بالرياضي عن طريق احزمة متنوعة خاصة بتثبيت كل جزء من اجزاء الجسم مراد تدريبه بأحكام وبدون تشكيل اي اعاقه للرياضي عند اداء الحركات ، مع امكانية التحكم بمستوى الضغط والمقاومة للحركة بكل حبل من الحبال المطاطية الثمانية الموجودة عن طريق مقبض خاص بذلك، كما ان جهاز (vertimax) يعد من اهم نظم التدريب الرياضي في العالم؛ لكونه يعمل على تطوير المهارات المتنوعة ولأغلب الفعاليات والألعاب الرياضية بالإضافة الى ما يطوره من جانب بدني كالقوة والسرعة وامتزاجهما معا ومع المطاولة والتي تعطي اي رياضي المكاسب الرياضية التي يريد الحصول عليها كالفوز والسرعة وسرعة الانطلاق والأداء الرياضي المتكامل" (Fayez, 2018).

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: استعملت الباحثة المنهج التجريبي ذو مجموعتين ضابطة وتجريبية لأهميته بمعالجة مشكلة البحث.  
2-2 مجتمع البحث والعينة: مثل المجتمع لاعبات المنتخب الوطني للقوس والسهم المتقدمين البالغ (14) لاعبة .  
اما عينة البحث فقد تم اختيارهم ايضا بالطريقة العمدية أيضا بلاعبات التشكيلة الأساسية والبالغ عددهم (10) لاعبين ، وهم يشكلون نسبة (71.42% ) من المجتمع الأصلي، وتم تقسيم اللاعبين إلى مجموعتين بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين ( ضابطة وتجريبية ) إذ أصبح عدد كل مجموعة (5) لاعبين وتم معالج المتغيرات لغرض التجانس والتكافؤ كما في جدول (1)

جدول (1)

يوضح معامل الاختلاف للتجانس والفروقات للتكافؤ بمتغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيم ت المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الاختبارات
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س	
غير معنوي	0.107	1.24	0.885	71.35	1.351	0.965	65.42	الوزن /كغم
غير معنوي	0.115	0.974	1.679	172.31	1.011	1.745	168.45	الطول/ سم
غير معنوي	0.282	1.838	0.745	40.512	1.603	0.652	40.652	قوة القبضة / كغم
غير معنوي	0.187	2.426	0.865	35.642	1.896	0.678	35.745	تحمل القوة للذراعين/ ثانية
غير معنوي	0.34	13.9	0.324	2.33	14.19	0.342	2.41	دقة التصويب البصرية/ درجة
غير معنوي	0.081	14.237	0.336	2.36	15.128	0.354	2.34	دقة التركيز البصري/ درجة
غير معنوي	0.051	0.394	2.664	675.4	0.411	2.781	675.3	دقة التصويب بالإنجاز/ نقطة

قيم ت (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) وتحت مستوى دلالة (0.05) = 2.306

2-3 وسائل جمع البيانات والأدوات والأجهزة المستخدمة:

1-المصادر العربية والأجنبية، الملاحظة العلمية، الاختبارات المستخدمة، ساعة توقيت، شريط قياس، ميزان طبي، عقلة افقية، مقياس قوة القبضة (Grip Dynamometer)، سهام رماية عدد (6)، لوح تهديف (دريئة)، حامل دريئة، اهداف ورقية.

2-4 إجراءات البحث:

2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

من خلال خبرة الباحثة الميدانية والتدريبية وجد وان هذه المتغيرات ضرورية للاعبات القوس والسهم وعليه تم اختيارها وجراء القياسات حولها.

1-قوة القبضة.

2-تحمل القوة للذراعين.

3-دقة التصويب البصرية.

4-دقة التركيز البصري.

5-دقة التصويب بالإنجاز.

2-4-2 اختبارات متغيرات البحث:

2-4-2-1 اختبار قوة القبضة: (Jaafar, 2007) (Jaafar & Ghazi, 2006)

قياس قوة عضلات القبضة لليد المسيطرة بواسطة مقياس قوة القبضة (Grip Dynamometer) مع تعديل مقبض المقياس تبعاً لحجم قبضة المفحوص بحيث يتم تسجيل ثلاث محاولات لكل مفحوص بينهما فترة راحة ثم يتم اعتماد القيمة الأعلى من أجل اعتمادها في التحليل الإحصائي .

2-4-2-2 اختبار تحمل القوة للذراعين: (Ali, 2004)

- بواسطة العقلة ومن خلال الثني بالتعلق والثبات وبقاء الذقن ثابت بمستوى العقلة يتم حساب الزمن أقرب للثانية المطلوب للتحمل.

2-4-2-3 اختبار دقة البصرية في التصويب (Afrah, 2014)

- الهدف من الاختبار: قياس قدرة اللاعب في دقة اصابة الهدف.

- طريقة الأداء: يقف اللاعب على بعد (عشرة امتار) من الهدف يرمى سهمين خلال دقيقة واحدة على وسط الهدف وفي المناطق (9-10-X) فقط .

- حساب النتيجة: تحسب نقطة واحدة عندما يصيب السهم منطقة (9) ونقطتان يصيب السهم منطقة (10) وثالث نقاط عندما يصيب السهم منطقة (X) وصفر عندما يصيب السهم خارج الهدف المحدد. وبذا تكون اعلى درجة يمكن الحصول عليها (ستة) درجات واقل درجة صفر.

2-4-2-4 اختبار دقة التركيز البصري : (Afrah, 2014)

- الهدف من الاختبار: قياس قدرة اللاعب في التركيز البصري.

- طريقة الأداء: يقف اللاعب على بعد(10م) من الهدف ( لوحة القياس للقدرات البصرية ) يرمى ستة أسهم خلال ثالث دقائق ، ويعطي المدرب نوع الشكل المطلوبة التصويب عليه بغض النظر عن اللون كأن يكون شكل الوجه الضاحك على سبيل المثال .

- حساب النتيجة : تحسب نقطه لكل سهم يصيب الشكل المطلوب وصفر عندما يخطئ الشكل، وبهذا تكون اعلى درجة يمكن الحصول عليها ست درجة واقل درجة صفر .

2-4-2-5 اختبار دقة التصويب بالإنجاز: (Majed, 2006)

وهو اختبار الرسمي في المسابقات الذي يتم من خلال ( 6 ) سهام ويرمي (72) سهم على شكل مجموعتين كل مجموعة (6) ارسالات وكل ارسال (6) سهام والدرجة النهائية (720)نقطة .

### 2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بتطبيقها خلال 2024/1/8 للعينة التجريبية بتطبيق بعض التمرينات بأسلوب المحطات لمعرفة مدى ملائمة لعينة البحث وإيجاد مكونات الحمل التدريبي من ناحية الشدة والحجم والراحة.

### 2-4-4 الاسس العلمية للاختبارات:

تم الاستعانة باختبارات مقننة وتتمتع بالأسس العلمية الصدق والثبات والموضوعية وهي ملائمة لقياس العينة .

### 2-5 التجربة الميدانية :

#### 2-5-1 الاختبارات القبليّة : أجريت بتاريخ 2024/1/21

2-5-2 التدريب المستخدم: تم تطبيق تمرينات الخاصة بالقوة العضلية ووفق جهاز (vertimax) لتطوير بعض انواع القوة العضلية ومعرفة تأثيرها على دقة التصويب المتنوعة ، وتم ذلك في القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية الخاصة بالمدرّب للمجموعة التجريبية ، وتم اعتماد فترة الأعداد الخاص وشدة التمرينات التي تراوحت بين (75% - 90%) أما حجم التمرينات تعتمد على درجة الحمل المستخدمة أما الراحة بين التكرارات والمجاميع فقد اعتمد الباحث على النبض كمؤشر لها والذي تراوح بين (120-130 ظ/د) بين التكرارات مع الزيادة في فترات الراحة في بعض الأحيان وخصوصا عند الشدة (90%-100%) وكانت تبلغ (130-140 ظ/د). واستمر تطبيق التمرينات لمدة شهرين وبواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع، للمدة من 2024/1/22 ولغاية 2024/3/18 .

#### 2-5-3 : الاختبارات البعدية : أجريت بتاريخ 2024/3/19

2-6 الوسائل الإحصائية : تم الاعتماد على نظام SPSS لإيجاد المتغيرات الاحصائية.

### 3- عرض ومناقشة النتائج :

### جدول (2)

يبين الاوساط وقيم ت ومستوى الدلالة للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	المتغيرات الاحصائية				الاختبارات
	t المحتسبة	الخطأ القياسي	وسط بعدي	وسط قبلي	
معنوي	3.013	0.344	42.14	40.652	قوة القبضة / كغم
معنوي	4.015	0.447	37.54	35.745	تحمل القوة للذراعين/ ثانية
معنوي	3.604	0.412	3.895	2.41	دقة التصويب البصرية/ درجة
معنوي	3.386	0.489	3.996	2.34	دقة التركيز البصري/ درجة
معنوي	3.994	0.776	678.4	675.3	دقة التصويب بالإنجاز/ نقطة

قيمة (ت)الجدولية = 2.776

## جدول (3)

يبين الاوساط وقيم ت ومستوى الدلالة للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	المتغيرات الاحصائية				الاختبارات
	t	الخطأ القياسي	وسط بعدي	وسط قبلي	
معنوي	4.148	0.942	44.42	40.512	قوة القبضة / كغم
معنوي	4.107	0.998	39.741	35.642	تحمل القوة للذراعين/ ثانية
معنوي	4.018	0.769	5.42	2.33	دقة التصويب البصرية/ درجة
معنوي	4.243	0.773	5.64	2.36	دقة التركيز البصري/ درجة
معنوي	3.974	1.233	680.3	675.4	دقة التصويب بالإنجاز/ نقطة

قيمة (ت) الجدولية = 2.776

## جدول (4)

يوضح نتائج الاوساط البعدية بين المجموعتين في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	t	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الاختبارات
		الانحراف	الوسط البعدي	الانحراف	الوسط قبلي	
معنوي	4.042	0.847	44.42	0.745	42.14	قوة القبضة / كغم
معنوي	3.504	0.912	39.741	0.864	37.54	تحمل القوة للذراعين/ ثانية
معنوي	3.258	0.653	5.42	0.673	3.895	دقة التصويب البصرية/ درجة
معنوي	2.951	0.814	5.64	0.761	3.996	دقة التركيز البصري/ درجة
معنوي	2.657	1.002	680.3	1.021	678.4	دقة التصويب بالإنجاز/ نقطة

قيمة (ت) الجدولية = 2.306

وفق الجدولين (2) و(3) نلاحظ هناك فروقات وقد حصلت تطور في انواع القوة العضلية ودقة التصويب بأنواعه المختلفة. ويرجع تطور المجموعتين الضابطة والتجريبية إلى التمرينات المستخدمة الخاصة بالقوة العضلية وفق الاجهزة المستخدمة للمجموعة التجريبية والتمرينات المستخدمة بدون الاجهزة للمجموعة الضابطة اذ يؤكد هات نقلًا عن محمد عثمان " أن عملية الارتقاء بمستوى القوة تتطلب العمل باستخدام الأثقال وباستخدام وزن الجسم" (Mohammad Othman, 1990). (N. M. Muhammad, 2022)

كما إن يرجع إلى تخطيط بناء التمرينات القوة وتطبيقها وفق الطريقة الأكثر تأثيرًا في تحقيق النتائج الصحيحة وهو الاجهزة وبدونها التي تعتمد على خصوصية اللعبة والأداء داخل المنافسة " وكما يرى ( Muhammad, 2008 ) " إن ممارسة التدريب تتوقف على كمية تنمية المكونات وإن ارتفع مستوى الانجاز يتم وفق احتياجات السباق " ان " القوة العضلية الخاصة تهدف الى تنمية مقدار القوة العضلية للعضلات التي تعمل بشكل أساسي في الرياضة التخصصية للفرد ، وتستخدم تمريناتها في مدة الأعداد العام والخاص من المنهاج التدريبي كما أنها تعمل على تنمية أنواع

القوة العضلية طبقاً لنسب مساهمتها في الأداء التخصصي ، وتؤهل العضلات بشكل رئيس في الأداء الحركي للرياضة الممارسة لتمرينات المنافسة" (Nehme et al., 2024). (Aldewan et al., 2013). (Ghazi et al., 2024) وفي جدول (4) تبين لنا أن التجريبية كانت أفضل من الضابطة في رفع مستوى انواع القوة العضلية بالإضافة الى دقة التصويب وفق اشكال مختلفة وهذا يعود الى جهاز (vertimax) الذي اثبت قدرته في رفع مستوى القوة الضرورية في لعبة القوس والسهم وخاصة بدقة التصويب واشكاله المختلفة التي سمحت للاعبين فقط التركيز اما القوة العضلية اصبحت ثابتة ومتطورة ، اذ ترى ( Muhammad, 2002 ) " ان رياضه القوس والسهم تحتاج إلى بذل جهد عضلي متكرر خلال المراحل الأساسية للرمي وعلى أشوط يرمي خلالها اللاعب ( 144 سهم)، وهذا يمثل جهد عضلي زائد يؤثر سلباً على مستوى الأداء ، والمستوى الرقمي معاً، وخاصة في المراحل الأخيرة للرمي حيث يظهر التعب العضلي، مما يؤدي أهمية الحالة البدنية المتمثلة في القوة والتحمل كعامل أساسي في الأداء"

بينما يرى ( Muhammad, 2006 ) " إن القوة العضلية والتحمل العضلي من أهم القدرات البدنية المؤثرة على مستوى الأداء المهاري للاعبي القوس والسهم " اما دقة التصويب فهي كما يراه (Saleh, 2011) " الدقة مهمة للإنجاز وكلما ارتفعت تم احراز عدد من النقاط، لذا نجدها احتلت المرتبة الأولى في نسبة المساهمة بنتائج لاعبي القوس والسهم " ويرى كل من (Abu Al-Ali & Ahmed, 2003) " الدقة البصرية والتصويب في الإنجاز وثيقتا الصلة ببعضهما البعض وكل منهما تكمل الأخرى ، فاذا كانت الدقة البصرية عالية كان التصويت ناجح وسليم الأمر الذي يؤدي بالتالي الى معرفة الأداء الجيد من غيره وصولاً الى النتائج العالية "

ويختم (Kamal & Muhammad, 1997) عن العلاقة بين القوة والدقة والانجاز " القوة الصادرة من العضلات مهمة في الجسم والمحرك لها ، لأنها هي مصدر القوة المسببة للحركة والانشطة الرياضية ، ويعد اللاعبون الذين يتمتعون بالقدرة العضلية الجيدة يستطيعون ان ينتجوا قوة عامة جيدة والفوز بالمنافسات " (Mushref et al., 2024)

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 4-1 الاستنتاجات:

- 1- ترمينات على جهاز ( vertimax ) مهمة و اساسية في تطوير وتقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني .
- 2 - القوة العضلية بأنواعها المختلفة مهمة و اساسية في تحقيق الدقة بالتصويب وفق اشكال مختلفة للاعبين المتقدمين بالقوس والسهم.

##### 4-2 التوصيات:

- 1- اعتماد التمرينات على جهاز ( vertimax ) لأنها حققت اهداف التدريب الرياضي وخاصة في تطوير وتقوية العضلات الذراعين وبعض انواع دقة التصويب بالقوس والسهم للاعبين المنتخب الوطني .
- 2- التأكيد على تدريبات القوة العضلية بأنواعها المختلفة لأنها مهمة و اساسية في تحقيق الدقة بالتصويب وفق اشكال مختلفة للاعبين المتقدمين بالقوس والسهم.

### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبات المنتخب الوطني للقوس والسهم. وللفريق المساعد

### تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

فرح علاء جعفر <https://orcid.org/0009-0003-7300-6059>

## References

- Abu Al-Ali, A., & Ahmed, N. A.-D. (2003). *Physiology of Physical Fitness* (p. 64). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Afrah, A. Q. A. (2014). *The percentage of contribution of the most important visual abilities and psychological skills to the results of bow and arrow players in the Arab Championship* [Doctor's thesis]. University of Diyala.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41. <https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Ali, S. J. A.-H. (2004). *Tests, measurement and statistics in the sports field* (p. 101). Al-Qadisiyah University.
- Fayez, I. H. (2018). *The effect of exercises with the Vertimax device on explosive ability, speed of response, and skillful flowing behavior with accuracy of hitting the smash and blocking the wall with volleyball* [Master's thesis]. College of Physical Education and Sports Sciences.
- Ghazi, M. A., Kadhim, M. A. A., Aldewan, L. H., & Almayah, S. J. K. (2024). *Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite)*.
- Jaafar, F. A.-A. (2007). Health-related physical fitness and blood fat levels in Jordanian children (12-15 years old). *Saudi Journal of Sports Medicine*, 9(1), 14.
- Jaafar, F. A.-A., & Ghazi, M. K. (2006). Indicators of skeletal growth and health-related physical fitness among Jordanian children aged (7-15) years. In *Proceedings of the Fifth International Scientific Conference* (Vol. 1, p. 131). Faculty of Physical Education.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeeedu.20241301.12>
- Kamal, A. H., & Muhammad, S. H. (1997). *Foundations of sports training to develop physical fitness in physical education lessons in boys' and girls' schools* (p. 57). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Karim, H. K. (2023). Effective management and its relationship to performance efficiency among members of the Iraqi Federation of Bow and Arrow. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2), 95–105. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.426>
- Majed, M. A. A. (2006). *Health determinants, bow and arrow sports* [Master's thesis]. Helwan University.
- Mohammad Othman. (1990). *Encyclopedia of Athletics* (1st edition, p. 113). Dar Al-Qalam.
- Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al-Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event

for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 34(1), 17–27.  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.469>

- Muhammad, H. A. J. (2006). *The effect of a proposed preventive program using one of the methods of neuromuscular facilitation of sensory receptors on the shoulder girdle and its relationship to the digital level of the national bow and arrow team players* [Master's thesis]. Helwan University.
- Muhammad, N. M. (2022). The effect of variable resistance training using the Vertimax device on the muscular strength and accuracy of the serve for female squash players. *Scientific Journal of Sports Sciences and Arts*, 70(2), 191–213. 10.21608/ijssaa.2022.125931.1826
- Muhammad, R. I. A.-M. (2008). *Field application of theories and methods of sports training* (2nd edition, p. 164). Al-Fadhli Office.
- Muhammad, Y. G. (2002). *An analytical study of biomechanical variables for archery and archery* [Unpublished doctoral dissertation]. Helwan University.
- Musharraf, M. A. J., & Al-Hadithi, K. I. S. (2022). The effect of exercises using the method of learning for mastery and performance simulation tools in developing the skills of standing on the hands and the human wheel for the floor movements carpet in the artistic gymnastics for men. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(5).
- Mushref, A. J., Hummadi, J. N., & Bouslah, N. (2024). The effect of exercises using the 4D Pro tool on developing a number of special physical variables and some skills on the artistic gymnastics jumping table for men. *Rawafed Journal for Studies and Research in Sports Sciences*, 4(1), 12–20.  
<https://scholar.google.com/citations?user=HVXKHBAAAAJ&hl=ar>
- Nehme, D. A. S., Munahi, K. S., & Mustafa, U. S. (2024). Leg deviations and its effect on the amount of work and some physical capabilities of the legs in some sports. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.489>
- Saleh, S. (2011). *Sports training, its ideas and applications* (p. 355). Dar Al-Arrab Al-Nour for Publishing and Printing.
- Talha, H. E.-D. et al. (1997). *Scientific Encyclopedia in Training* (p. 49). Al-Kitab Center for Publishing.

ملحق (1)

نموذج التدريب المستخدم

الشدة: 75 %  
 زمن التمرينات الكلي : 50-52 دقيقة

الأسبوع : الأول  
 الوحدة التدريبية (1)

الراحة		الحجم	التمرينات	الزمن دقيقة	القسم
بين التكرارات	بين المجاميع				
		3×3	1- باستخدام جهاز (vertimax) سحب الحبل من الخلف والثبات.	2.30	الرئيس
		3×3	2- باستخدام جهاز (vertimax) من الجلوس وامام الجهاز سحب الحبل بالذراع الامامية عدة مرات.	2.20	
		3×3	3- باستخدام جهاز (vertimax) سحب حبلين بالذرعين معا وبالتعاقب.	2.40	
		3×3	4- باستخدام جهاز (vertimax) سحب الحبل من الامام وعمل علمية التركيز اثناء السحب.	2.30	
رجوع النبض (120-110) ض/د	رجوع النبض (130-120) ض/د				



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## The effect of special exercises using multimedia in teaching students to perform the free swimming activity

Safia Ehsan Kamel <sup>1</sup>  

University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences for Girls<sup>1</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 12/4/2024

Accepted 26/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

special exercises, multimedia, the effectiveness of free swimming.

### Abstract

The research aimed to: – Prepare special exercises using multimedia in teaching students to perform the freestyle swimming event and to know the effect of special multimedia exercises in teaching students to perform the freestyle swimming event. The researcher used the experimental method in the manner of two (equal) groups. The research sample was first-year students at the University of Babylon/College of Physical Education and Sports Sciences. The researcher concluded that the exercises for using multimedia and educational aids had an effective and positive role in enabling the experimental group to learn the basic skills in Freestyle swimming, and recommended adopting exercises to use multimedia and educational means when learning different levels of freestyle swimming activity.





## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير تمارين خاصة باستعمال الوسائط المتعددة على مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة للطلاب

صفية احسان كامل<sup>1</sup>  

جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

#### المخلص

هدف البحث الى: - اعداد تمارين خاصة باستعمال الوسائط المتعددة في تعليم اداء فعالية السباحة الحرة للطلاب ومعرفة أثر التمارين الخاصة الوسائط المتعددة في تعليم اداء فعالية السباحة الحرة للطلاب. واستعملت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين (المتكافئتين) وكانت عينة البحث هم طلاب المرحلة الأولى في جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة واستنتجت الباحثة ان التمارين الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية المساعدة كان له الدور الفعال والايجابي في تمكن المجموعة التجريبية من تعلم المهارات الاساسية في السباحة الحرة، واوصت بان اعتماد تمارين خاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية عند تعلم مستويات مختلفة في فعالية السباحة الحرة

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/4/12

القبول: 2024/5/26

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024

#### الكلمات المفتاحية:

تمارين خاصة، الوسائط المتعددة، فعالية السباحة الحرة.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

تميز العصر بالتطور والتقدم، وهذا التقدم جاء نتيجة لجهود العلماء والباحثة في العلوم المختلفة ، ليستفيد الانسان من تطبيقاتها في التغلب على ما يعترض مسيرته من مشكلات مختلفة، وقد شمل هذا التقدم المجال الرياضي بهدف ايجاد الحلول العلمية المناسبة للمشكلات ليضمن للحركة الرياضية تقدما واسعا على مختلف الاصعدة ، ونحن مؤمنين بأن التقدم العلمي هو الحلقة الاساسية التي ترتبط بها مجموع الحلقات بشكل علمي سليم من خلال الاعتماد على الدراسات والبحوث العلمية في مختلف العلوم التي لها علاقة بالتربية البدنية وعلوم الرياضة ، ولقد ازدادت في الفترة الاخيرة الدراسات والبحوث الذي تختص السباحة بهدف ايجاد الوسائل المساعدة والاساليب التعليمية وابتكارها، لتحقيق الانجاز الرياضي.

وفعالية السباحة من الفعاليات الفردية التي لاقت انتشارا واسعا في العالم، كما في باقي الفعاليات الفردية فقد تطورت فعالية السباحة من فعالية تتضمن المتعة والفرح والسرور وقضاء وقت الفراغ، فعالية منافسات للمستويات العليا لتحقيق ارقام قياسية جديدة من خلال الاداء المهاري العالي فضلا عن اللياقة البدنية العالية التي يجب ان يتمتع بها السباحون ومن اجل الوصول الى مستوى جيد في الاداء فيجب على المدرس او المدرب ان يعد المتعلم من جميع الجوانب البدنية والمهارية وال نفسية ، لذلك يجب الاهتمام بتعليم الاداء الفني لدى المتعلم عن طريق وضع التمرينات مستندة الى تخطيط علمي مبرمج لكي يتمكن من الوصول الى الاداء الافضل.(LAMYAA et al., 2020a)

إن أسلوب الوسائل المتعددة يعد من الأساليب الجديدة في التعليم والتي تقوم على استثارة حواس الطالب من سمع وبصر تتعكس على الأداء المهاري بشكل جيد وكذلك يمكن من خلالها تقديم المحتوى العلمي بصوره واضحة وجذابة مما يساهم في زيادة قدرات ومهارات المتعلم العقلية وبالتالي زيادة تحصيله المعرفي وأصبحت الوسائل المتعددة ظاهرة لها أهمية كبيرة تتعكس آثارها في عمليتي التعلم والتعليم، وبالرغم من تلك المميزات لاستعمال الوسائل المتعددة (Aldewan et al., 2013)، (Jabbar et al., 2023) الا ان بعض القائمين على المجال الرياضي بشكل عام والسباحة بشكل خاص نجد قلة استعمالهم للوسائل المتعددة اثناء عملية التعلم بالأسلوب الامثل حتى وقتنا هذا وتكمن اهمية الرسالة تكمن في تأثير استخدام تمرينات باستعمال الوسائل المتعددة تساعد القائمين على العملية التعليمية من استعمالها في تعليم الاداء الفني للسباحة الحرة للطلاب. (Abdulrasool et al., 2024)

### 1-2 مشكلة البحث :

تشهد الفترة الحالية محاولات لتطوير التعليم ، وكان من ضمن اولويات هذه المحاولات هي العملية التعليمية باعتبارها عملية شاملة تتناول جميع جوانب الشخصية للمتعلم و العملية التربوية حصيلة جهود مبذولة من قبل عدد كبير من الدارسين والباحثين من أجل تطور ورفع المستوى المطلوب في المجالات كافة، تكمن مشكلة البحث في غياب دور الوسائل المتعددة في تعليم السباحة الحرة للطلاب ، لذلك وجدت الباحثة ان معظم الطلاب الذين يرومون التعلم يواجهون صعوبات كبيرة في اتقان المهارات بحسب التسلسل الخاص بها كالطفو والانسياب وحركات الذراعين والرجلين ولاسيما في بدايتها كون أن احواض السباحة هي محيط غريب عليهم ولوجود حالة الخوف من الوسط المائي واليأس في بعض الاحيان من عدم تعلم السباحة، ومن جانب اخر فقدان اوقلة للكثير من المدرسين والمتعلمين الى ادخال الوسائل المتعددة استخدامها في التعليم التي بالمقابل تجعل عملية التعلم اسهل لدى المتعلمين ، والدخول في الاحواض مباشرة يؤدي الى عدم الادراك والحس بالحركة بشكل سريع والتي تعدها الباحثة مشكلة تواجه القائمين بتعليم السباحة الحرة للطلاب ،لذلك ارتأت الباحثة من خلال ملاحظاته تلك استعمال تمرينات

خاصة باستعمال وسائط متعددة لتعليم أداء فعالية السباحة الحرة عن طريق تنفيذ تمارين خاصة مما لها دور مهم في عملية التعليم بالسباحة الحرة بالإضافة الى الوسائط المتعددة المستعملة لهذا الغرض.

### 1-3 أهداف البحث:

1. اعداد تمارين خاصة باستعمال الوسائط المتعددة على مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة للطلاب المرحلة الاولى/ جامعة بابل.

2. التعرف تأثير التمارين الخاصة بالوسائط المتعددة على مستوى الاداء لفعالية السباحة الحرة للطلاب المرحلة الاولى/جامعة بابل.

### 1-4 فرض البحث:

1. هناك فروق ذات دلالة احصائية للتمارين الخاصة بالوسائط المتعددة وفضلية التعليم لأداء فعالية السباحة الحرة للطلاب

### 1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الاولى / جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي (2022-2023).

1-5-2 المجال الزمني: (2022/11/5) لغاية (2023/3/15).

1-5-3 المجال المكاني: مسبح المدينة السندباد في محافظة بابل.

### 6 - المصطلحات:

#### الوسائط المتعددة:

هو مفهوم يعمل على دمج عناصر الوسائط المتعددة في برامج تعليمية على الحاسب الالى بشكل نصوص او وسائل تعليمية فعالة فهي تشبه الحاوية التي يمكن من خلالها التحكم بواسطة الكمبيوتر لاستخراج ماتضمنه ، وتعد الوسائط المتعددة موسوعة لإنتاج الشكال الجديدة من البرامج التعليمية التي تزود المتعلم بما يحتاجه من متطلبات .

#### 2- منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث: استعملت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين (المتكافئتين).

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية والمتمثلة بطلاب المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل والبالغ عددهم (87) طالب، اما عينة البحث تم اختيارها عشوائيا بطريقة القرعة اذ تم اختيار (20) طالب وبواقع (10) طلاب لكل مجموعة اذ تم تقسيمهم الى مجموعتين، كما تم تكافؤ العينة بالاختبارات المهارية الموضحة بالجدول رقم (1). وسبب اختيار العينة كونها لا تحتاج الى تكاليف مالية ويمكن السيطرة عليها من قبل الباحث .

#### 2-3 تكافؤ مجموعتي البحث :

لغرض التأكد من تكافؤ مجموعتي البحث قام الباحثة بأجراء تكافؤ مجموعتي باختبارات البحث القبليّة للمجموعتين التجريبية والضابطة، وكما يأتي:

(اختبار وضع القرفصاء واختبار وضع النجمة والانسياب) ، وللتحقق من تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات اعلاه فقد تم اجراء اختبار (ت) للعينات المستقلة وكما موضح في الجدول (1)

## الجدول (1)

يوضح التكافؤ بين مجموعتي البحث في الاختبارات القبالية

الاختبارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	sig	الدلالة الاحصائية	ت
	ع	س-	ع	س-				
الطفو بوضع النجمة	0.894	6	2.29	5.9	1.49	0.283	غير معنوي	1
الطفو وبوضع القرفصاء	1.024	5.5	0.877	5.6	1.89	0.388	غير معنوي	2
الطفر وبوضع الانسياب	1.01	6.7	1.04	6.6	2.12	0.711	غير معنوي	3

يتبين من الجدول (1) ان جميع الفروق غير معنوية وهذا يدل على التكافؤ.

2-4 وسائل جمع المعلومات والبيانات والاجهزة والادوات المستعملة في البحث الاختبار والقياس، الملاحظة، المقابلات الشخصية، مسبح مغلق (15م x 25م) المدينة المائية النجف الاشرف، حوض مائي مصمم للبحث (الوسيلة التعليمية المساعدة)، كاميرا تصوير فيديو عدد (2) (Canon)، حاسبة لاب توب نوع (hp)، جهاز قياس الوزن، شريط قياس، صافرة عدد (2)، اقراص (CD)، ستاند كامرة عدد (2)، صدرية او القمصلة(2)، اسطوانات النودلز(2)، الواح فلين (2)، ساعة توقيت.

## 2-5 اجراءات البحث الميدانية

## 2-5-1 التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (20/11/2022) في جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على عينة مكونة من (4) طلاب في تمام الساعة التاسعة صباحا على حوض السباحة الوسيلة التعليمية المصمم في جامعة الكوفة ووضع كاميرات التصوير وتنظيم عمل دخول الطلاب عن طريق سلم وكيفية الدخول الى الحوض والاشراف عليهم والوقت اللازم للعمل وكيفية استخدام الحوض للتعلم وبعد مرور (8) ايام تم اعدت التجربة بتاريخ (28/11/2022)

## 2-6 الاختبارات الخاصة بالبحث: (Miqdad &amp; Hassan, 2006)

وضعت الاختبارات التالية بعد عرضها على المختصين والتي تم الاتفاق عليها من قبلهم وحصلت على نسبة اكثر من 75% ومن حق الباحثة أخذ النسبة التي تراها مناسبة وهذه الاختبارات المتبعة رسمياً في تعلم السباحة الحرة، من خلال اطلاع الباحثة على متطلبات مادة تعلم السباحة واجراء المقابلات والبحث في المصادر العلمية تم ماياتي :

أولاً : اختبار وضع القرفصاء :

ثانياً : اختبار الطفو وبوضع النجمة

ثالثاً : اختبار الانسياب ( الانسياب الأمامي) :

رابعاً : اختبار الانسياب مع حركة الرجلين :

خامساً : اختبار الأداء الفني للسباحة الحرة :

2-7-7 الاسس العلمية للاختبارات:

2-7-7-1 صدق الاختبار:

صدق الاختبار معناه "ان الاختبار الصادق يقيس ما وضع لقياسه" (Mustafa, 1999) استعملت الباحثة الصدق الظاهري (صدق المحكمين) وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين , إذ تم عرض الاختبارات الخاصة في السباحة الحرة على السادة الخبراء وقد ثبت صدق الاختبارات والمقياس الظاهري بعد أن اتفق الخبراء على أنها تحقق الغرض الذي وضعت من أجله وكذلك ملائمتها للطلاب عينة البحث.

2-7-7-2 ثبات الاختبارات:

أوجدت الباحثة معامل الثبات وللاختبارات الخاصة للسباحة الحرة قيد الدراسة باستخدام الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار بفارق زمني (8) ايام وايجاد معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين وكما مبين في الجدول (2) .

### الجدول (2)

يبين قيمة معامل الثبات والموضوعية للاختبارات المستخدمة بالبحث

ت	الاختبارات	معامل الثبات	sig	معامل الموضوعية	sig
1	اختبار القرفصاء	0.90	0.000	0.84	0.000
2	اختبار النجمة	0.92	0.000	0.85	0.000
3	اختبار الانسياب (الانزلاق الامامي)	0.90	0.000	0.86	0.000
4	اختبار الانسياب مع حركة الرجلين	0.88	0.000	0.83	0.000
5	اختبار الاداء الفني للسباحة الحرة(15م)	0.84	0.000	0.80	0.000

## 2-7-3 موضوعية الاختبارات:

تعني الموضوعية "التحرر من التحيز والتعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر من الباحثة من أحكام" (Marwan, 2000).

وقد أوجدت الباحثة الموضوعية للاختبارات على الرغم من كونها واضحة وسهلة الفهم من قبل أفراد العينة عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين إذ تم اختيار الاختبارات التي حصلت على أعلى نسبة وذلك لاختيارها من أكثر من خبير فضلاً عن كون هذه الاختبارات مقننة وتعتمد على وحدات قياس لا يمكن التلاعب بها.

## 2-8 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية في مسيح السندباد (محافظة بابل) على المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد اعطاء وحدات من تعليم مهارة السباحة الحرة خارج الحوض وداخل الحوض منها تحديد كيفية الشروع بنقطة بداية واحدة لعينة البحث في بتاريخ 2022/11/30 في تمام الساعة التاسعة صباحاً , إذ تم تصوير الاختبارات بألة تصوير فيديو نوع (Canon), وتم ضبط جميع المتغيرات من حيث الوقت والأدوات والأجهزة وكذلك فريق العمل المساعد ليتم تطبيقها عند إجراء (الاختبار البعدي) أي بعد تنفيذ المنهج التعليمي وتم إجراء الاختبارات على عينة البحث والبالغ عددها (20) طالب , إذ قام الباحثة وبمساعدة فريق العمل المساعد بتطبيق الاختبارات بحسب تسلسل وضع مسبقاً , إذ تم توزيع الاختبارات, وتم اختبار الأوضاع الثلاث ( وضع القرفصاء, وضع النجمة, وضع الانسياب) لمجموعتي البحث.

## 2-9 تمارينات خاصة باستخدام وسائط متعددة :

اشتمل المنهج على (10) وحدات تعليمية بواقع (90) دقيقة لكل وحدة تعليمية اشتملت على تقسيمات ما تتطلبه الوحدة التعليمية بدء البرنامج بتاريخ (2022/12/1) ولغاية (2023/2/15) وكما يأتي:

### التحضير:

اشتمل على الاحماء وتسجيل الاسماء وتوزيع الطلاب والاستحمام قبل الدخول الى الحوض واستغرق (15 دقيقة).

### الجزء الرئيسي:

اشتمل هذا الجزء على مجموعة من التمارين خارج الحوض والتي اشتملت على تمارين تتعلق بالمهارة والاداء للتمارين الاعدادية لرفع المستوى البدني و التحضيري للدخول الى الحوض. وتشتمل على حركات الرجلين والذراعين وعملية التنفس باستخدام العرض المرئي او عارضة التدريب وكذلك خلال اداء مهام التعليمية خارج الحوض تتعلق بالأداء الحس حركي لتعلم مهارات السباحة الحرة واستغرقت زمناً لا يقل عن (15 دقيقة) .

اما في داخل الحوض فقد تم اجراء تمارين حس حركية تتعلق بأداء المهارة على وفق ما يتطلبه الاداء وقد تم وضع تمارين خاصة بتعلم مهارة التنفس مع حركات الرجلين وربطهما بحركة السباحة باستخدام الحوض الخاص بتعلم السباحة الحرة الذي سيتم شرحه لاحقاً واستغرق هذا الجزء (45) دقيقة وان مجموع ما يؤدي الطالب في القسم الرئيسي بلغ (60 دقيقة) تعليمية مقسمة على (15 دقيقة) خارج الحوض (45 دقيقة) داخل الحوض و الذي يعنى بتطبيق التمارين التي تم التعلم عليها خارج الحوض .

### الجزء الختامي:

وهو اشتمل على تمارين تتعلق بإزالة التوتر والجهد على الطلاب واستغرق (15 دقيقة) , لكل وحدة تعليمية.

## 10-2 الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي تم إجراء الاختبارات البعدية في يوم الاحد الموافق 16 / 2 / 2023 لعينة البحث، إذ قام الباحثة بأجراء الاختبار البعدي على الاختبارات الخاصة للسباحة الحرة موضوعة البحث وهي كل من (القرفصاء - النجمة - الانسياب) في مسبح المدينة المائية (النجف الاشرف)، وذلك بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات تعليمية باستخدام التمرينات الحس حركية، إذ تم تصوير الاختبارات بآلة تصوير فيديو نوع (Canon) مقارنة للاختبار القبلي.

## 11-2 الوسائل الإحصائية:

بعد جمع البيانات والمعلومات التي قام الباحثة بأجراء التحليلات الإحصائية:

1- الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، قانون (t-test) للعينات المستقلة والمتناظرة.

3- عرض نتائج المجموعتان تحليلها ومناقشتها

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها للمجموعة الضابطة:

3-1-1 عرض نتائج اختبارات وضع (القرفصاء\_ النجمة\_ الانسياب) للمجموعة الضابطة و تحليلها للاختبارين القبلي و البعدي:

### الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي في وضع (القرفصاء\_ النجمة\_ الانسياب)

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	sig	الدالة
	وسط	انحراف	وسط	انحراف			
وضع القرفصاء	6ثا	0.92	10.3ثا	0.98	9.09	0.000	معنوية
وضع النجمة	5ثا	1.08	10.60ثا	1.17	11.12	0.000	معنوية
وضع الانسياب	7.2م	1.61	10.60م	0.69	5.49	0.000	معنوية

## 3-2 مناقشة نتائج اختبارات المجموعة الضابطة:

يشير الجدول (3) الى وجود تطور للمجموعة الضابطة في الاختبارات الثلاث (القرفصاء والنجمة والانسياب) ولصالح الاختبارات البعدية , الامر الذي يعزوه الباحثة الى ان هذا التطور الذي حصل لدى الطالب كان نتيجة استخدام الوحدات التعليمية ساعدة على اداء مهارة السباحة بالشكل الايجابي (Al-Diwan et al., 2007). اذ كان للوحدات التعليمية تأثير على افراد الضابطة ويعزو ذلك الى المنهج المتبع من قبل مدرس المادة الذي كان له الاثر الواضح على تعليم افراد المجموعة

الضابطة لمهارة السباحة الحرة والذي تحقق من خلال تعلم مستويات مختلفة في رياضة السباحة الحرة. وهذا ما يتطلب من السباح إتقان المهارة بالشكل الجيد حتى يتغلب على الصعوبات التي يواجهها في اثناء الاداء. ومن المعروف ان الكثير من الطلاب يعرفون عن السباحة بسبب عدم توفر احواض السباحة او خطورة الانهر , مما يؤدي الى صعوبة في التعلم في المراحل المتقدمة من العمر وهذا ما يواجهه المدرس في اثناء عملية التعلم. وكذلك عدم توفر الادوات والوسائط المتعددة التي تساعد المدرس من اختصار في الوقت والجهد في اثناء اداء الواجب التعليمي. (Ameer et al., 2021)

#### الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والدرجة الجدولية للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي في وضع (القرفصاء\_النجمة\_الانسباب)

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	Sig	الدلالة
	وسط	انحراف	وسط	انحراف			
القرفصاء	5.9	1.59	12.60	0.99	10.01	0.000	معنوية
وضع النجمة	5.6	0.84	12.10	1.37	14.33	0.000	معنوية
وضع الانسياب	6.6	1.07	13.20	0.63	19.41	0.000	معنوية

#### 4-4 المناقشة للنتائج البحثية لأفراد للتجريبية:

يشير الجدول (5) الى وجود تحسن في النتائج لأفراد التجريبية في الاختبارات الثلاث (القرفصاء والنجمة والانسباب) وكانت هناك ايضا دلالة احصائية لدى المجموعة الضابطة في الاختبارات المذكورة ولكن بدرجة اقل من المجموعة التجريبية, والامر الذي تعزوه الباحثة الى ان هذا التطور لدى المجموعة التجريبية نتيجة استخدام وسيلة تعليمية جديدة (Mohan et al., 2024) مع استخدام وحدات تعليمية تتضمن تمارين حركية ساعدة المتعلم على اداء مهارة السباحة الحرة بشكل إيجابي (Musharraf & Al-Hadithi, 2022), اذ ان الوسيلة التي استعملتها الباحثة كانت اكثر سرعة لعملية التعلم للطلاب وكانت اكثر تشويق واثاره وابعاد حالة القلق او الخوف وزيادة ثقة المتعلم , وكذلك خفض التوتر النفسي لدى افراد المجموعة , وكما تذكر دراسة (Hoda, 2005). حول وجود توتر نفسي لدى اللاعبين وهذا ما وجدته الباحثة لدى طلاب المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة \_ جامعة بابل ان عدم تعلم مهارة السباحة وهم في هذه المرحلة المتقدمة من العمر. بسبب عدم توفر بيئة تعليمية نشطة تساعد المتعلم على التعلم وتصحيح مسار الحركة لدى المتعلم . وترى الباحثة هناك اسباب اخرى لدى ( عينه البحث) :

- صعوبة حركات مهارة السباحة الحرة والمحيط المائي الجديد الذي لم يسبق للطلاب الدخول فيه فضلا عن عدم وجود تجهيزات حماية وامنة كل ذلك يزيد التوتر لدى الطلاب.
- الخوف من الغرق والتعرض للأذى والقلق من الاداء يجعل الطالب متوترا.
- ضعف الرغبة والتفكير السلبي لدى الطلاب نحو ممارسة رياضة السباحة. (Oudah et al., 2022)

- قلة احواض السباحة ما ادى الى انعدام فرصة مزاولة السباحة من قبل افراد المجتمع والتعرف على هذا النوع من النشاط البدني.

4-5 عرض النتائج الاختبار البعدي و تحليلها و مناقشتها للمجموعتين الضابطة والتجريبية :

4-5-1 عرض نتائج اختبارات وضع (القرفصاء \_النجمة \_الانسياب \_الانسياب مع حركة الرجلين \_السباحة الحرة 15م) للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي:

#### الجدول (5)

يبين الأوساط والانحرافات وقيم (t) المحسوبة للمجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية وضع (القرفصاء \_النجمة \_الانسياب \_الانسياب مع حركة الرجلين \_سباحة حرة 15م)

الاختبار	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	sig	الدالة
	وسط	انحراف	وسط	انحراف			
وضع القرفصاء	10.3	0.98	12.60	0.99	5.982	0.000	معنوية
وضع النجمة	10.60	1.17	12.10	1.37	2.629	0.000	معنوية
وضع الانسياب	10.60	0.69	13.20	0.63	6.408	0.000	معنوية
وضع الانسياب مع حركة الرجلين	10.26	1.66	12.92	0.89	4.70	0.000	معنوية
سباحة حرة 15م	17.19	0.91	11	0.88	7.81	0.000	معنوية

#### 3-6 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة و التجريبية :

يشير الجدول (6) الى وجود تطور في نتائج المجموعة التجريبية في الاختبارات (القرفصاء , النجمة , الانسياب ,والانسياب مع حركة الرجلين , سباحة حرة 15م) لوحظ تحسن لأفراد للمجموعة الضابطة وبدرجة اقل , وتغزو الباحثة ذلك الى تأثير استعمال التمرينات الحس حركية التي وضعت ضمن الوحدات التعليمية وكان له الاثر الواضح على تعليم افراد المجموعة التجريبية لمهارات السباحة الحرة والذي تحقق من خلال انخفاض مستوى التوتر وحالة القلق والخوف لدى افراد عينة البحث, وزيادة مستوى الثقة بالنفس لدى الطلاب , فضلا عن تنمية روح الارادة والتحدي مما ادى الى كسر حاجز الخوف والاصرار على تعليم مهارة السباحة الحرة , وهذا ما تم تطبيقه من قبل الباحثة عند اعداد الوسيلة التي ساعدت على تعزيز الثقة والاحتفاظ بنوع من الهدوء والاطمئنان تحت ضغوط الخوف من الماء والدخول في حوض السباحة وترى الباحثة ان اداء الحركة او المهارة وبشكل متكرر سوف يفرز الرؤية الاكثر دقة لمسار الحركة المعينة, لان ذلك سيحفز التغيرات البدنية والذهنية تلك التي تظهر من خلال المشاهدة والمنافسة التي تصاحب عرض المهارة (LAMYAA et al., 2020b), ( M. A. A. Kadhim et al., 2024) وبالتالي عندما يكون التعليم متضامنا على حركات وتمرين تتلافى فيها القابليات الذهنية والبدنية وتفسيرها

بنجاح فأن ذلك يفيد تهيئتها لاستخدامها بفعالية في اثناء ضغط المتعلم في حوض السباحة , وبمعنى اخر ان تنفيذ التمرينات الحس حركية الذي يكون عن طريق استخدام الوسيلة التعليمية التي عدها الباحثة سيزيد من قابلية المتعلم تجاه خفض حالة الخوف والتوتر ومساعدة على اخذ الاوضاع بصورة مريحة واكثر سهولة ومرونة وبالتالي تعليم مهارة السباحة الحرة. ( M. A. Kadhim et al., 2021)

#### 4-1 الاستنتاجات:

1. ان التمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية المساعدة كان له الدور الفعال والايجابي في تمكن المجموعة التجريبية من تعلم المهارات الاساسية في السباحة الحرة.
2. ان التمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية ساعدة في اختصار الوقت في تعليم مهارة حركة الرجلين والطفو للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة.
3. يلاحظ من نتائج البحث ان المجموعتين قد تطورت في أداء مهارات (والذراعين والرجلين) وبتباين في هذا التطور ولصالح القياسات البعدية.
4. إن استخدام التمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية قد طورت حركة (الرجلين والذراعين والطفو) في التسلسل الصحيح.

#### 5-2 التوصيات

1. اعتماد تمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة كا اسطوانات النودلز، الواح الفلين، فور ارم،مقابض يدوية، لو الساق، عرض مرئي، والوسيلة التعليمية عند تعلم مستويات مختلفة في فعالية السباحة الحرة.
2. ضرورة اهتمام المدربين بتعلم السباحة الحرة باستخدام تمرينات بوسائل تعليمية مختلفة.
3. اجراء بحوث تطبيقية مشابهة ومكاملة وفقا لتمرينات الخاصة باستعمال الوسائط المتعددة والوسيلة التعليمية في رياضة السباحة من اجل الارتقاء بعملية التعلم.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلاب المرحلة الأولى / جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

#### تضارب المصالح

تعلم المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

صفية احسان كامل <https://orcid.org/0009-0004-1240-2768>

## References

- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41. <https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Al-Diwan, L. H., Ghazi, M., & Qader, A. A. (2007). Evaluating practical education for fourth-year students in the College of Physical Education University of Basra from the students' point of view. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 20.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 3(32), 9.
- Hoda, J. M. A.-B. (2005). *Building and codifying a measure of psychological stress among advanced players in team games* [Master's thesis]. University of Babylon.
- Jabbar, H. K., Hassan, L. M., & Ali, M. M. (2023). Mind mapping strategy and its impact on learning some basic tennis skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.453>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeeedu.20241301.12>
- Kadhim, M. A., Aldewan, L. H., & Azzal, Y. H. (2021). The effectiveness of the formative learning model in raising the level of cognitive achievement of swimming subject for first-stage students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 69, 11–22. <https://www.iasj.net/iasj/article/213027>
- LAMYAA, H. M. A.-D., Mustafa, A. R. K., & Yassin, H. A. (2020a). The Effect of Constructive Learning Model in Teaching the Constructive Learning of Freestyle Swimming for First Grade Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 63. <https://www.iasj.net/iasj/article/205247>
- LAMYAA, H. M. A.-D., Mustafa, A. R. K., & Yassin, H. A. (2020b). The effect of teaching according to the Realistic Learning Model in teaching the technical performance of freestyle swimming for first grade student Abstract. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 62.
- Marwan, A. M. I. (2000). *Foundations of scientific research for preparing university theses* (1st edition). Al-Wazzan Publishing and Distribution Foundation.

Miqdad, A.-S. J., & Hassan, A.-S. J. (2006). *Modern Olympic Swimming*. Al-Zaki Press.

Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al-Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 34(1), 17–27.  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.469>

Musharraf, M. A. J., & Al-Hadithi, K. I. S. (2022). The effect of exercises using the method of learning for mastery and performance simulation tools in developing the skills of standing on the hands and the human wheel for the floor movements carpet in the artistic gymnastics for men. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(5).

Mustafa, B. (1999). *Scientific Transactions between Theory and Application*. Al-Kitab Publishing Center.

Oudah, M. J. , Aldewan, L. H., & Hchaya, H. M. (2022). Building a Scale of Systems Thinking in Tennis. . *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2), 18–27.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.341>



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The sportsmanship level of the Palestinian national football team players

Ghaith Nasief <sup>1</sup>  

Palestine Technical University –Kadoorie, Tulkarm

### Article information

#### Article history:

Received 13/5/2024

Accepted 27/5/2024

Available online 15, mar, 2024

#### Keywords:

Sportsmanship, Palestinian national football team. football

### Abstract

The study aimed to assess the level of sportsmanship among players of the Palestinian national football team and to identify differences in sportsmanship based on variables such as experience playing for the team, educational qualification, and place of residence. The methodology used was descriptive survey, and a questionnaire was employed as a measuring tool on a purposive sample of 23 players, representing the entire population. The results showed that the level of sportsmanship among players of the Palestinian national football team was high. Additionally, there were no significant differences in the study variables (experience playing for the team, educational qualification), nor were there differences based on the variable of place of residence, except in the area of respect for social traditions, where it favored the village. The researcher recommended the necessity of enhancing sportsmanship among players of the Palestinian national football team, as well as developing specialized programs to promote sportsmanship and develop sporting values among players.





## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم

غيث ناصيف<sup>1</sup>

جامعة فلسطين التقنية - خضوري، طولكرم

#### الملخص

هدفت الدراسة التعرف الى مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني، والتعرف الى الفروق في الروح الرياضية تبعا لمتغيرات (خبرة اللعب في المنتخب، المؤهل العلمي، مكان السكن)، والمنهج المستخدم هو المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، كما استخدمت الاستبانة كأداة للقياس على عينة قصدية بلغت 23 لاعبا وهي تمثل كامل المجتمع. أظهرت النتائج ان مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني كان مرتفعا، كذلك عدم وجود فروق في متغيرات الدراسة (خبرة اللعب في المنتخب، المؤهل العلمي) وكذلك عدم وجود فروق وفقا لمتغير مكان السكن باستثناء مجال احترام التقاليد الاجتماعية حيث كانت لصالح القرية. وأوصى الباحث بضرورة تعزيز الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم، كذلك تطوير برامج متخصصة لتعزيز الروح الرياضية وتطوير القيم الرياضية بين اللاعبين.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/5/13

القبول: 2024/5/27

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

#### الكلمات المفتاحية:

الروح الرياضية، المنتخب الوطني الفلسطيني، كرة القدم

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

تُعتبر الروح الرياضية من القيم الأساسية التي يجب أن يتحلى بها لاعبو المنتخبات، لما لها من تأثير إيجابي كبير على الرياضة بشكل عام وعلى اللاعبين أنفسهم بشكل خاص. حيث تُشجع الروح الرياضية على الالتزام بالقواعد والابتعاد عن السلوكيات غير الأخلاقية، مما يضمن منافسات نزيهة وعادلة بين الفرق، تتعزز العلاقات الجيدة بينهم سواء كانوا في الفريق نفسه أو فرق منافسة، مما يؤدي إلى بيئة رياضية صحية وممتعة.

فالروح الرياضية هي جوهر الرياضة الحقيقية والتميزة، حيث أنها تشمل قيماً كثيرة مثل الانضباط والاحترام والتضامن والنزاهة، فهي تعكس السلوك الرياضي النبيل والمسؤول، فعندما يتحلى الرياضيون والمدربون والمشجعون بالروح الرياضية؛ فإن ذلك ينعكس بشكل إيجابي على البيئة الرياضية بأكملها ويساهم في بناء مجتمع رياضي أكثر تلاحماً وتواصلاً وتقدماً. لذا يُمكن اعتبار الروح الرياضية إحدى اللبنات المهمة في بناء المجتمع (Ozsari, 2018)، فهي تركز بشكل أساسي على اتباع مجموعة من المبادئ الأخلاقية في البيئة الرياضية، حيث من المفترض ان يحترم جميع الرياضيين زملائهم في الفريق والمنافسين والمدربين والتحلي بالروح الرياضية (MANDOOBMAKKIATI & ABED, 2024)

فالروح الرياضية هي التصرف وفقاً للقواعد والقتال في نطاق اللعب النظيف. إن وجود سلوك الروح الرياضية أو عدمه له آثار إيجابية على جميع الشرائح في الميدان وبيئة المنافسة أو سلبية، فدائرة الأصدقاء، وخاصة الأسرة والمدرّب، هي الجهات المعنية التي تؤثر على الروح الرياضية. وأخيراً، تظهر السلوكيات غير الرياضية لأسباب عدة مثل سلوكيات المدرّب، واستنزاف الفريق المنافس، والإصابة (Gorgut & Tutkun, 2023) (Mousa et al., 2019)

ويرى (Elendu & Dennis, 2017) ان مفهوم السلوك الرياضي والروح الرياضية، والذي يشير إلى احترام زملاء الفريق والمنافسين والحكام الرياضيين وغيرهم من المشاركين في الرياضة قبل بدء المسابقات الرياضية واثناءها وبعدها داخل إطار مبادئ اللعب النظيف، يعبر عنه بمجموعة من السلوكيات تظهر في جميع بيئات الرياضة.

كما أن الروح الرياضية توفر للرياضيين فرصاً مثالية لتحسين سلوكهم بما في ذلك تنمية الشخصية، ووحدة الفريق، واللعب النظيف، والانضباط، والاحترام، وتحديد الأهداف (Yıldız, 2019)

ويرى الباحث ان اللاعبين الذين يظهرون روحاً رياضية يصبحون قدوة للشباب والجماهير، ويشجعونهم على تبني نفس القيم في حياتهم اليومية، كما أن الروح الرياضية تعزز من العمل الجماعي والتعاون بين أعضاء الفريق، مما يمكن الفريق من الأداء بشكل أفضل وتحقيق النجاحات.

ويرى (Bolter et al., 2018) أن تعزيز الروح الرياضية يُعد هدفاً مشتركاً للرياضة وفصول الرياضة والعديد من المنظمات الرياضية للشباب. حيث يلعب المعلمون والمدربون على وجه الخصوص دوراً رئيسياً في تحقيق هذه الغاية. ويؤثر في مستوى الروح الرياضية لدى اللاعبين مجموعة من العوامل منها: السلوك القيادي للمدربين (Ali, 2018)، واللعبة (Badran et al., 2017) و (Joyner & Mummery, 2005)، والتعصب الرياضي (Mansouri et al., 2022)، وسمات الشخصية للاعبين (Dorak, 2015)، وعمر اللاعبين (Manouchehri et al., 2015)، والبرامج التربوية (Stewart, 2014)، وتحقيق الذات والدافعية لدى اللاعبين (Monacis et al., 2013)، والتوجهات نحو تحقيق الأهداف ومناخ الدافعية لدى اللاعبين (Gonçalves et al., 2010)، والجنس والمستوى الرياضي والخبرة واللعبة (Chantal & Bernache-Assollant, 2003)،

والأساس النظري الذي بنيت عليه المقاييس لقياس الروح الرياضية (Perry et al., 2015) إضافة إلى سلوكيات الحكام، والجمهور، والمدربين، والبيئة الاجتماعية والأخلاقية المحيطة باللاعبين (Shields et al., 2007). فمن خلال ما تقدم تظهر أهمية الروح الرياضية ودورها البارز في بناء وتطوير شخصية اللاعبين وتنمية الصفات الإيجابية لديهم، مثل: ضبط الانفعالات واحترام الآخرين والقوانين والتعليمات والأنظمة التي تُعد جزءاً أساسياً من الروح الرياضية. (Nazzal, 2013)

### 1-2 مشكلة البحث

تُعد الروح الرياضية من الجوانب الهامة في المجال الرياضي، حيث تعكس السلوك الإيجابي والتنافس الشريف بين اللاعبين، لذا فإن الالتزام بمبادئ الروح الرياضية لا يعزز فقط الأداء الجماعي والتفاعل الإيجابي مع الفرق الأخرى، بل يساهم أيضاً في تحسين صورة المنتخب على الصعيد المحلي والدولي، ويعكس قيم الصمود والتعاون التي يعتز بها الشعب الفلسطيني. كما وتواجه الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني تحديات متعددة تؤثر على أدائهم الجماعي وصورتهم في المحافل الرياضية ومن خلال خبرة الباحث العلمية والعملية في المجال الرياضي لاحظ ظهور مؤشرات على تراجع مستوى الروح الرياضية بين لاعبي المنتخب، مما يؤثر على الأداء الجماعي والتفاعل مع الفرق الأخرى والحكام، ويزيد من حالات الاحتجاج والمشاحنات بين اللاعبين. هذا التراجع قد يؤثر على نتائج المباريات مما يؤدي إلى فرض عقوبات على الفريق. لذا ارتأى الباحث القيام بإجراء هذه الدراسة.

### 1-3 أهداف البحث

هدف البحث الى التعرف على:

- 1- مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم.
- 2- الفروق في مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم وفقاً لمتغيرات (خبرة اللعب في المنتخب، مكان السكن، المؤهل العلمي).

### 1-4 تساؤلات البحث

- 1- ما مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم؟
- 2- هل توجد فروق دالة احصائياً لدى عينة البحث في مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم تعزى لمتغيرات البحث (خبرة اللعب في المنتخب، المؤهل العلمي، مكان السكن).

### 2- إجراءات البحث

#### 2-1 المنهج:

تم استخدام المنهج الوصفي بصورته المسحية لملائمته لأغراض هذا البحث.

#### 2-2 مجتمع البحث وعينه:

تكون مجتمع وعينة البحث من جميع لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني والمسجلين في الكشوفات الرسمية لمباراة منتخب فلسطين مع منتخب بنغلادش ضمن تصفيات كأس اسيا وكأس العالم المزدوجة والتي أقيمت بتاريخ 2023/3/26، حيث تم اختيارها بطريقة عمدية، والجدول I يوضح توزيع العينة حسب متغيراتها.

**الجدول (1)**

يوضح أفراد عينة البحث حسب متغيراتها

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
خبرة اللعب في المنتخب	أقل من 6 سنوات	14	60.9
	6-سنوات فاكتر	9	39.1
	المجموع	23	100.0
المؤهل العلمي	دبلوم فافل	15	65.2
	بكالوريوس فاعلى	8	34.8
	المجموع	23	100.0
مكان السكن	مدينة	11	47.8
	قرية	12	52.2
	المجموع	23	100.0

**3-2 أداة البحث**

استخدم الباحث مقياس الروح الرياضية والذي تم تطبيقه في البيئة الفلسطينية من قبل (Omar, 2020) (Al-Qaddoumi, 2015)، وتم التأكد من تحقيق شروطه العلمية ليكون مناسباً للتطبيق في البيئة الفلسطينية، حيث تكون من (25) فقرة موزعة على خمس مجالات بالتساوي. والملحق رقم (1) يبين ذلك.

**1-3-2 صدق أداة البحث**

يعد مقياس الروح الرياضية صادقا في قياس ما وضع لأجله ومناسبا للتطبيق، حيث تم التأكد من صدقه في دراسة (Al-Qaddoumi, 2015) التي استخدمت صدق المحكمين. ولتفسير النتائج اعتمدت المتوسطات الحسابية الاتية: كما في الجدول 2.

**جدول (2)**

المتوسط الحسابي ومستوى الدلالة للاستجابات

مستوى الاستجابة	المتوسط الحسابي
منخفضه جدا	(من 1 الى 1.80)
منخفضه	(من 1.81 الى 2.60)
متوسطه	(من 2.61 الى 3.40)
مرتفعة	(من 3.41 الى 4.20)
مرتفعة جدا	(من 4.21 الى 5)

**2-3-2 ثبات أداة البحث**

تم استخدام معامل الثبات لمحاور أداة البحث من خلال كرونباخ الفاء، والجدول 3 يظهر ذلك.

## الجدول (3)

معامل الثبات لمقياس الروح الرياضية ومجالاته.

مجال الروح الرياضية	عدد الفقرات	معامل الثبات
مجال احترام التقاليد الاجتماعية	5	0.82
مجال احترام الأنظمة والقوانين	5	0.82
مجال الالتزام الكامل بالمشاركة الرياضية	5	0.91
مجال الحرص على احترام المنافس	5	0.73
مجال النهج الإيجابي تجاه الرياضة	5	0.90
<b>الثبات الكلي لمقياس الروح الرياضية</b>	<b>25</b>	<b>0.904</b>

يتبين من الجدول (3) ان معامل الثبات الكلي للمقياس وصلت (0.904)، وتراوح قيم الثبات للمجالات ما بين (0.73-0.90) وهي نسب ثبات عالية وتفي بأغراض الدراسة.

## 2-4 الدراسة الأساسية

قام الباحث بتطبيق مقياس الروح الرياضية على لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني وذلك في الفترة 2024/3/23 - 2024/4/23.

## 2-5 الأساليب الإحصائية

بعد جمع أداة البحث من افراد العينة الأساسية تم ترميز البيانات وبعد ذلك تم إدخالها الى الحاسب الالى وتحليلها باستخدام برنامج (SPSS) للوصول الى النتائج.

## 3- عرض ومناقشة النتائج

## 3-1 عرض نتائج التساؤل الأول ومناقشته

ما مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم؟  
خلاصة نتائج التساؤل الأول:

## الجدول (4)

المتوسط والمستوى والانحراف لمجال النهج الإيجابي تجاه الرياضة (ن=23)

الترتيب	الدرجة	الانحراف المعياري	متوسط الاستجابة*	المجال	الرقم
الثالث	كبيرة	0.79	3.46	مجال احترام التقاليد الاجتماعية	1
الرابع	كبيرة	0.59	4.06	مجال احترام الأنظمة والقوانين	2
الثاني	كبيرة جدا	0.58	4.54	مجال الالتزام الكامل بالمشاركة الرياضية	3
الخامس	متوسطة	0.66	3.22	مجال احترام المنافس	4
الاول	كبيرة جدا	0.54	4.60	مجال النهج الإيجابي تجاه الرياضة	5
-	كبيرة	0.43	3.97	الدرجة الكلية لمقياس الروح الرياضية	

يتبين من جدول (4) ان المستوى الكلي لمستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم كان كبيرا وبمتوسط (3.97) اما على مستوى المجالات فكانت ما بين متوسطة الى كبيرة جدا على المجالات، حيث تراوحت متوسطات المجالات ما بين (3.22-4.60)، حيث أعلى استجابة كان على مجال (النهج الإيجابي تجاه الرياضة) بمتوسط (4.60)، يليه

مجال (الالتزام الكامل بالمشاركة الرياضية) بمتوسط (4.54)، ويليه مجال (احترام التقاليد الاجتماعية) بمتوسط (3.46)، ويليه مجال (احترام الأنظمة والقوانين) بمتوسط (4.06)، بينما كانت أقل استجابة على مجال (احترام المنافس) بمتوسط (3.22). ويعزو الباحث ارتفاع مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الى ان هؤلاء اللاعبين يمثلون نخبة الرياضيين في لعبة كرة القدم في فلسطين ويمتلكون اعلى مستوى مهاري وخططي ونفسي، كما ان المنتخبات الوطنية تمثل مرآة المجتمع في الخارج يجب ان يمتلكوا قيم تتعلق باحترام القوانين والانظمة والسلوكيات الجيدة والتعاون والاحترام والاتصال والتواصل ومعرفة الدور الذي سيشغله اللاعب بعد اختياره في المنتخب، وتعد هذه القيم اساسيات في تكوين الروح الرياضية لدى اللاعب وانعكاسها مع الاخرين وتتفق هذه الدراسة مع دراسة كل من (Al-Tai, 2022) و (Haih, 2015) ودراسة (Al-Qaddoumi, 2015) ودراسة (Esa, 2015) التي أظهرت ان مستوى الروح الرياضية كان مرتفعاً، كما ان للقيادة القوية داخل الفريق تأثير كبير ودور مهم في توجيه الفريق نحو أهدافه بثقة وتفاهم، حيث يُعتبر الجهاز الفني والإداري العمود الفقري ولهم دور مهم في احترام القوانين والانظمة وبناء الثقة والتفاهم والتواصل الفعال بين اللاعبين وتعزيز الروح الجماعية. كما يلعب التدريب الجيد دوراً هاماً في تطوير المهارات الاجتماعية والجوانب النفسية والرياضية للفريق، بالتالي تعزز الانضباط والروح الرياضية. كما ان تعزيز القيم الرياضية كالاحترام والتعاون والتواصل والثقة بين اعضاء الفريق يساهم في بناء بيئة رياضية إيجابية تعزز الروح الرياضية يساهم في بناء فريق متميز يتمتع بروح رياضية عالية وقادر على تحقيق النجاح. فيما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Omar, 2020) التي اشارت الى ان مستوى الروح الرياضية كان مرتفع جدا لدى لاعبي كرة السلة في فلسطين ومع دراسة (Tsai & Fung, 2005) التي اشارت الى تدني مستوى الروح الرياضية. (Al-Qaddoumi et al., 2022)

### 3-2 عرض نتائج التساؤل الثاني ومناقشته

هل توجد فروق دالة احصائيا لدى عينة البحث في مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم تعزى لمتغيرات البحث (خبرة اللعب في المنتخب، المؤهل العلمي، مكان السكن).

### 3-2-1 متغير خبرة اللعب في المنتخب

#### جدول (5)

اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) لدلالة الفروق في متغير خبرة اللعب في المنتخب ومجالات الروح الرياضية

(ن=23)

المجالات	متغير خبرة اللعب في المنتخب ومستوياته	التكرار	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة*
مجال احترام التقاليد الاجتماعية	6 سنوات فأقل	14	11.54	161.50	56.50 0	-0.412-	0.688
	6سنوات فأكثر	9	12.72	114.50			
مجال احترام الأنظمة والقوانين	6 سنوات فأقل	14	12.54	175.50	55.50 0	-0.479-	0.643
	6 سنوات فأكثر	9	11.17	100.50			

0.643	-0.516-	55.00 0	160.00	11.43	14	6 سنوات فأقل	مجال الالتزام الكامل بالمشاركة الرياضية
			116.00	12.89	9	6 سنوات فاكثر	
0.477	-0.738-	51.50 0	179.50	12.82	14	6 سنوات فأقل	مجال احترام المنافس
			96.50	10.72	9	6 سنوات فاكثر	
0.688	-0.422-	56.50 0	161.50	11.54	14	6 سنوات فأقل	مجال النهج الإيجابي تجاه الرياضة
			114.50	12.72	9	6 سنوات فاكثر	
0.688	-0.411-	56.50 0	161.50	11.54	14	6 سنوات فأقل	الدرجة الكلية للروح الرياضية
			114.50	12.72	9	6 سنوات فاكثر	

تُظهر نتائج الجدول (5) عدم وجود اختلاف في مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب وفقا لمتغير خبرة اللعب في المنتخب. ويعزو الباحث ذلك قد يكون الى ان هؤلاء اللاعبين هم لاعبو النخبة في فلسطين وهذه الفئة من اللاعبين تتميز بالهدوء والتركيز والتحكم بالانفعالات وضبط الاعصاب في مختلف المواقف والقدرة على اللعب تحت الضغط وتقبل مختلف قرارات الحكام وذلك لكثرة المواقف التي تعرضوا لها في حياتهم الرياضية مما ساهم في صقل شخصياتهم والتزامهم الأخلاقي مما اثر إيجابيا في رفع مستوى الروح الرياضية لديهم، كما يعزو الباحث ذلك الى اهتمام الاتحاد المحلي وتشجيعه للعب النظيف والمنافسة الشريفة واحترام المنافس والقانون والحكام خاصة بعد ظهور جوائز اللعب النظيف ساهم في ارتفاع الروح الرياضية. وهذا يتفق مع دراسة (Omar, 2020) التي أظهرت عدم وجود اختلاف وفقا لمتغير المشاركة الخارجية للاعبين، بينما اختلفت مع دراسة (Tsai & Fung, 2005) بان أصحاب السن الأكبر بحكم الخبرة تكون الروح الرياضية لديهم اعلى. (Musharraf et al., 2022)

### 3-2-2 متغير المؤهل العملي

#### جدول (6)

اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) لدلالة الفروق في متغير المؤهل العلمي ومجالات الروح الرياضية (ن=23)

مستوى الدلالة*	قيمة Z	قيمة U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	التكرار ر	متغير المؤهل العلمي ومستوياته	المجالات
0.265	-1.137-	42.50 0	162.5 0	10.83	15	دبلوم فأقل	مجال احترام التقاليد الاجتماعية
			113.5 0	14.19	8	بكالوريوس فأعلى	
0.875	-0.196-	57.00 0	177.0 0	11.80	15	دبلوم فأقل	مجال احترام الأنظمة والقوانين

			99.00	12.38	8	بكالوريوس فأعلى	
0.357	-0.959-	45.50 0	165.5 0	11.03	15	دبلوم فإقل	مجال الالتزام الكامل بالمشاركة الرياضية
			110.5 0	13.81	8	بكالوريوس فأعلى	
0.392	-0.888-	46.50 0	166.5 0	11.10	15	دبلوم فإقل	مجال احترام المنافس
			109.5 0	13.69	8	بكالوريوس فأعلى	
1.000	0.000	60.00 0	180.0 0	12.00	15	دبلوم فإقل	مجال النهج الإيجابي تجاه الرياضة
			96.00	12.00	8	بكالوريوس فأعلى	
0.213	-1.296-	40.00 0	160.0 0	10.67	15	دبلوم فإقل	الدرجة الكلية للروح الرياضية
			116.0 0	14.50	8	بكالوريوس فأعلى	

يظهر الجدول (6) عدم وجود اختلاف في مستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب تبعاً لمتغير المؤهل العلمي. وهذا يعود برأي الباحث إلى أن هناك تمازج وتفاعل اجتماعي داخل الفريق، حيث يشارك اللاعبون نفس القيم والمبادئ الرياضية بغض النظر عن مستوى تعليمهم، (Kadhim et al., 2024) مما يؤدي إلى توحيد الروح الرياضية بينهم. كما تلعب الأنظمة التدريبية والإدارية دوراً هاماً في تحفيز اللاعبين وتعزيز روحهم الرياضية، وهذا يمكن أن يحدث حتى لو اختلف مؤهلهم العلمي، بالإضافة قد يكون هناك توجيه وتدريب موحد يتلقاه الجميع، مما يضمن تحضير اللاعبين بنفس المعايير والمستوى الرياضي بغض النظر عن خلفيتهم التعليمية. كما قد يكون للقيادة الفنية والإدارية دور كبير في توجيه اللاعبين وتحفيزهم لتحقيق الأهداف المشتركة بشكل متجانس، ولم يعثر الباحث على علمه أبحاث تناولت متغير المؤهل العلمي. (Rasoul et al., 2024)

### 3-2-3 متغير مكان السكن

#### جدول (7)

اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) لدلالة الفروق في متغير مكان السكن ومجالات الروح الرياضية (ن=23)

المجالات	متغير مكان السكن ومستوياته	التكرار	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة*
مجال احترام التقاليد الاجتماعية	مدينة	11	8.32	91.50	25.500	-2.509-	*0.01 1
	قرية	12	15.38	184.50			
مجال احترام الأنظمة والقوانين	مدينة	11	12.45	137.00	61.000	-0.312-	786 .0
	قرية	12	11.58	139.00			
مجال الالتزام الكامل بالمشاركة الرياضية	مدينة	11	13.73	151.00	47.000	-1.198-	0.260
	قرية	12	10.42	125.00			

0.069	-1.850-	36.500	102.50	9.32	11	مدينة	مجال احترام المنافس
			173.50	14.46	12	قرية	
0.211	-1.300-	45.500	152.50	13.86	11	مدينة	مجال النهج الإيجابي تجاه الرياضة
			123.50	10.29	12	قرية	
0.134	-1.545-	41.000	107.00	9.73	11	مدينة	الدرجة الكلية للروح الرياضية
			169.00	14.08	12	قرية	

يُظهر الجدول (7) عدم وجود اختلاف في الدرجة الكلية لمستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب وفقاً لمكان السكن. فيما ظهرت فروق بمجال احترام التقاليد الاجتماعية لمستوى الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب تبعاً لمتغير مكان السكن ولصالح القرية. ويعزو الباحث ذلك إلى أنه قد يكون للروح الرياضية طبيعة مشتركة بين اللاعبين، حيث أن القيم والمبادئ الرياضية الأساسية متقاربة بين الأفراد، حتى لو اختلفت البيئة الاجتماعية التي يسكنون فيها. ويعزو وجود فروق في مجال احترام التقاليد الاجتماعية ولصالح القرية إلى وجود عوامل كالبينة الاجتماعية والثقافية في القرية تتميز بالتماسك والترابط مما يعزز انتقال القيم والتقاليد بشكل أكبر بين أفراد المجتمع. هذا التمازج الاجتماعي يشجع على تبني واحترام والالتزام بالتقاليد الاجتماعية، مما ينعكس بشكل إيجابي على السلوك الرياضي لأفراد القرية. كما قد يكون التواصل الاجتماعي الوثيق بين أفراد القرية دافعاً لتبادل القيم والمبادئ الرياضية بشكل أكبر، مما يعزز الروح الرياضية بشكل عام. ولم يعثر الباحث حد علمه أبحاث تناولت مكان السكن.

#### 4- الاستنتاجات

1. يتمتع لاعبي منتخب فلسطين لكرة القدم بروح رياضية قوية مما يعكس التزامهم بالقيم الرياضية والاحترام للمنافسين والتقاليد الرياضية.
2. أن الخبرة والمستوى التعليمي للأفراد ليس له تأثير يُذكر على مستوى الروح الرياضية.
4. التجانس في القيم والبيئات الاجتماعية والثقافة الرياضية عبر مختلف المجتمعات الفلسطينية لا يؤثر بشكل كبير على مستوى الروح الرياضية لدى اللاعبين.

#### 5- التوصيات

1. تعزيز الروح الرياضية لدى لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم.
2. تطوير برامج متخصصة لتعزيز الروح الرياضية وتطوير القيم الرياضية المختلفة بين اللاعبين.
3. تقييم فعالية مختلف البرامج التنشيطية والتدريبية التي تستخدم في تطوير الروح الرياضية لدى اللاعبين.
4. إجراء دراسات مقارنة مع منتخبات أخرى ولمختلف الألعاب الرياضية سواء فردية أو جماعية.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي المنتخب الوطني الفلسطيني لكرة القدم

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلف أنه ليس هناك أي تضارب في المصالح

غيث ناصيف <https://orcid.org/0000-0002-2567-7769>

## References

- Ali, M. (2018). The leadership behavior of the coach and its relationship with the sportsmanship of football players. *Scientific Journal of Sports Sciences and Arts, Helwan University – Faculty of Physical Education for Girls, 51*, 51–77.
- Al-Qaddomi, A., Al-Atrash, M., Al-Sa'idyin, M. S., & Sharaf, A. M. Y. (2022). Mood Patterns Among the Female Footballers in Palestine. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 32*(2).
- Al-Qaddoumi, A. (2015). *Contribution of coaches to enhancing sportsmanship among players in Palestine. The Seventh International Conference* (The Seventh International Conference, Ed.; p. 1535). Faculty of Physical Education – Yarmouk University.
- Al-Tai, A. S. R. H. (2022). Psychological courage and interest in the spirit of mathematics for the uneducated Public Administration Selection for the Nineveh Protection Training. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES, 14*(52).
- Badran, A., Mahmoud, I., Alshnawi, A., & Ali, M. (2017). The factorial structure of the sportsmanship scale for football players. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences, Mansoura University – Faculty of Physical Education, 29*, 225–245.
- Bolter, N. D., Kipp, L., & Johnson, T. (2018). Teaching sportsmanship in physical education and youth sport: comparing perceptions of teachers with students and coaches with athletes. *Journal of Teaching in Physical Education, 37*(2).
- Chantal, Y., & Bernache-Assollant, I. (2003). A prospective analysis of self-determined sport motivation and sportpersonship orientations. *Athletic Insight, The Online Journal of Sport Psychology, 5*(4), 173–182.
- Dorak, F. (2015). The relationship between personality and sportpersonship orientations. *The Anthropologist, 19*(3), 597–601.
- Elendu, I. C., & Dennis, M. I. (2017). Over-emphasis on winning, host-to-win and winning-at-all-cost syndrome in modern sports competitions: implications for unsportsmanship behaviours of

sports participants. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 4(5), 104–107.

Esa, E. (2015). *The Relationship Between Sportsmanship and Emotional Intelligence among High Level Team Sports Players in West Bank–Palestine* [Unpublished master's thesis]. An–Najah National University.

Gonçalves, C. E., e Silva, M. J. C., Cruz, J., Torregrosa, M., & Cumming, S. (2010). The effect of achievement goals on moral attitudes in young athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 9(4), 605.

Gorgut, I., & Tutkun, E. (2023). Sportsmanship in sport with athlete perspective. *Journal of ROL Sport Sciences*, 4(4), 1319–1340.

Haih, M. (2015). *The relationship between sportsmanship and motivation among professional football players in the West Bank – Palestine* [Unpublished master's thesis]. An–Najah National University.

Joyner, K., & Mummery, K. (2005). Influences on sportspersonship orientations: Contextual and motivational. *Youth Studies Australia*, 24(1), 48–53.

Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al–Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>

MANDOOBMAKKIATI, A., & ABED, Y. (2024). AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE. *International Development Planning Review*, 23(1), 226–236.

Manouchehri, J., Tojari, F., & Hejabi, A. (2015). Determining validity and reliability of Sportspersonship scale among young athletes. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 5(7), 354–360.

- Mansouri, Nabil, harsh, & Salem. (2022). The role of written sports media in developing the social responsibility of supporters as a means of reducing sports fanaticism. *Rawafed Journal for Studies and Research in Sports Sciences*, 2(1), 112–132.  
<https://www.asjp.cerist.dz/index.php/en/article/184221>
- Monacis, L., Estrada, O., Sinatra, M., Tanucci, G., & de Palo, V. (2013). Self-determined motivation, sportpersonship, and sport orientation: a mediational analysis. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 89, 461–467.
- Mousa, H. J., Hadi, A. K., & Ali Kadhim, M. A. (2019). Effectiveness of the Ultrasonic Device with Therapeutic Exercises in the Rehabilitation of Knee Joint Injury in Football Players. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 13(4).
- Musharraf, A. J., Harbi, A. R. N., Hammadi, J. N., & Fayhan, A. Q. S. A. (2022). A study comparing some motor abilities between soccer and handball players. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(3).
- Nazzal, A. H. J. (2013). Measuring the level of administrative skills and the extent of influence on others for administrative bodies (construction and application). *Journal of Physical Education Studies and Research*, 33.
- Omar, W. (2020). *Sportsmanship and its relationship to sports identity and team cohesion among basketball players in the northern governorates of Palestine* [Unpublished master's thesis]. An-Najah National University.
- Ozsari, A. (2018). Sportsmanship orientation of hearing impaired volleyball players. *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 20(3).  
<https://www.researchgate.net/publication/348994504>
- Perry, J. L., Clough, P. J., Crust, L., Nabb, S. L., & Nicholls, A. R. (2015). Development and validation of the compliant and principled sportpersonship scale. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86(1), 71–80.
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical

education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, 19(2), 160–176. DOI:  
<https://doi.org/10.31185/wjoss.464>

Shields, D. L., LaVoi, N. M., Bredemeier, B. L., & Power, F. C. (2007). Predictors of poor sportpersonship in youth sports: Personal attitudes and social influences. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(6), 747–762.

Stewart, C. C. (2014). Sportsmanship, gamesmanship, and the implications for coach education. *Strategies*, 27(5), 3–7.

Tsai, E., & Fung, L. (2005). Sportpersonship in youth basketball and volleyball players. *Athletic Insight*, 7(2), 37–46.

Yıldız, M. (2019). *Sportsmanship orientation in athletes: goal commitment and the role of morality in sport* [Unpublished Doctoral dissertation]. Muğla Sıtkı Koçman University.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Abusive leadership of the teacher and its impact on the relational energy of students during a physical education lesson in Preparatory schools

Hussam Hussein Daham <sup>1</sup>  

Baghdad Karkh First Directorate of Education

### Article information

#### Article history:

Received 16/5/2024

Accepted 31/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

abusive leadership, relational energy, physical education lesson

### Abstract

The research aimed to: identify the impact of abusive leadership by physical education teachers on the relational energy of students in middle schools affiliated with the First Karkh Directorate of Baghdad Education. The researcher followed the descriptive approach in the survey method and the correlational method to suit the nature of the researcher and his goals. The research sample was students in the boys' middle schools, which are located Within the boundaries of the First Baghdad Al-Karkh Education Directorate for the academic year (2023-2024), the number of which is (16,450) students, these students belong to (41) preparatory schools for boys. The researcher concluded: - Physical education teachers in the preparatory schools affiliated with the First Baghdad Al-Karkh Education Directorate have a level Low levels of abusive driving behavior from the perspective of their students. The researcher recommends physical education teachers to stimulate active participation and enhance social interaction among students, by organizing sporting events and activities that encourage students to cooperate and communicate among themselves, as well as providing continuous encouragement and support to them to enhance their self-confidence and motivate them to achieve successes. Sports.





# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## القيادة المسيئة للمدرس وأثرها على الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية في المدارس الإعدادية

حسام حسين دحام<sup>1</sup>

مديرية تربية بغداد الكرخ الأولى

### الملخص

هدف البحث إلى التعرف على أثر القيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية في الطاقة العلائقية لدى طلاب المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى، وقد اتبع الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح وأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمتها طبيعة الباحث وأهدافه، وكانت عينة البحث هم طلاب المدارس الإعدادية للبنين والتي تقع ضمن حدود مديرية تربية بغداد الكرخ الأولى للعام الدراسي (2023-2024) والبالغ عددهم (16450) طالب، ينتمي هؤلاء الطلاب إلى (41) مدرسة إعدادية للبنين، واستنتج الباحث: - يمتلك مدرسو التربية الرياضية في المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى مستوى منخفض من سلوكيات القيادة المسيئة من وجهة نظر طلابهم، يوصي الباحث مدرسي التربية الرياضية بتحفيز المشاركة الفعالة وتعزيز التفاعل الاجتماعي بين الطلاب، عبر تنظيم فعاليات وأنشطة رياضية تشجع الطلاب على التعاون والتواصل فيما بينهم، فضلاً عن تقديم تشجيع ودعم مستمر لهم لتعزيز ثقتهم بأنفسهم وتحفيزهم لتحقيق النجاحات الرياضية

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2024/5/16

القبول: 2024/5/31

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

### الكلمات المفتاحية:

القيادة المسيئة، الطاقة العلائقية ، درس التربية الرياضية

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يؤدي مدرس التربية الرياضية دوراً محورياً في تعزيز اللياقة البدنية والمهارية والعقلية والاجتماعية لدى الطلاب عبر توجيههم وإلهامهم لممارسة الأنشطة والتمارين الرياضية خلال دروس التربية الرياضية (Lamyaa & ruaa, 2015)، فضلاً عن تحفيز الطلاب ودفعهم لتبني أنماط حياة صحية وغرس شغفهم بالنشاط البدني، وبذلك تعدّ الأدوار القيادية التي يمارسها هؤلاء المدرسين أمراً حيويًا لخلق بيئة تعليمية تغذي النمو الجسدي والعاطفي والاجتماعي للطلاب، ولا نبالغ إذ ما وصفنا هؤلاء المدرسين بأنهم يشكلون نماذج قيادية يحتذى بهم من قبل الطلاب، عبر تقديم الأنشطة البدنية المختلفة التي تحرص على نقل المهارات الحياتية الأساسية مثل العمل الجماعي والتواصل والمثابرة لطلابهم، فضلاً عن تركيزهم على استخدام المهارات القيادية الفاعلة التي تلهم الطلاب من أجل تطوير عادات صحية ورعاية رفايتهم العامة، من هنا فإن الأساليب القيادية التي ينتهجها هؤلاء المدرسين تعدّ ذات أهمية كبيرة في تشكيل مواقف الطلاب تجاه النشاط البدني، وتعزيز ثقافة الشمولية والتحفيز والتشجيع، فضلاً عن تبني هؤلاء الطلاب لأسلوب حياة نشط وتطوير تقديرهم لأهمية اللياقة البدنية مدى الحياة، وعلى النقيض من ذلك فإن سوء استخدام مدرسي التربية الرياضية لأدوارهم القيادية في مجال التعليم البدني عبر الاستخدام غير المناسب للسلطة التي يمتلكونها بحكم عملهم قد يؤدي إلى ظهور آثار سلبية وضارة على الطلاب، والتي يمكن أن تظهر بأشكال مختلفة، كالإساءة اللفظية، والتلاعب العاطفي، وإهمال رفايتهم الطلاب، وتعزيز بيئة من الخوف والترهيب في الصف، ومما لا شك فيه فإن تأثير القيادة في مجال التربية الرياضية والبدنية كبير، إذ يمكن أن يؤدي سوء استخدامها خلال درس التربية الرياضية إلى حدوث عواقب سلبية طويلة الأمد على الطلاب، فقد يؤدي إلى تآكل الثقة لدى الطلاب، وانخفاض مستوى احترامهم لذاتهم، كما أنه قد يخلق بيئة تضر بنموهم الجسدي والعاطفي والاجتماعي (mashkor & Mohammed, 2017)، فضلاً عن أنها قد تطوق الطلاب عبر دائرة من الخوف والقلق، مما يعيق قدرتهم على المشاركة في الأنشطة البدنية ويؤثر سلباً على رفايتهم بشكل عام، قيادة مدرسي التربية الرياضية لدروسهم بهذه الصفات غير المرغوبة يمكن أن نطلق عليه مصطلح القيادة المسيئة، والتي يذكرها (Dabas, 2022) بأنها أنه نمط من أنماط القيادة الذي يتسم بالسلوكيات والتصرفات الضارة التي يمارسها القادة تجاه رؤوسهم، يتضمن هذا النوع من القيادة استخدام السلطة بشكل سلبي، والتحكم بالأفراد بطرق غير ملائمة، والتتمر في مكان العمل، وعدم احترام الحدود الشخصية للأفراد، وعدم تقدير جهودهم، كما تتضمن سلوكيات مثل التقدير السلبي، والتهديدات، وعدم توجيه الدعم اللازم لهم، ويمكن أن تؤدي هذه السلوكيات إلى تدهور البيئة العملية، وتقليل الرضا الوظيفي، وزيادة معدلات الابتعاد، وتقليل الإنتاجية والأداء العام. (Dabas, 2022)

وتحتاج دروس التربية الرياضية لنجاحها إلى تعزيز الروابط الشخصية والدعم والتعاون بين الطلاب أثناء مشاركتهم في مختلف الأنشطة والتمارين البدنية، بما في ذلك التفاعلات الإيجابية، والتشجيع المتبادل، وروح التعاون التي تعزز الجو العام داخل الصف، وأثناء تنفيذ الأنشطة الرياضية، فضلاً عن أهمية تعزيز الشعور بالانتماء للمجتمع الدراسي، وتنفيذ آليات العمل الجماعي، ونشر ثقافة الاحترام المتبادل بينهم من جهة، وبينهم وبين مدرسيهم من جهة أخرى، الأمر الذي يساعد على إنشاء بيئة يشعر فيها الطلاب بالدعم والتحفيز والتمكين للمشاركة الأنشطة الرياضية بشكل نشط، فضلاً عن الإسهام في تطوير المهارات الاجتماعية والتعاطف والتواصل الإيجابي وتعزيز مبادئ الشمولية والتعاون، وأن ازدهار العلاقات بين الطلاب خلال درس التربية الرياضية يمكن أن يؤثر بشكل إيجابي على دوافعهم للنجاح وتحقيق الإنجاز، وتحسين اللياقة البدنية والمرونة العاطفية والشعور بالانتماء داخل بيئة التعلم، كل ما تقدم يمكن ان موجزه في مصطلح واحد يسمى الطاقة العلائقية، والذي يشير إليه (Fortwengel)

(2023) على أنها الطاقة الناشئة من التفاعلات والعلاقات بين الأفراد أو الكيانات في سياق معين، ويتم تكوين هذه الطاقة العلائقية عبر التفاعلات الاجتماعية والعاطفية بين الأعضاء، ويمكن أن تؤثر هذه الطاقة على الأداء والنتائج في السياق التنظيمي، وتشمل الطاقة العلائقية التفاعلات الإيجابية، والتشجيع المتبادل، والروح التعاونية التي تؤثر على الأجواء العامة وتجربة الأفراد داخل بيئة العمل. (Fortwengel, 2023) (Ghazi et al., 2024)

### مشكلة البحث

على الرغم من المكانة الكبيرة التي يكنها الطلاب لدرس التربية الرياضية، إلا أنهم قد يعانون من حدوث آثار سلبية على صحتهم البدنية والعقلية، فقد لاحظ الباحث بحكم وظيفته كمدرس لمادة التربية الرياضية بأن الطلاب قد يعانون في بعض الأحيان من حالات التوتر والقلق وتدني احترام الذات خلال درس التربية الرياضية، والذي قد ينتج عن بعض السلوكيات غير الصحيحة التي يظهرها مدرسو المادة تجاه طلابهم، إذ قد يؤدي التعنت والاستبداد الذي يمارسه المدرسون إلى تقليل رغبة الطلاب في التعلم وإحساسهم بالإحباط، مما يؤثر سلباً على ثقتهم بأنفسهم، فضلاً عن تشويش العلاقات الإيجابية داخل الفصل الدراسي، كما أنه من الممكن أن تؤدي هذه الأمور إلى خلق بيئة تعليمية سلبية وزيادة التوتر داخل الصف، الأمر الذي ينتج عنه انخفاض في الحافز لديهم، مما يؤدي إلى عدم الاهتمام بالأنشطة البدنية، وما قد يترتب عنه من علاقة سيئة بين الطالب والمعلم، فضلاً عن استئثار الباحث بوجود نقص في التفاعل الإيجابي داخل الدرس والذي يمكن أن يؤدي إلى انخفاض الحافز والمشاركة، مما يعيق المشاركة النشطة، وكذلك محدودية التعاون والعمل الجماعي خلال الدرس مما قد يعيق من قدرة الطلاب على العمل معاً بشكل فعال أثناء الأنشطة البدنية، وقد حاول الباحث تحديد المشكلات التي قد ينتج عنها انخفاض المشاركة في دروس التربية الرياضية من قبل الطلاب عبر صياغة مجموعة تساؤلات هي:

- هل تصدر عن مدرسي التربية الرياضية في المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى سلوكيات القيادة المسيئة خلال درس التربية الرياضية؟ وما هو مستوى تلك السلوكيات؟
- هل يمتلك طلاب المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى طاقة علائقية خلال درس التربية الرياضية؟ وما هو مستوى تلك الطاقة.
- هل يوجد هناك أثر للقيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية في المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى في الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال الدرس.

### أهداف البحث

- التعرف على مستوى القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية في المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى من وجهة نظر طلابها.
- التعرف على مستوى الطاقة العلائقية لدى طلاب المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى خلال درس التربية الرياضية من وجهة نظر طلابها.
- التعرف على أثر القيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية في الطلاقة العلائقية لدى طلاب المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى.

### مجالات البحث

- المجال البشرية: طلاب المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى للعام الدراسي (2023-2024).
- المجال الزمنية: المدة الزمنية الممتدة بين (2024/2/1) وبين (2024/5/1).

- المجال المكانية: بنايات بعض المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى.

### مصطلحات البحث

#### - القيادة المسينة

هو سلوك القادة الذي يتسم بالعدوانية، والتعسف، وعدم الاحترام تجاه المرؤوسين، واستخدام اللغة الجارحة، والتهديدات، وسوء المعاملة النفسية أو الجسدية، وعدم توفير الدعم اللازم للمرؤوسين، وأنها تعدّ حالة ضارة للمنظمة وللموظفين، وتؤثر سلباً على المناخ التنظيمي والأداء العام. (Johnson et al., 2012)

#### - الطاقة العلائقية

هو الشعور بالحيوية والحماس الذي ينشأ عن التفاعلات الإيجابية والبناءة بين الأفراد في بيئة العمل، وتعدّ مورداً نفسياً قيماً يمكن أن يؤثر بشكل إيجابي على أداء الفرد وأداء العمل بشكل عام، وهي تتضمن الشعور بالتحفيز والحماس والطاقة الإيجابية التي يمكن أن تنتج عن التفاعلات الاجتماعية الإيجابية بين الأفراد في البيئة العملية. (Fan et al., 2021)

### منهج البحث

وقد اتبع الباحث في جمع بيانات هذا البحث على المنهج الوصفي يكلّ من أسلوب المسح وأسلوب العلاقات الارتباطية.

### مجتمع البحث وعينته الرئيسية

يشير مجتمع البحث إلى المجموعة الكاملة من الأفراد الذين يهتم الباحث بدراسة حالة معينة عليهم والتي ينوي استخلاص استنتاجات بشأنها، ويتم تحديدهم من خلال الخصائص والمعلومات المحددة ذات الصلة بسؤال البحث أو أهدافه، وهو يمثل المجموعة الأوسع التي تهدف إلى تعميم نتائج الدراسة عليها، وقد حدد الباحث مجتمع هذا البحث بطلاب المدارس الإعدادية التابعة للمديرية العامة لتربية بغداد الكرخ الأولى والبالغ عددهم (16450) طالباً، يتوزعون على (41) مدرسة إعدادية للبنين ضمن نطاق المديرية.

تمثل عينة البحث جزء محدد من المجتمع الذي يتم اختياره بغرض دراسته وتحليله للحصول على معلومات تساعد في فهم خصائص المجتمع بشكل عام، ويتم اختيار العينة بعناية لضمان تمثيلية جيدة للسكان ولتقليل الأخطاء التي قد تحدث نتيجة لاستخدام عينة غير ممثلة. (Baran & Jones, 2017)، ونظراً للحجم الكبير لمجتمع البحث اختار الباحث بشكل عشوائي مجموعة من هذا المجتمع لتمثل عينة البحث الرئيسية، وذلك عبر الاعتماد على قانون ثومسون لتحديد حجم العينة عند مستوى ثقة (95%) وهامش خطأ (5%)، وبذلك بلغ عدد أفراد عينة البحث الرئيسية بذلك (376) طالباً، وبعد ذلك قام الباحث بتقسيم هذه العينة إلى ثلاث مجموعات فرعية، المجموعة الأولى تمثل عينة الدراسة الاستطلاعية، بينما تمثل المجموعة الثانية عينة التحليل الإحصائي، أما المجموعة الثالثة فتمثل عينة التطبيق النهائي، وتفاصيل هذه العينات مبينة في الجدول (1).

### الجدول (1)

#### تفاصيل عينة البحث الرئيسية

نوع العينة	عدد أفرادها	النسبة المئوية
عينة البحث الاستطلاعية	16	4.3%
عينة الإعداد	216	57.4%

نوع العينة	عدد أفرادها	النسبة المئوية
عينة التطبيق النهائي	144	38.3%
عينة البحث الرئيسية	376	100%

## المقاييس

تشير مقاييس البحث إلى الأدوات أو التقنيات أو الأساليب التي يستخدمها الباحثون لجمع البيانات وتحليلها وتفسيرها في دراسة بحثية، ويمكن أن تختلف هذه الأدوات اعتمادًا على طبيعة البحث وتساؤلاته وأهدافه، ونوع البيانات التي يتم جمعها. يمكن أن تشمل أدوات البحث الدراسات الاستقصائية والاستبيانات والمقابلات والملاحظات والتجارب والبرامج الإحصائية وغيرها من طرق جمع البيانات وتحليلها. (Taherdoost, 2021)، وبهدف جمع البيانات المطلوبة لهذا البحث قام الباحث بإعداد مقياسين، المقياس الأول يقيس مستوى القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية، في حين يقيس الثاني مستوى الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية، وكلاهما على حسب وجهة نظر طلاب المدارس الإعدادية، وقد جرت عملية الإعداد والإجراءات العلمية لإعداد المقاييس.

## - صياغة فقرات المقاييس

تشير صياغة فقرات المقاييس إلى العملية التي يقوم بها الباحث بتحديد العبارات التي ستستخدم لقياس الظواهر أو المتغيرات المراد دراستها، تشمل عملية صياغة المقاييس اختيار الكلمات والعبارات بعناية لضمان تقديم الأسئلة بطريقة دقيقة وواضحة تعكس المفاهيم المراد قياسها، يهدف ذلك إلى ضمان موثوقية وصحة عملية القياس، وبعد الاطلاع على المصادر العلمية لكل من متغير القيادة المسيئة (Emmerling et al., 2023) (Dabas, 2022) (Simard & Parent- (Drory et al., 2022) (Jabbar et al., 2020) (Sainz & Baldissarri, 2021) (Samian et al., 2021) (Fischer et al., 2021) (Lamarche, 2022) (Murari, 2020) (Ehsan, 2020) (Niina & Seppälä, 2020)، ومتغير الطاقة العلائقية (Qu (Braha & Karabulut, 2023) (Song et al., 2023) et al., 2023) (Liu et al., 2022) (Fan et al., 2021) (DENG, 2021) (Baker, (Liang et al., 2020) (Owens et al., 2016) (Amah, 2018) 2019)، وقد بلغ عدد فقرات كل مقياس (15) فقرة.

## صياغة بدائل الإجابة عن الفقرات

تشير صياغة بدائل الإجابة عن الفقرات تشير وضع بدائل الإجابة متنوعة الخيارات المقدمة بشكل دقيق من أجل تمثيل مجموعة مختلفة من الآراء والاعتقادات لأفراد عينة البحث، إذ أن توفير بدائل إجابة متنوعة يسمح بجمع بيانات شاملة وتحقيق نتائج أكثر دقة وتمثيلية، وللإجابة عن فقرات مقاييس البحث قام الباحث باقتراح مجموعة من البدائل للإجابة عن فقرات كل من مقياس القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية، ومقياس الطاقة العائقية لدى طلاب المدارس الإعدادية خلال درس التربية الرياضية، وذلك على وفق مقياس ليكرت الخماسي، والجدول (2) يبين بدائل الإجابة وأوزانها.

## الجدول (2)

### بدائل الإجابة وأوزانها

لا تنطبق بشدة	لا تنطبق	تنطبق نوعاً ما	تنطبق	تنطبق بشدة	البديل
1	2	3	4	5	الوزن للفقرة الإيجابية

5	4	3	2	1	الوزن للفقرة السلبية
---	---	---	---	---	----------------------

### الدراسة الاستطلاعية لمقاييس البحث

الغرض من إجراء الدراسة الاستطلاعية لمقاييس البحث هو التعرف على مدى وضوح فقراته لأفراد عينة البحث، فضلاً عن التعرف على المعوقات التي قد تصادف الباحث عند تطبيق المقياس على عينات البحث المختلفة، بالإضافة إلى تحديد الوقت اللازم للإجابة عن فقرات المقياس، من هنا قام الباحث بتطبيق مقياس القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية، ومقياس مستوى الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية بعد أن تم التوصل إلى الصيغة الأولية لهما على مجموعة صغيرة مختارة عشوائياً من عينة البحث الرئيسة، ويبلغ عدد أفراد هذه العينة (16) طالباً، وقد جرت عملية التطبيق بتاريخ (2024/3/5)، وقد بلغ الوقت المستغرق للإجابة عن المقاييس (21) دقيقة في المتوسط.

### تطبيق المقاييس على عينة التحليل الإحصائي

يتم تطبيق المقاييس على عينة التحليل الإحصائي من أجل الحصول على البيانات وتحليلها إحصائياً بهدف فهم العلاقات بين المتغيرات المختلفة، ويتضمن هذا الإجراء تطبيق أساليب إحصائية مختلفة لاكتشاف التقارب والاختلاف بين البيانات وفهم العلاقات المحتملة بين المتغيرات، وبهدف إكمال الإجراءات اللازمة لإعداد كل من مقياس القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية، ومقياس مستوى الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية قام الباحث بتطبيقها على عينة التحليل الإحصائي المختارة عشوائياً من عينة البحث الرئيسة، والتي يبلغ عددها (216) طالباً، وقد جرت عملية التطبيق خلال المدة الزمنية بين (2024/3/20-17)، وقد استرجع الباحث (204) استمارة صالحة إحصائياً، إذ تغيب عن التطبيق (12) طالباً، وبعدها توجه الباحث لاستخراج الصدق الداخلي والثبات لمقاييس البحث.

### - صدق الاتساق الداخلي لأداتي البحث

يعني صدق الاتساق الداخلي مستوى فقرات المقياس، ومدى إمكانية توحيدها في مقياس واحد، وبالتالي مدى توافق الفقرات في قياس المفهوم المراد قياسه. (Lutfiani et al., 2019)، وقد تمكن الباحث من استخراج صدق الاتساق الداخلي لكل من مقياس القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية، ومقياس مستوى الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية عبر إيجاد معامل الارتباط البسيط بين درجة كل فقرة من فقرات المقاييس مع الدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي له، والجدول (3) يبين صدق الاتساق الداخلي لأداتي البحث.

### الجدول (3)

#### صدق الاتساق الداخلي للمقاييس

الطاقة العلائقية			القيادة المسيئة		
مستوى الدلالة	درجة الارتباط	الفقرة	مستوى الدلالة	درجة الارتباط	الفقرة
0.000	0.824	1	0.000	0.654	1
0.000	0.825	2	0.000	0.790	2
0.000	0.888	3	0.000	0.585	3
0.000	0.803	4	0.000	0.804	4

0.000	0.909	5	0.000	0.800	5
0.000	0.876	6	0.000	0.633	6
0.000	0.899	7	0.000	0.847	7
0.000	0.823	8	0.000	0.772	8
0.000	0.841	9	0.000	0.808	9
0.000	0.909	10	0.000	0.908	10
0.000	0.852	11	0.063	0.198	11
0.000	0.813	12	0.000	0.851	12
0.000	0.804	13	0.000	0.943	13
0.000	0.820	14	0.000	0.693	14
0.000	0.806	15	0.000	0.807	15

يتبين من الجدول (4) بأن الفقرة (11) من مقياس القيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية كانت غير متسقة داخلياً مع الدرجة الكلية للمقياس، إذ كانت درجة ارتباطها (0.198) عند مستوى دلالة بلغ (0.063) لذا اقتضى حذفها من المقياس، في حين كانت درجات باقي الفقرات متسقة داخلياً مع الدرجة الكلية للمقياس بدرجات ارتباط تراوحت بين (0.585-0.943) عند مستويات دلالة بلغت (0.000) لجميعها، وكذلك يتبين من ذات الجدول بأن درجات جميع فقرات مقياس الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية كانت ذات اتساق داخلي معنوي مع الدرجة الكلية للمقياس، وذلك لحصولها على درجات ارتباط تراوحت بين (0.803-0.909) عند مستويات دلالة بلغت (0.000) لجميعها، بذلك حافظ المقياس على جميع فقراته دون حذف.

#### – ثبات المقاييس

استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية في استخراج ثبات كل مقياس القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية، ومقياس مستوى الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية، وذلك عبر تقسيم درجات فقرات المقياسين إلى نصفين متساويين، ومن ثم استخراج معامل الارتباط بينهما، وبذلك يتم الحصول على نصف الثبات، ولإستخراج الثبات الكلي للمقياسين تمت معالجة النتيجة من خلال معادلتَي سبيرمان براون وجتمان، والجدول (4) يبين معاملات ثبات مقاييس البحث.

الجدول (5)  
ثبات مقاييس البحث

الثبات	المتغير
الثبات بالتجزئة النصفية	القيادة المسيئة
0.900	
معادلة سبيرمان براون	
0.947	الطاقة العلائقية
الثبات بالتجزئة النصفية	
0.962	
معادلة جتمان	
0.976	

### - مقياس البحث بصورتها النهائية

بعد أن تمّ التأكد من امتلاك كلّ من مقياسي البحث للخصائص السيكومترية من صدق وثبات، أُستقر مقياس القيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية بصورته النهائية على (14) فقرة، في حين استقر مقياس الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية على (15) فقرة، والبدائل التي تستخدم للإجابة عن كلا المقياسين (تنطبق بشدة، تنطبق، تنطبق نوعاً ما، لا تنطبق، لا تنطبق بشدة).

### تطبيق مقياس البحث على عينة التطبيق النهائي

تمت خلال المدة الزمنية الواقعة بين (2024/4/17-14) عملية تطبيق كلّ مقياس القيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية، ومقياس الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية على مجموعة مختارة عشوائياً من عينة البحث الرئيسة، وهي عينة التطبيق النهائي والتي يبلغ عدد أفرادها (144) طالباً، وقد استرجع الباحث (134) استمارة صالحة للتحليل الإحصائي، إذ تغيب (10) طلاب عن عملية التطبيق، ومن ثمّ شرع الباحث باستخراج النتائج ومعالجتها إحصائياً لاستخراج مستويات المقياس.

### وسائل البحث الإحصائية

تم استعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS)

### عرض النتائج ومناقشتها

قبل الشروع بعرض النتائج ومناقشتها وضع الباحث مستويات لل فقرات والمقياسين من خلال استخدام طول الفئة، والجدول (6) يبين هذه المستويات.

### الجدول (6)

#### مستويات فقرات ومقياسي القيادة المسيئة والطاقة العلائقية

المستوى	طول الفئة
مرتفع جداً	5.00-4.21
مرتفع	4.20-3.41
متوسط	3.40-2.61
منخفض	2.60-1.81
منخفض جداً	1.80-1.00

### الجدول (7)

#### الأوساط الحسابية والفرضي ومستويات فقرات مقياس القيادة المسيئة

الفقرة	المحتوى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	يستخدم مدرس التربية الرياضية لغة مهينة وساخرة لانتقاد الطلاب أمام زملائهم خلال الدرس	2.17	1.291	منخفض
2	يولد المدرس شعوراً بالخوف والقلق لدى الطلاب من استهدافهم بشكل سلبي	2.20	1.259	منخفض
3	يظهر المدرس سلوكاً مسيطراً على طريقة أداء الطلاب وتصرفاتهم خلال الدرس	3.26	1.304	متوسط

المستوى	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المحتوى	الفقرة
منخفض	1.283	2.48	يؤثر على تقدير الطلاب لذاتهم نتيجة تقليبه من شأنهم وقدراتهم في تنفيذ المهام خلال الدرس	4
منخفض	1.306	2.22	يميز بين الطلاب بشكل غير عادل عبر محاباة البعض والمعاملة القاسية للبعض الآخر	5
منخفض	1.002	1.83	يجبر الطلاب على المشاركة أداء المهارات الرياضية التي تتجاوز قدراتهم البدنية مما يصيبهم بالأذى الجسدي والعاطفي	6
منخفض	1.324	2.31	ينتهج سلوكاً عدوانياً قائماً على الصراخ وإيماءات التهديد مما يؤثر على راحة الطلاب أثناء الدرس	7
منخفض	1.187	2.08	يُعرض الطلاب للأذى النفسي نتيجة استخدامه للتعزيز السلبي عند تنفيذ الأنشطة الرياضية	8
منخفض	1.255	2.48	تمتاز البيئة التعليمية التي يوفرها المدرس بانها غير شاملة مما يسهم في انتشار مشاعر العزلة خلال الدرس	9
منخفض	1.337	2.21	يستخدم المدرس سلوكيات التندر والاستفزاز تجاه الطلاب مما يؤثر على العلاقات الإيجابية داخل الصف	10
منخفض	1.256	2.27	يفرض إجراءات عقابية صارمة مما يخلق شعوراً بعدم الثقة والخوف بين الطلاب	11
منخفض	1.386	2.36	يظهر المدرس تفاخراً زائداً بنفسه متجاهلاً احتياجات الطلاب واهتماماتهم الشخصية	12
منخفض	1.166	2.43	تفتقر طريقة تدريسه إلى الاهتمام بالفروق الفردية بين الطلاب في التعلم أثناء الدرس	13
منخفض	1.308	2.31	يتجاهل المدرس احترام خصوصيات الطلاب وحقوقهم الشخصية خلال الدرس	14
منخفض	1.318	2.32	المقياس	

يتبين من الجدول (6) أن فقرات مقياس القيادة المسيئة لدى مدرسي التربية الرياضية اقتربت مستوياتها بين (منخفض، ومتوسط)، فقد حصلت الفقرات (1، 2، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14) على مستويات منخفضة بأوساط حسابية وقعت ضمن المستوى المتوسط حسب طول الفئات ضمن الجدول (5)، فقط كانت أوساطها الحسابية (2.17، 2.20، 2.48، 2.22، 1.83، 2.31، 2.08، 2.48، 2.21، 2.27، 2.36، 2.43، 2.31)، أما الفقرة (3) فقد كان مستواها متوسطاً بوسط حسابي يبلغ (3.26) والذي يقع ضمن المستوى المتوسطة ضمن طول الفئات، وحصل المقياس كاملاً على مستوى منخفض بوسط حسابي بلغ (2.32).

يعزو الباحث هذه النتيجة المنخفضة في مستواها والمرتفعة في مضمونها إلى حالة التواضع الشخصي والاحترام التي يمارسها مدرس التربية الرياضية عند التعامل مع طلابه، واحترام شخصياتهم وخصوصياتهم وحقوقهم التعليمية خلال الدرس، (Mahmood, 2024) وتحديد احتياجاتهم الفردية واهتماماتهم الشخصية، وذلك عبر استخدام اللغتين اللفظية والجسدية بصورة حضارية تعبر عن ثقافته المتميزة عند توجيه الطلاب وتقديم التغذية الراجعة لهم خلال الدرس (Hassan & Musharef, 2024)، الأمر الذي يضيف لأجواء الصف سحابة من الإيجابية بينه وبين الطلاب عند تنفيذ مفردات المادة، فضلاً عن التسامح مع الطلاب عند الفشل في تنفيذهم للواجبات المكلفين بها مما يرفع من مستوى ثقتهم بانفسهم، وبالتالي انحسار مستوى الخوف لديهم من استهدافهم بشكل سيء من قبل المدرس، ومما زاد من مستوى القيادة غير المسيئة للطلاب من قبل مدرسي التربية الرياضية هي العدالة التي يتميزون بها في تعاملاتهم اللينة مع اطلاب خلال تنفيذ الأنشطة الرياضية، ومنحهم الحرية الكافية في اختيار ما سيقومون بتأديته من مهارات رياضية بما يتناسب مع قدراتهم البدنية مما يحافظ على بنيتهم الجسدية والعاطفية، كل ما تقدّم ساهم في عدم اتصاف مدرسي التربية الرياضية بصفات القيادة المسيئة من وجهة نظر طلابهم. (Mashkooor & Othman, 2023)

يذكر (Jabbar et al., 2020) بأن هناك تأثير سلبي للقيادة المسيئة على الأداء في العمل، إذ تبين أن سلوك القيادة المسيء يؤثر سلباً على التزام الافراد بالمؤسسة، وأنه يمكن تحقيق التزام الموظفين بأداء مهامهم عندما يتم تضييق التأثيرات السلبية

لقيادة المسيئة من خلال استخدام حالات التعامل الإيجابي بين أفراد المؤسسة، فضلاً عن نشر حالات الثقة بينهم، وهذا ما يجب أن يقوم به يجب على صناعات القرار عبر إيلائهم اهتماماً أكبر للحد من السلوكيات المسيئة للمديرين لتعزيز التزام الموظفين وضمان فعالية العمل. (Jabbar et al., 2020)

### الجدول (8)

#### الأوساط الحسابية والفرضي ومستويات فقرات مقياس الطاقة العلائقية

المستوى	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المحتوى	الفقرة
مرتفع	1.310	3.79	تمتاز البيئة التعليمية لدرس التربية الرياضية بأنها داعمة وشاملة تشجع التفاعلات الإيجابية	1
مرتفع	1.353	3.73	يشعر الطلاب بالنشاط والدافعية للمشاركة في الأنشطة الرياضية خلال الدرس	2
مرتفع	1.223	3.65	يتمكن الطلاب من التعبير عن أنفسهم وأفكارهم بشكل حر وحيوي خلال الدرس	3
مرتفع	1.187	3.89	يملك الطلاب إحساساً قوياً بالصدقة والدعم المتبادل مما يساهم في تعزيز العلاقات الشاملة فيما بينهم	4
مرتفع	1.229	3.76	تتخلل أجواء الدرس طاقة إيجابية تساعد على التعلم النشط والمشاركة الفعالة لدى الطلاب	5
مرتفع	1.256	3.81	يعزز المدرس الشعور بالمرح والاستمتاع مما يجعل بيئة التعلم مفعمة بالحيوية والنشاط	6
مرتفع	1.215	3.79	يتم استخدام تقنيات تواصل قائمة على الثقة والاحترام المتبادل بين الطلاب والمدرس خلال الدرس	7
مرتفع	1.217	3.59	تتم إدارة الصراعات داخل الدرس بكفاءة عبر تحويلها إلى تفاعلات بناءة وإيجابية	8
مرتفع	1.311	3.73	يتم الاحتفال بالإنجازات التي يحققها الطلاب خلال الدرس مما يساهم في خلق جو مفعم بالحيوية والتشجيع	9
مرتفع	1.290	3.78	يقوم درس التربية الرياضية على أسس التعاون والعمل الجماعي بين الطلاب	10
مرتفع	1.261	3.66	يتم توزيع المهام والواجبات الرياضية بين الطلاب بشكل آلي ومنظم مما يساعد في اتمامها في وقتها المحدد	11
مرتفع	1.295	3.78	يقدم الطلاب العون لبعضهم البعض لتجاوز التحديات البدنية والمهارية مما يعزز شعوراً بالتكاتف	12
مرتفع	1.235	3.94	يتبادل الطلاب التحية والابتسامات عند الدخول إلى الدرس بشكل منظم مما يعكس مستوى عالي من الألفة	13
مرتفع	1.266	3.90	تنتشر بين الطلاب ثقافة التنوع وقبول الآخر واحترام إمكانات بعضهم البعض	14
مرتفع	1.257	3.94	يشجع الطلاب بعضهم البعض للتحسن والتقدم الشخصي في تنفيذ المهام الرياضية خلال الدرس	15
مرتفع	1.292	3.78	المقياس	

يتبين من الجدول (7) أن جميع فقرات مقياس الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية حصلت على مستويات مرتفعة، إذ حصلت على أوساط حسابية تقع ضمن المستوى المرتفع حسب طول الفئات ضمن الجدول (5)، وهذه الأوساط الحسابية بلغت (3.79، 3.73، 3.65، 3.89، 3.76، 3.81، 3.79، 3.59، 3.73، 3.78، 3.66، 3.78، 3.94، 3.90)، وحصل المقياس كاملاً على مستوى مرتفع بوسط حسابي بلغ (3.78).

المستوى المرتفع الذي ظهرت به الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية يمكن ان يعزوه الباحث إلى الأجواء المميزة بالطاقة الإيجابية التي تنتشر خلال درس التربية الرياضية، بما ساهم في تمتعه بصفة الفاعلية والمشاركة النشطة للطلاب

في تنفيذ أنشطته المختلفة، وما يصاحب هذه الأجواء من إظهار الطلاب لثقافة عالية أسهمت في احترام وقبول بعضهم لبعض الآخر، والتي استندت إلى قاعدة قوية من مشاعر المرح والسعادة التي يعززها مدرس التربية الرياضية خلال الدرس، فضلاً عن الدور الحاسم للتشجيع الدائم الذي يقدمه الطلاب لزملائهم عند تنفيذ المهارات الرياضية للوصول إلى النقص الرياضي الشخصي لهم، الأمر الذي ساعد في تعزيز العلاقات الشاملة بينهم عبر بناء أواصر الصداقة الحميمة والدعم المتبادل، والمرتبطة بتقديم العون لبعضهم البعض عند مواجهة المشكلات البدنية والمهارية والشخصية خلال الدرس، والمبنية على أسس التكاتف والعمل التعاوني الجماعي بينهم، هذه العلاقات التي لم تكن لتظهر لولا التقنيات الصحيحة التي يستخدمها الطلاب للتواصل فيما بينهم والتي تقوم على الاحترام المتبادل بين أطراف الدرس، وحرصهم الدائم المنتظم على إبداء حالة الشوق للزملاء عبر إبداء التحية والسلام للزملاء عند الدخول إلى الدرس، كل ما تقدم أسهم في ظهور الطاقة العلائقية لدى الطلاب بهذا الشكل المرتفع. (Kadhim et al., 2024)

يذكر (Amah, 2018) بأن إرتفاع مستوى الطاقة العلائقية في بيئة العمل يعكس تفاعلاً إيجابياً بين الأفراد والقادة، حيث يتجلى ذلك في وجود قيادة ملهمة وداعمة تعزز التواصل الفعال والتعاون بين الموظفين، فضلاً عن الحماس والروح المعنوية العالية التي يمتاز بها الأفراد، والنتيجة عن التشجيع الذي يتلقونه على الإبداع وتقدير الجهود الفردية، مما يعزز الانتماء والتفاعل الإيجابي بين الزملاء، بالتالي تعزيز الطاقة العلائقية وتعزيز الأداء الفردي والتنظيمي. (Amah, 2018)

### الجدول (9)

#### معامل الانحدار الخطي البسيط بين متغيري القيادة المسيئة والطاقة العلائقية

متغيرات البحث	معامل الارتباط	نسبة المساهمة (الأثر)	مستوى الدلالة
القيادة المسيئة	0.225	0.050	0.044
الطاقة العلائقية			

يتبين من الجدول (8) أن العلاقة بين كل من القيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية والطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية كانت معنوية بدرجة ارتباط بلغت (0.225) عند مستوى دلالة (0.044)، مع وجود نسبة مساهمة وأثر للقيادة المسيئة في الطاقة العلائقية تبلغ (0.050)، مما يعني أن ما يقارب من (5%) من التباين الحاصل في الطاقة العلائقية يعود إلى القيادة المسيئة وهذا يعد أثراً ضعيفاً.

يمكن أن يعزو الباحث هذا الدور الضعيف للقيادة المسيئة في الطاقة العلائقية إلى غياب العلاقة المباشرة بين سلوكيات القيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية وبين الطاقة العلائقية لدى الطلاب، والتي يمكن أن تعود إلى عوامل مختلفة منها آليات التكيف المتنوعة لدى الطلاب، ومستويات التحفيز الجوهرية التي يمتلكونها نحو درس التربية الرياضية، والمرونة في تلقي التعليمات من المدرسين مهما كانت طبيعتها، والدعم الخارجي الذي يتلقاه الطلاب إذا ما نجحوا في تنفيذ واجباتهم خلال الدرس، وكذلك التجارب الذاتية لهم في المجال التعليمي، كل تلك العوامل قد تؤدي دوراً في تشكيل التفاعل المعقد بين القيادة المسيئة والطاقة العلائقية، وقد يكون بعض الطلاب ماهرين في إدارة الآثار السلبية للقيادة المسيئة من خلال دعم الأقران أو الدافع الشخصي، والحفاظ على طاقتهم العلائقية على الرغم من الظروف الصعبة، فضلاً عن ذلك قد يُظهر الطلاب الذين تحركهم دوافع جوهرية حماساً أعلى وتركيزاً على النشاط نفسه دون المدرس مما قد يطغى على تأثير القيادة المسيئة.

## الاستنتاجات

- يمتلك مدرسو التربية الرياضية في المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى مستوى منخفض من سلوكيات القيادة المسيئة من وجهة نظر طلابهم.
- يمتلك طلاب المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى مستوى مرتفع من الطاقة العلائقية خلال درس التربية الرياضية من وجهة نظرهم الشخصية.
- يوجد أثر معنوي ضعيف للقيادة المسيئة لمدرسي التربية الرياضية في الطاقة العلائقية لدى الطلاب خلال درس التربية الرياضية.

## التوصيات

- يوصي الباحث مدرسي التربية الرياضية بالاستعانة بتدريبات عملية ووش عمل منتظمة تركز على اكتساب سلوكيات القيادة الإيجابية في إدارة الصف، فضلاً عن أهمية تشجيع المدرسين على تطوير مهارات التواصل، وحل المشكلات، وتعزيز الوعي بأهمية النموذج الإيجابي للقيادة
- يوصي الباحث مدرسي التربية الرياضية بتحفيز المشاركة الفعالة وتعزيز التفاعل الاجتماعي بين الطلاب، عبر تنظيم فعاليات وأنشطة رياضية تشجع الطلاب على التعاون والتواصل فيما بينهم، فضلاً عن تقديم تشجيع ودعم مستمر لهم لتعزيز ثقتهم بأنفسهم وتحفيزهم لتحقيق النجاحات الرياضية
- يوصي الباحث المؤسسات التربوية المختلفة وبالأخص مديرية تربية بغداد الكرخ الأولى باعتماد المقياسين اللذين أعدهما الباحث في قياس مستويات القيادة المسيئة لدى مختلف مدرسي المواد التعليمية

## الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلاب المدارس الإعدادية التابعة لمديرية تربية الكرخ الأولى للعام الدراسي (2023-2024)

## تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

حسام حسين دحام <https://orcid.org/0009-0004-7466-6072>

## references

- Amah, O. E. (2018). Leadership styles and relational energy: Do all leaderships styles generate and transmit equal relational energy? *South African Journal of Business Management*, 49(1), 1–6. <https://doi.org/10.4102/sajbm.v49i1.231>
- Baker, W. E. (2019). Emotional Energy, Relational Energy, and Organizational Energy: Toward a Multilevel Model. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 6(1), 373–395. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-012218-015047>
- Baran, M., & Jones, J. (2017). Mixed Methods Research for Improved Scientific Study. In *Sampling in Research* (Issue July, pp. 107–121). <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-0007-0.ch006>
- Braha, M., & Karabulut, A. T. (2023). Energizing Workplace Dynamics: Exploring the Nexus of Relational Energy, Humor, and PsyCap for Enhanced Engagement and Performance. *Behavioral Sciences*, 14(1), 23. <https://doi.org/10.3390/bs14010023>
- Dabas, N. (2022). Impact of Abusive Leadership on Employees' Productivity. *The International Journal of Indian Psychology ISSN*, 10(4), 149–167. <https://doi.org/10.25215/1004.017>
- DENG, Y. (2021). WHEN EVERYBODY WANTS WHAT YOU WANT: THE MODERATING EFFECT OF TEAM ENVY OF SUPERVISORS ON THE RELATIONSHIP BETWEEN ENVY, RELATIONAL ENERGY AND SUBSEQUENT WORK BEHAVIORS. In *Media Konservasi*. the Oklahoma State University.
- Drory, A., Shkoler, O., & Tziner, A. (2022). Abusive leadership: A moderated–mediation through leader–member exchange and by organizational politics. *Frontiers in Psychology*, 13(November), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.983199>
- Ehsan, I. (2020). *Impact of Abusive Leadership on Project Success with Mediating Role of Workplace Deviance and Moderating Role of Agreeableness by Iqra Ehsan*. 1–108.
- Emmerling, F., Peus, C., & Lobbestael, J. (2023). The hot and the cold in destructive leadership: Modeling the role of arousal in explaining leader antecedents and follower consequences of abusive supervision versus exploitative leadership. In *Organizational Psychology Review* (Vol. 13, Issue 3). <https://doi.org/10.1177/20413866231153098>
- Fan, J., Wei, X., & Ko, I. (2021). How do hotel employees' feeling trusted and its differentiation shape service performance: The role of relational energy. *International Journal of Hospitality Management*, 92(August 2019), 102700. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102700>

- Fischer, T., Tian, A. W., Lee, A., & Hughes, D. J. (2021). Abusive supervision: A systematic review and fundamental rethink. *Leadership Quarterly, 32*(6), 101540. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2021.101540>
- Fortwengel, J. (2023). Tracing the affective journey of an interorganizational network: Positive and negative cycles of relational energy in a network space. *Scandinavian Journal of Management, 39*(3), 101280. <https://doi.org/10.1016/j.scaman.2023.101280>
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Hassan, M. M., & Musharef, A. J. (2024). The effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the forward roll diving movement in artistic gymnastics for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(1). 10.55998/jsrse.v34i1.473
- Jabbar, U. Bin, Saleem, F., Malik, M. I., Qureshi, S. S., & Thursamy, R. (2020). Abusive leadership and employee commitment nexus: Conservation of resources theory perspective. *Cogent Business and Management, 7*(1). <https://doi.org/10.1080/23311975.2020.1857993>
- Johnson, R. E., Venus, M., Lanaj, K., Mao, C., & Chang, C. H. (2012). Leader identity as an antecedent of the frequency and consistency of transformational, consideration, and abusive leadership behaviors. *Journal of Applied Psychology, 97*(6), 1262–1272. <https://doi.org/10.1037/a0029043>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education, 13*(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Lamyaa, H. M., & ruaa, M. A. (2015). The impact of a proposed curriculum lessons Educational motor using effective teaching In the development of creative thinking for the children of the preparatory stage. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 42*, 32–48. <https://www.iasj.net/iasj/article/104025>
- Liang, H. Y., Chu, C. Y., & Lin, J. S. C. (2020). Engaging customers with employees in service encounters: Linking employee and customer service engagement behaviors through relational

- energy and interaction cohesion. *Journal of Service Management*, 31(6), 1071–1105.  
<https://doi.org/10.1108/JOSM-06-2018-0175>
- Liu, D., Gui, S., Zhang, B., Gao, H., Yu, X., & Wu, M. (2022). The influence of leader relational energy on employee cognitive well-being: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 13(February), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.940180>
- Lutfiani, N., Sudaryono, Rahardja, U., Aini, Q., & Isma Graha, Y. (2019). Validity of Test Instruments. *Journal of Physics: Conference Series*, 1364(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1364/1/012050>
- Mahmood, Q. A. (2024). Adaptive leadership of coaches and its relationship to the relational well-being within Nineveh Governorate football clubs from the point of view of their players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).
- Mashkooor, N. H., & Othman, I. A. (2023). Perceived Self-Efficacy and Its Relationship to Dexterous Thinking Among Third-Stage Female Students in the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 69–83. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>
- mashkor, N. hamed, & Mohammed, L. H. (2017). Study the level of social interaction and its relationship to aggressive behavior on the field for some youth teams. *The Scientific Journal of Sports Science and Arts*, 16(016), 59–67.  
[https://scholar.google.com/scholar?hl=ar&as\\_sdt=0,5&cluster=13309804359501948191](https://scholar.google.com/scholar?hl=ar&as_sdt=0,5&cluster=13309804359501948191)
- Murari, K. (2020). Abusive leadership – a Barrier to Employee Empowerment. *European Journal of Business and Management*, Vol.5(No.4), 8–21.
- Niina, N., & Seppälä, T. (2020). *Servant Leadership and Abusive Leadership on Employee Work Engagement: the Role of Psychological Safety and Leader ....* Aalto University School of Business Information and Service Management.
- Owens, B. P., Baker, W. E., Sumpter, D. M. D., & Cameron, K. S. (2016). Relational energy at work: Implications for job engagement and job performance. *Journal of Applied Psychology*, 101(1), 35–49. <https://doi.org/10.1037/apl0000032>
- Qu, J., Khapova, S. N., Xu, S., Cai, W., Zhang, Y., Zhang, L., & Jiang, X. (2023). Does Leader Humility Foster Employee Bootlegging? Examining the Mediating Role of Relational Energy and the Moderating Role of Work Unit Structure. *Journal of Business and Psychology*, 38(6), 1287–1305. <https://doi.org/10.1007/s10869-023-09884-w>

- Sainz, M., & Baldissarri, C. (2021). Abusive leadership versus objectifying job features: Factors that influence organizational dehumanization and workers' self-objectification. *Journal of Applied Social Psychology, 51*(8), 825–837. <https://doi.org/10.1111/jasp.12803>
- Samian, Riantoputra, C. D., & Budihardjo, A. (2021). Why employees endorse abusive leaders: the role of trust. *Human Resource Development International, 24*(2), 133–150. <https://doi.org/10.1080/13678868.2020.1810475>
- Simard, K., & Parent–Lamarche, A. (2022). Abusive leadership, psychological well-being, and intention to quit during the COVID–19 pandemic: a moderated mediation analysis among Quebec's healthcare system workers. *International Archives of Occupational and Environmental Health, 95*(2), 437–450. <https://doi.org/10.1007/s00420-021-01790-z>
- Song, H., Yin, Q., Zhang, Q., & Li, Y. (2023). The Impact of Compulsory Citizenship Behavior on Job Performance of New-Generation Knowledge Workers: The Roles of Ego Depletion and Relational Energy. *Psychology Research and Behavior Management, 16*, 2367–2381. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S413932>
- Taherdoost, H. (2021). Data Collection Methods and Tools for Research; A Step-by-Step Guide to Choose Data Collection Technique for Academic and Business Research Projects. *International Journal of Academic Research in Management (IJARM), 2021*(1), 10–38.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## The effect of the fixed strength training method according to the method of regulating the intensity (by time) in developing some types of muscular strength and the offensive skill performance of wheelchair basketball players

Zuhair Salem Abdel Razzaq <sup>1</sup>  

Department of Student Activities / University of Basra

### Article information

#### Article history:

Received 2/5/2024

Accepted 4/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

static strength training, intensity regulation (by time), muscular strength, offensive skill performance, for wheelchair basketball players.



### Abstract

The importance of research is evident in raising the level of chair basketball players by building the necessary physical requirements, especially muscular strength of all types, through the use of appropriate training, the researcher used the experimental method because it is suitable for the research problem. The most important objectives of the research were: identifying the effect of the fixed strength training method according to the method of regulating intensity (by time) in developing some types of muscular strength and the offensive skill performance of wheelchair basketball players. The research sample included players from the Maysan Committee for the Disabled in wheelchair basketball, and the tests and training used were applied and the most important conclusions were: – Constant strength training according to the method of regulating intensity (by time) has great importance in developing some types of muscular strength and the offensive skill performance of wheelchair basketball players. Accordingly, it was recommended: – Adopting constant strength training according to the method of regulating intensity (by time), as it achieved the goal of sports training in developing some types of muscular strength and offensive skill performance for wheelchair basketball players.

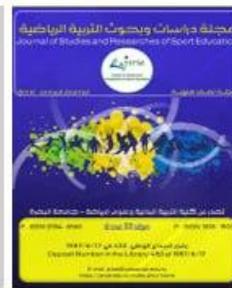
DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.693> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير أسلوب تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة (بالزمن) في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة

زهير سالم عبد الرزاق<sup>1</sup>  

جامعة البصرة / قسم النشاطات الطلابية

#### المخلص

هدف البحث الى: التعرف على تأثير أسلوب تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة (بالزمن) في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة. وشملت عينة البحث لاعبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة، حيث استعمل الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته لمشكلة البحث. وكانت أهم الاستنتاجات: - تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة (بالزمن) لها أهمية كبيرة في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة. وعليه تم التوصية: - اعتماد تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة (بالزمن) كونه حقق هدف التدريب الرياضي في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/5/2

القبول: 2024/6/4

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

#### الكلمات المفتاحية:

تدريب القوة الثابتة، تقنين الشدة (بالزمن)، القوة العضلية، الأداء المهاري الهجومي، للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يلعب العلم دورا كبيرا في الابتكار والتطور من خلال بناء أفكار علمية جديدة نابعة من عقول علماء سخروا أنفسهم في وضع كل ما هو جديد لخدمة الإنسان والارتقاء به نحو الأفضل في كافة المجالات سواء تعليمية أو تربوية أو اقتصادية أو اجتماعية وحتى الرياضية.

وفي الجانب الرياضي بدأ التفكير في الارتقاء بالمستوى الرياضي وتحقيق الانجازات من خلال التدريب الصحيح ووفق أسس علمية تدريبية تخصصية تعمل على بناء الرياضي بدنيا ومهاريا وخططيا وحسب نوع الرياضة وقدرة اللاعب والفئة العمرية. ولهذا بدأ التفكير باستخدام التقنيات العلمية لاختيار الأساليب والطرائق التدريبية وكيفية التحكم بها من خلال التقنين العلمي للتدريب والتمرينات الموضوعية ، وهنا نجد أسلوب التدريب القوة العضلية الثابتة من الأساليب التدريبية المهمة التي تعمل على إعطاء قوة عضلية متنوعة تساعد الرياضية على الأداء الفني الصحيح داخل الملعب ، وخصوصا للعضلات العاملة وحسب إمكانية اللاعب المقننة بأسلوب العلمي.

ولهذا فان لعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة هي من الألعاب الرياضية التي تعتمد على قوة الأطراف العليا في تنفيذ الأداء البدني والمهاري والخططي لتحقيق الانجازات الرياضية العالية.

ويعتبر أسلوب التدريب للقوة العضلية الثابتة من الأساليب التدريبية الناجحة لهذه الفئة لقلة حركتهم وتعمل على بناء أنواع القوة الضرورية للذراعين لغرض التحرك السريع على الكرسي مع الأداء المهاري ومنها الهجومي أثناء الحركة ، إذ يرى كل (Jaber & Abd al-Rahman, 2016) يتميز التدريب الثابت " بعد الحاجة الى اجهزة او ادوات ، اذ يمكن استخدام اطراف الجسم ضد بعضها او العمل ضد الزميل او العمل ضد الحائط ، فضلا عن امكانية استخدام الاثقال في اداء عدد كبير من تمرينات هذا النوع ، ان تطبيق التدريب الايزومتري في الاداء المهاري محدودة الى حد ما ، لذا فانه يمكن استخدام التدريب الايزومتري في حالات عدم توفر اجهزة تدريب اخرى للمحافظة على قابلية المفاصل للحركة" (Muhammed & Moutashar, 2022) ومن هنا تتجلى أهمية البحث في رفع مستوى لاعبي كرة السلة على الكراسي من خلال بناء المتطلبات البدنية الضرورية وخاصة القوة العضلية بأنواعها من خلال استخدام التدريب المناسب وهي أسلوب التدريب القوة الثابتة وتقنين التمرينات بالزمن للبقاء على المدة الأفضل في الثبات على القوة العضلية.

### 1-2 مشكلة البحث:

تسمى لعبة كرة السلة بلعبة القوة السريعة إي تتطلب القوة مع السرعة في التنفيذ ومن هنا يتبين لنا أهمية القوة العضلية بأنواعها المختلفة للأداء المهاري وخاصة الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي ، بالإضافة إن القوة تكون محددة للأطراف العليا وهي الأطراف المهمة في تنفيذ الواجب الحركي.(Al-Din Ahmed et al., n.d).

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة في لعبة كرة السلة واختصاص تدريب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة ومشاهدته لمستوى أداء لاعبي كرة السلة على الكراسي لاحظ هناك تذبذب في مستوى اللاعبين في جانب القوة العضلية وأنواعها والتي أثرت على الأداء المهاري الهجومية بأنواعها المختلفة والتي يرجع إلى الأساليب التدريبية التي ربما لا تعمل على التغيرات والتطورات المطلوبة وهنا جاء تجريب أسلوب تدريب القوة الثابتة وتقنيته بالأسلوب العلمي عن طريق الزمن لغرض معالجة مشكلة البحث، باعتبار التدريب الثابت او الايزومتري يؤدي الى " حدوث انقباض كامل يؤدي الى توتر الألياف العضلية ( Nahida Mashkoo et al., 2018) وهي في شكل ثابت دون تغيير في طولها أو تغيير في زوايا المفصل العاملة على العضلة ، وهذا النوع من العمل

يؤدي الى سرعة تطوير القوة العضلية كما يساعد على تقليل التعب ويعمل عمى تطوير القوة الخاصة من خلال العمل العضلي على زوايا مفصلية محددة لحدوث التكيفات العصبية العضلية " (Folland et al., 2005)

### 1-3 أهداف البحث :

- 1- التعرف على تأثير أسلوب تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة ( بالزمن) في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- 2- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- 3- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.

### 1-4 فرضيات البحث:

- 1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
  - 2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- 5- مجالات البحث.

1-5-1 المجال البشري : لاعبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة

1-5-2 المجال المكاني : قاعة وسام عربي الرياضية في محافظة ميسان .

1-5-3 المجال الزمني : للمدة من 2024/1/7 ولغاية 2024/3/14.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث : استعمل الباحث المنهج التجريبي وخصوصا ذو التصميم المجموعتين (الضابطة والتجريبية) لملائمة في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

2-2 مجتمع البحث وعينته: حدد مجتمع البحث المتمثلة بلاعبي كرة السلة للجنة فريق ميسان الرياضي للمعوقين للموسم الرياضي (2022-2023) والمشارك بالدوري الممتاز العراقي وبلغ عددهم (15 لاعب ) وهم معتمدين ومسجلين في لائحة الاتحاد المركزي العراقي، وتم استبعاد (5) لاختلاف درجة عوقهم . ولهذا أصبحت عينة البحث (10) لاعب وتشكل نسبة (66.67%) من المجتمع الأصلي وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية (القرعة) إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبلغ عدد كل مجموعة (5) لاعبين. وتم تجانس العينتين وتكافؤهما كما في جدول (1) باستخدام معامل الاختلاف للتجانس واستخدام اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة في التكافؤ.

### جدول (1)

يبين التجانس والتكافؤ للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			القياس	القياسات والاختبارات
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		

العمر	سنة	18.562	0.548	2.952	18.665	0.695	3.723	0.233	غير معنوي
الطول	سم	178.98	2.542	1.42	178.87	2.745	1.534	0.058	غير معنوي
الوزن	كغم	70.678	1.523	2.154	70.88	1.632	2.302	0.181	غير معنوي
القوة المميزة بالسرعة للذراعين	عدد	24.85	0.745	2.997	24.945	0.845	3.387	0.168	غير معنوي
القوة الانفجارية للذراعين	متر	4.562	0.358	7.847	4.674	0.451	9.649	0.39	غير معنوي
مطاوله القوة للذراعين	عدد	15.452	0.674	4.361	15.562	0.784	5.037	0.213	غير معنوي
التصويب الجانبي	عدد	13.245	0.542	3.412	13.451	0.652	4.847	0.486	غير معنوي
المحاورة المنتهية التصويب	ثانية	9.745	0.446	4.576	9.845	0.665	6.754	0.25	غير معنوي
سرعة التمرير	عدد	12.562	0.531	4.227	12.662	0.745	5.883	0.218	غير معنوي

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) وتحت احتمال خطأ (0.05) تبلغ ( 1.860 )

### 2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستعملة:

- المصادر العربية والأجنبية , الاختبارات والقياسات , ملعب كرة سلة قانوني , كرات سلة عدد (5) , ساعة توقيت الكترونية عدد (3) , شريط قياس بطول (6 متر), ميزان طبي.

### 2-4 إجراءات البحث الميدانية:

#### 2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

- 1- القوة المميزة بالسرعة للذراعين.
- 2- القوة الانفجارية للذراعين .
- 3- مطولة القوة للذراعين.
- 4- التصويب الجانبي.
- 5- المحاورة المنتهية بالتصويب.
- 6- سرعة التمرير.

#### 2-4-2 الاختبارات المستعملة :

#### 2-4-2-1 اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين. (Marwan, 2002)

- الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين .
- الأدوات اللازمة : مقعد سويدي , أثقال بوزن (10كغم) .
- وصف الأداء : عند البدء تكون الذراعان في امتداد كامل يرفع وزن قدره (10كغم) , يطلب من اللاعب خفض البار ورفعها للأعلى على طول امتداد الذراعين وهكذا .
- التسجيل : يحسب عدد مرات الأداء خلال (20ثانية) .

#### 2-4-2-2 اختبار القوة الانفجارية للذراعين: (Allawi & Radwan, 1994)

- اسم الاختبار : اختبار رمي الكرة الطبية زنه(3) كغم باليدين من فوق الرأس من وضع الجلوس على كرسي
- الهدف من الاختبار: قياس القوه الانفجارية لمنطقتي الذراعين والكتفين.
- الأدوات: كره طبية زنه(3)كغم وشريط قياس وكروسي مع حزام تثبيت الجذع ومحكم.

- مواصفات الأداء: يجلس المختبر على الكرسي والكرة الطبية محمولة باليدين فوق الرأس والجذع ملاصق لحافه الكرسي، يوضع الحزام حول جذع المختبر ويمسك من الخلف عن طريق محكم وذلك لغرض منع المختبر من الحركة للأمام في أثناء رمي الكرة باليدين لتتم عملية رمي الكرة باليدين فقط دون استخدام الجذع. لكل مختبر ثلاث محاولات يسجل له أفضلها.

- طريقه التسجيل: تحسب المسافة بين الحافة الأمامية للكرسي وأقرب نقطة تضعها الكرة على الأرض.

#### 2-4-3 مطاولة القوة للذراعين (Marwan, 2002)

- الغرض من الاختبار: قياس مطاولة القوة للذراعين .

- الأدوات اللازمة: عقلة أو عارضة أفقية .

- وصف الأداء: يتخذ المختبر وضع التعلق بالذراعين بحيث تكون قبضة اليدين ( ممسكة من الأسفل ) يرفع المختبر جسمه للأعلى حتى يصل الذقن إلى مستوى العارضة بدون المرجحة بالجسم أو الرجلين , ثم يقوم جسمه للعودة للوضع الطبيعي .

- التسجيل: يحسب الأداء لأكبر عدد من المرات .

#### 2-4-4 اختبار التصويب الجانبي . (Marwan, 2002)

- الغرض من الاختبار: قياس مهارة التصويب عن طريق أداء تصويبات نحو السلة من مكان محدد على أحد جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب .

- الأدوات اللازمة: هدف كرة سلة و كرة سلة .

- وصف الأداء: يصوب المختبر من المكان المحدد على جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب وعلى بعد (6م) من مركز السلة باليدين أو باليد الواحدة , على أن يقوم بأداء (10) تصويبات من أحد جوانب السلة , ثم ينتقل للجانب الآخر , ويسمح للمختبر بأن يؤدي بعض الرميات على سبيل التجريب .

- التسجيل: تحسب درجتان لكل تصويبه ( محاولة ) ناجحة تدخل فيها الكرة السلة , ودرجة واحدة لكل تصويبه ( محاولة ) تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة , ولا تحسب درجات لكل للتصويب التي تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة .

#### 2-4-4-2 اختبار المحاورة المنتهية بالتصويب (Marwan, 2002)

- الغرض من الاختبار: قياس سرعة المحاورة وسرعة التصويب .

- الأدوات اللازمة: ثلاث كراسي توضع على خط واحد على أن يلي الكرسي الثالث الهدف , يرسم خط البداية على بعد ( 19,5م) من الهدف , المسافة بين خط البداية والكرسي الأول (6 م) والمسافة بين باقي الكراسي (4,5م) , ساعة إيقاف .

- وصف الأداء: يبدأ المختبر بالجري بالكرسي المتحرك من على البداية ومعه الكرة عند سماع إشارة البدء بشكل متعرج بين المقاعد مع تنطيط الكرة حتى يصل أسفل الهدف للتهديف ثم يلتقط الكرة ليعود بنفس الأسلوب , يلاحظ عند التصويب ضرورة إحراز هدف فإذا لم ينجح المختبر في ذلك يعاود المحاولة , ثم يلي ذلك البدء بالعودة وفقاً لخط السير المحدد حتى يتجاوز خط البداية.

- التسجيل: يحسب الزمن الذي قطعه المختبر منذ لحظة صدور إشارة البدء وحتى تجاوزه خط البداية بعد تنفيذ الخطوات السابقة في مواصفات الأداء.

#### 2-4-4-2 اختبار حائط الارتداد (Marwan, 2002)

- الغرض من الاختبار: قياس سرعة التمرير .

- الأدوات اللازمة : حائط أملس مرسوم عليه مستطيل ( 120سم x 60 سم ) ارتفاع حافته السفلى عن الأرض (90 سم) ويرسم خط على الأرض يبعد (180سم) عن الحائط , ساعة إيقاف , كرة سلة .

-وصف الأداء : يجلس المختبر بكرسيه خلف الخط المرسوم على الأرض , والذي يبعد عن الحائط بمقدار (180سم) باستخدام كرة السلة يقوم المختبر بالتمرير على الحائط لأكبر عدد ممكن من التمريرات المتتالية في عشر ثواني , على أن لاتلمس الكرة الأرض خلال الأداء .

-التسجيل : يسجل عدد مرات التمريرات على الحائط خلال (10ثواني), مع ضرورة أن توجه الكرة نحو المستطيل في كل مرة  
2-4-4 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 2024/1/7 على بعض لاعبي عينة البحث الأصلية (نادي لجنة ميسان للاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة) وذلك للأغراض الآتية :

1-تقنين التمرينات المستخدمة وإيجاد الحمل التدريبي المناسب من حيث الشدة والحجم والراحة.

2-معرف مدى الصعوبة للقوة العضلية الثابتة ودرجة ملائمتها للمعاقين .

2-4-5 الأسس العلمية للاختبارات: تم الاعتماد على الاختبارات المقننة التي تتمتع بالصدق والثبات والموضوعية.

2-5 التجربة الميدانية:

2-5-1 الاختبارات القبليّة: تم تطبيق الاختبارات القبليّة بتاريخ 2024/1/14

2-5-2 التدريب المستخدم:

تم وضع مجموعة من التمرينات المطلوبة والخاصة بالقوة العضلية الثابتة (الايزومتري) وتقنين الشدة بالزمن ، وتم تطبيق هذه التمرينات وفق التفصيل التالي:

- عدد الأشهر : شهرين

- عدد الأسابيع : (8) أسابيع.

- عدد الوحدات : (24) وحدة تدريبية.

- أيام الوحدات : الأحد ، الثلاثاء ، الخميس .

- الشدة : تراوحت الشدة (80-90%)

- الحجم : تم تحديد الحجم وفق الشدة القصوي وحساب الزمن للأداء .

- الراحة : تم اعتماد النبض كمؤشر للراحة (بين التكرارات 120-130 ض/د) (بين المجموع 110-120 ض/د).

تم برمجته بالقسم الرئيس من الوحدات التدريبية للمدرب ، وتم تطبيقه خلال فترة الإعداد الخاص، وبداء تطبيق التدريب

بتاريخ 2024/1/15 وانتهى بتاريخ 2024/3/11

2-5-3 الاختبارات البعدية: تم تطبيق الاختبارات البعدية بتاريخ 2024/3/14 .

2-6 الوسائل الإحصائية: تم استخدام النظام الإحصائي (SPSS) لمعالجة النتائج مستخدما ما يلي:

1-الوسط الحسابي . 2-الانحراف المعياري. 3-معامل الاختلاف. 4-النسبة المئوية. 5-اختبار (ت) للعينات المترابطة. 6-اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول ( 2 )

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية لمتغيرات البحث القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
			بعدي	قبلي		
معنوي	2.6	0.523	26.21	24.85	عدد	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
معنوي	3.58	0.241	5.425	4.562	متر	القوة الانفجارية للذراعين
معنوي	2.656	0.667	17.232	15.452	عدد	مطاوله القوة للذراعين
معنوي	2.915	0.712	15.321	13.245	عدد	التصويب الجانبي
معنوي	2.526	0.598	8.234	9.745	ثانية	المحاورة المنتهية التصويب
معنوي	2.373	0.705	14.235	12.562	عدد	سرعة التمرير

قيمة (ت)الجدولية عنده درجة حرية (4) وتحت احتمال خطأ (0.05) بلغت = 2.132

جدول ( 3 )

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية لمتغيرات البحث القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
			بعدي	قبلي		
معنوي	4.169	0.889	28.652	24.945	عدد	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
معنوي	2.717	0.814	6.886	4.674	متر	القوة الانفجارية للذراعين
معنوي	4.127	0.889	19.231	15.562	عدد	مطاوله القوة للذراعين
معنوي	4.127	0.996	17.562	13.451	عدد	التصويب الجانبي
معنوي	2.411	0.817	7.875	9.845	ثانية	المحاورة المنتهية التصويب
معنوي	4.344	0.893	16.542	12.662	عدد	سرعة التمرير

قيمة (ت)الجدولية عنده درجة حرية (4) وتحت احتمال خطأ (0.05) بلغت = 2.132

جدول ( 4 )

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية لمتغيرات البحث البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
		ع	س البعدي	ع	س البعدي		
معنوي	4.884	0.657	28.652	0.756	26.21	عدد	القوة المميزة بالسرعة للذراعين

معنوي	4.309	0.521	6.886	0.435	5.425	متر	القوة الانفجارية للذراعين
معنوي	4.289	0.745	19.231	0.562	17.232	عدد	مطاولة القوة للذراعين
معنوي	5.335	0.634	17.562	0.552	15.321	عدد	التصويب الجانبي
معنوي	2.175	0.235	7.875	0.232	8.234	ثانية	المحاورة المنتهية التصويب
معنوي	5.377	0.635	16.542	0.578	14.235	عدد	سرعة التمرير

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) وتحت احتمال خطأ (0.05) تبلغ (1.860)

هناك تطور للمجموعتين الضابطة والتجريبية في أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة وهذا يدل على انتظام العينة في التطبيق والتخطيط الصحيح من قبل المجموعتين وهذا ما يؤكد ( Al-Mukhtar, 1998) الذي ذكر " أن التخطيط السليم واختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفة البدنية في الوقت نفسه تعمل على إتقان اللاعب للمهارات الأساسية "

كما إن المجموعتين حققت أهداف التدريب الرياضي وما يسعى لهم المدربين وكما يذكره (Marwan & Muhammad, 2010) " إن هدف عملية التدريب الرياضي هو الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى من الانجاز الرياضي في الفعالية أو النشاط الذي تخصص فيه اللاعب" (Sabet & Ali, 2012)

اذ إن أسلوب تدريب القوة الثابتة أفضل في رفع مستوى القوة العضلية وأنواعها بالإضافة إلى تأثيره على الأداء المهاري الهجومي على اعتبار ان التدريب الايزومتري " أكثر فاعلية ويتمثل أحد قيود التدريب الايزومتري في انه ينتج تكيفات عالية مع زيادات كبيرة في القوة لزوايا محددة خاصة بالعمل العضلي ولكن مع القليل من النقل الى اطوال العضلات الاخرى ، كما يساعد التدريب الايزومتري على تقليل التعب ويعمل على تطوير القوة الخاصة من خلال تحسين القوة العضلية عند زوايا عمل عضلي محددة ومشاركة في موقف ميكانيكي لحركة معينة ويساعد على حدوث التكيفات العصبية العضلية " (Lum & Barbosa, 2019) (Kadhim et al., 2024)

كما استعمل الأسلوب التدريبي المؤثر على الجانب العضلي وخصوصا إذا كانت تمرينات القوة أكيد سوف تساعد على نجاح الجانب البدني والمهاري اذ يعد التدريب الايزومتري بأنه " أحد أساليب تدريبات القوة العضلية الذي يتضمن إنتاج مقدار من القوة العضلية دون حدوث تغير في طول العضلة او زاوية عمل المفصل ، وللتدريب الايزومتري العديد من الفوائد حيث يساعد على تحسين القوة الخاصة للعضلات العاملة نتيجة للتدريب عند الوضع الميكانيكي الخاص بالعمل العضلي وزيادة معدلات التعبنة العضلية للوحدات الحركية المشاركة في الانقباض العضلي " (Ackland et al., 2009) ويجب ان يكون التدريب للاعبين كرة السلة على الكرسي مطابق لاجواء المنافسة ولهذا فان الحركة بالتدريب الثابت تكون على المسار الحركي للعضلة ولهذا يرى كل من (Khazal et al., 2021) " يجب اخضاع لاعبي كرة السلة على الكراسي الى تدريبات مشابهة للمباراة " (Hamid et al., 2024)

وفي جانب تطور القوة الانفجارية والقوة الممزوج بالسرعة يعتمد على مقدار القوة وطبيعتها التي تؤثر على كل أنواع في حالة تطبيقها وفق المسار الفني للأداء (Aldewan et al., 2013) ، اذ إن " عملية التغلب على مقاومة من خلال تأدية حركة فنية معينة وإنجازها بأقصى سرعة أو أقصر وقت ممكن تحقق في خدمة القوة الانفجارية وبتكرار ذلك زادت فاعلية القوة المميز بالسرعة" (Qasim, 2022) .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1 الاستنتاجات.

- 1- تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة ( بالزمن ) لها أهمية كبيرة في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- 2- القوة العضلية الثابتة لها تأثير على إعطاء تطور بنسب أكبر لبقية أنواع القوة العضلية كما تؤثر على المهاري الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

##### 4-2 التوصيات.

- 1- اعتماد تدريب القوة الثابتة وفق أسلوب تقنين الشدة ( بالزمن ) كونه حقق هدف التدريب الرياضي في تطوير بعض أنواع القوة العضلية والأداء المهاري الهجومي للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- 2- اعتماد القوة العضلية الثابتة لما لها تأثير على إعطاء تطور وبنسب أكبر لبقية أنواع القوة العضلية كما تؤثر على المهاري الهجومية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبو لجنة ميسان للمعاقين بكرة السلة على الكراسي المتحركة

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

زهير سالم عبد الرزاق <https://orcid.org/0000-0001-5107-2176>

## References

- Ackland, T. R., Elliott, B., & Bloomfield, J. (2009). *Applied anatomy and biomechanics in sport*. Human Kinetics.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 36*, 27–41.  
<https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Al-Din Ahmed, D., Rahim Nouri Harbi, A., Jaber Musharraf, A., & Firas Abdullah Al-Rawe, M. (n.d.). Mental Motivation and its Relationship to the Students' Performance of Gradable Scoring Skill in Basketball. *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE (Vol. 14))*.
- Allawi, M. H., & Radwan, M. N. al-D. (1994). *Motor Performance Tests* (3rd edition). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Mukhtar, H. M. (1998). *Football Technical Director* (p. 96). Al-Kitab Publishing Center.
- Folland, J. P., Hawker, K., Leach, B., Little, T., & Jones, D. A. (2005). Strength training: Isometric training at a range of joint angles versus dynamic training. *Journal of Sports Sciences, 23*(8), 817–824.
- Hamid, N. S., Mushref, A. J., AHMED, D. M. A., & Abdullah, F. (2024). The effect of the active discussion strategy on psychological stability and the development of some offensive skills in basketball for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(2).  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.485>
- Jaber, W. F., & Abd al-Rahman, N. (2016). The effect of static and dynamic muscle force on developing the maximum strength of the rectus femoris muscle according to some electrical activity variables and the completion of the snatch lift. *Al-Qadisiyah Journal of Physical Education Sciences, 16*(2), 28.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education, 13*(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Khazal, H. J., Abdel Razzaq, Z. S., & Kazem, H. A. R. (2021). The effect of mental training in developing some basic skills for wheelchair basketball players. *Journal of Physical Education Studies and Research, 31*(1), 134–145. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/85>

- Lum, D., & Barbosa, T. M. (2019). Brief review: effects of isometric strength training on strength and dynamic performance. *International Journal of Sports Medicine*, 40(06), 363–375.
- Marwan, A. M. I. (2002). *Sports Encyclopedia for People with Disabilities* (First Edition, p. 159). International Scientific Publishing and Distribution House.
- Marwan, A. M. I., & Muhammad, J. A.–Y. (2010). *Modern trends in the science of sports training* (1st edition, p. 22). Al–Warraq Publishing and Distribution.
- Muhammed, S. A., & Moutashar, Y. H. (2022). Predicting the Level of Skill Performance in Terms of the Explosive Ability of the Arms and the Stability of Scoring for Wheelchair Basketball Players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(1).  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i1.278>
- Nahida Mashkoo, Qusai Ali, & William AliWilliam. (2018). the effect of exercises using rubber ropes and water resistance on the ability to withstand the strength and power characteristic of speed and to achieve the effectiveness of . *Journal of Physical Education Studies and Research*, 29(4). –  
[https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAAJ&citation\\_for\\_view=VXWUUhQAAAAJ:KIAtU1dfN6UC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAAJ&citation_for_view=VXWUUhQAAAAJ:KIAtU1dfN6UC)
- Qasim, M. H. (2022). The Effect of the Educational Trial and Error Method on Raising Self–Confidence and Learning Some Offensive Skills Basketball for Beginners. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 208–218. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.344>
- Sabet, S. H., & Ali, M. M. (2012). Effect of exercise on the level of learning some skills of basketball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32.

ملحق (1)

(نموذج من الوحدات التدريبية )

الشدة: 80%

الأسبوع : الأول

زمن التمرينات: 40-42 دقيقة

الوحدة التدريبية (1)

الراحة بين المجاميع	الراحة بين التكرارات	الحجم	التمرينات	زمن بالدقيقة	القسم
			احماء	15	التمهيدي
رجوع النبض (120-110) ض/د	رجوع النبض (130-120) ض/د	2×15	1-القوة المميزة بالسرعة للذراعين	2.56	الرئيسي
		2×12	2-القوة الانفجارية للذراعين	2.42	
		10×2	3-التصويب الجانبي	2.58	
		5×12	4-المحاورة المنتهية التصويب	2.15	
		2×12	5-سرعة التمرير	2.10	
			تهديئة	10	الختامي



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of an educational curriculum using educational video in learning the skills of smashing and blocking with volleyball for second-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Basra

Mustafa Adnan Mustafa<sup>1</sup>  Muhammad Ali Faleh<sup>2</sup>  Qaswer Abdel Hamid Abdel Wahid<sup>3</sup> 

General Directorate of Basra Education<sup>1</sup>

University of Basra – College of Education and Sports Sciences<sup>2,3</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 23/5/2024

Accepted 5 /6/2024

Available online 15,July,2024

#### Keywords:

educational curriculum – educational video – smashing and blocking wall skills ,Teaching methods

### Abstract

The study aimed to prepare an educational curriculum that included the use of educational video to teach the skills of smashing and blocking with volleyball to students. The researchers used the experimental method because it was compatible with the nature of the study. The sample was the students of the second stage in the College of Physical Education and Sports Sciences (University of Basra), who numbered (36) students. The researchers used statistical systems to process the data according to the statistical package (SPSS ver. 21). We concluded that there is a positive effect of using educational video within the educational curriculum and recommended the necessity of using educational video in the educational curriculum for volleyball for the second stage in the College of Physical Education and Sports Sciences.





# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## تأثير مناهج تعليمي باستخدام الفيديو التعليمي في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة

مصطفى عدنان مصطفى<sup>1</sup> محمد علي فالح<sup>2</sup> قسور عبد الحميد عبد الواحد<sup>3</sup>

المديرية العامة لتربية البصرة<sup>1</sup>

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة<sup>2,3</sup>

### المخلص

هدفت الدراسة الى اعداد مناهج تعليمي متضمنا استعمال الفيديو التعليمي لتعليم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة للطلاب واستعمل الباحثون المنهج التجريبي كونه يتلاءم مع طبيعة وكانت العينة هم طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (جامعة البصرة) والبالغ عددهم (36) طالبا ، استعمل الباحثون النظم الإحصائية في معالجة البيانات وفق الحقيبة الإحصائية (SPSS ver. 21) وقد استنتجنا بوجود تأثير ايجابي لاستعمال الفيديو التعليمي ضمن المنهاج التعليمي واوصينا بضرورة استعمال الفيديو التعليمي في المنهاج التعليمي لمادة كرة الطائرة للمرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/5/23

القبول : 2024/ 6/ 5

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024,

### الكلمات المفتاحية :

المنهاج التعليمي \_ الفيديو التعليمي \_ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد, طرائق تدريس

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة واهمية البحث

يخطو العالم من حولنا بخطى سريعة نحو التقدم ويعتبر مجال التعليم هو أساس هذا التقدم ولذلك فقد اهتمت الكثير من الدول المتقدمة بالتعليم حيث يعتبرون ان التعليم أحد الركائز الأساسية لبناء المجتمع وتقدمة كما أولت هذه الدول عناية فائقة لتطوير التعليم على اختلاف مراحله. ويعتبر الفيديو التعليمي نوع من افلام المعرفة والثقافة العامة ، ويقدم المعلومات والبيانات والحقائق العلمية بشيء من التقصيل والاسهاب ، مع كثير من التبسيط بطريقة دراسية بحثه ، ويتخصص في تعليم المفاهيم والمعارف والمهارات ويستعمل عادة في رياض الأطفال (Othman et al., 2023) او مراكز التأهيل او اي مراكز تعليمية اخرى (Habib, 2013) ، ويحتاج الطلاب الى تعلم كيفية توظيف تقنية الفيديو التعليمي وقدرتها الفائقة على نقل وإدارة وتبادل المعلومات وتحليلها في تحسين تعلمهم ، وتعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب المشهورة والمعروفة في بلدان العالم منذ بداية القرن الحالي، إذ إنها لاقت إقبالاً من الجمهور الغفير، لما تتميز به من مهارات فنية وخطط تكتيكية بعيداً عن كل أسباب العنف والقوة ، وهذه هي النقطة المهمة التي زادت من اشتياق الجمهور لمشاهدتها وممارستها ، فهي لعبة لطيفة جميلة تتسم بروح التعاون بين أعضاء الفريق وتثير حماس الجمهور للمشاهدة ولاسيما في المدة الأخيرة، وبهذه السمات التي صاحبت هذه اللعبة ، أصبحت من الألعاب الرياضية التي لا يخلو برنامج شبابي و ترويجي من وجودها ضمن فقراته، وأصبحت من الألعاب الأساسية في مؤسساتنا التربوية تمارس من لدن الطلاب والطالبات، وتدخل في برنامج المسابقات الرياضية على مستوى الأندية الرياضية، وهي لعبة تتسم باللفظ والرقعة والفرن الجميل من اللعب والاداء وذلك انها ذات مستوى عال من الجودة والالتقان والفرن وإبراز المواهب (Al-Abadi, 2015) (Aldewan et al., 2015)

ومن خلال ما تقدم فإن اهمية البحث تكمن في ضرورة استعمال الفيديو التعليمي ضمن المنهاج التعليمي في بيئة التعليم في الوحدة الدراسية وبناء نموذج للتدريس مشتملاً على عرض المعارف والمهارات وخطوات التطبيق اثناء تدريس الطلاب وتفعيل المشاركة من خلال التواصل عبر وسائل الاتصال وتقييم الطالب من خلال مؤشرات الاداء وفق معيار محدد مما يؤدي الى تحسين تعلم الطلاب. (Ameer et al., 2021) (Hasan et al., 2022)

### 1-2 مشكلة البحث

كثيرا ما نجد صعوبات تواجه الطالب والمدرس في العملية التعليمية ولأسباب كثير تتعلق بالمتعلم من جهة وبالمعلم وبالمنهج المتبع والمقرر من الادارة من جهة اخرى ، ومن خلال متابعة الباحثون للعملية التعليمية كونه مدرس تربوي فقد لخص المشكلة البحثية في عدة نقاط وكما يلي :

1- هنالك تباين في الوحدات الدراسية في ما يخص الجانب التقني وفق المنهج التعليمي والاداء المهاري ولا يأخذ حيزاً كبيراً في التعليم.

2- هنالك تفعيل بسيط للفيديو التعليمي التفاعلي اثناء الوحدات الدراسية .

3- توجد فرص بسيطة لتقويم الطالب ذاتياً وتتبع ادائه اثناء الوحدات الدراسية ولا يؤخذ بنظر الاعتبار دور الطالب في اكتشاف أخطاء الأداء وتعديلها بصورة مستمرة من خلال مشاهدة أدائه أو أداء زملائه وتفسيرها بحيث لا يوجد الوقت الكافي لهذه العملية

### 1-3 اهداف البحث

- 1- اعداد منهاج تعليمي متضمنا استخدام الفيديو التعليمي لتعليم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة للطلاب.
- 2- التعرف على تأثير المنهاج التعليمي باستخدام الفيديو التعليمي التفاعلي لتعليم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

#### 4-1 فروض البحث

- 1- هناك تأثير ايجابي على مستوى تعليم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد باستخدام الفيديو التعليمي .
- 2- هناك فروق ذات دلالة احصائية للاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعدية .

#### 5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (جامعة البصرة) والبالغ عددهم (36) طالبا.

2-5-1 المجال الزمني : الفترة من 2024\9\1 ولغاية 2024 \5\30

3-5-1 المجال المكاني : القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (جامعة البصرة) .

#### 1-2 الدراسات النظرية

##### 1-1-2 مفهوم التدريس

ان التدريس كمفهوم متخصص هو علم تطبيقي التربية حيث يوجد تلازم واضح بين لفظ التربية ولفظ التدريس بحيث لا تذكر كلمة التربية إلا ويقفز لفظ التدريس إلى الأذهان.

ويمكن تعريف التدريس : انه عبارة عن سلسلة منظمة من الفعاليات يديرها المعلم ويسهم فيها المتعلم عملياً ونظرياً ويقصد تحقيق أهداف معينة (Al-Jumaili, 2005)

التدريس علم له أصوله وقواعده التي تساعد في معرفه الدرس وتفسير ما يحدث في بيئة التعلم والتنبؤ بما يحدث فيها تمهيداً للسيطرة على مجريات هذه العملية وتوجيهها نحو الأفضل.

التدريس يشكل مجموعه نظريات و حقائق تطبق و تحول الى المهارات و خبرات من خلال التدريب , ان التدريس هو سلسله من اتخاذ القرارات الهدف الرئيسي للتدريس هو ايجاد طرائق عديدة تساعد الطالب على التعليم والنمو او التصميم و رسم التجارب التربوية والتي من خلاها سوف تنمو مهارات وحالات الطلبة وتمكنهم من التمتع بتجارب التعليم والنشاط او الموضوع الذي درسه او تعلموه الغرض من التدريس هو توصيل المعارف و العلوم المتنوعة و المختلفة من المدرس الى الطالب ( Al-Rubaie, 2006)

كما ان التدريس فن إذ إن بعض مظاهره ذات طابع فردي أو شخصي، تلعب فيه خبرة المعلم وقيمه وعاداته ومفهومه عن التدريس دوراً مركزياً . (Al Diwan, 2009)

وبعد إتقان هذه المهارات يأتي دور البراعة أو الفن، ولذلك يختلف المدرسون في تعاملهم مع مواقف التعلم المتنوعة وبراعتهم في استغلال كل فرصة متاحة لجذب انتباه طلابهم ودفعهم للمشاركة في نشاطات التعلم بشغف واهتمام، إذ يمزج المدرس في ممارساته بين التدريس ، التدريس عمليه تربوية هادفة تأخذ في اعتبارها كافة العوامل المكونة للتعليم اذ يتعاون خلالها المعلم والطلبة لتحقيق الاهداف التربوية (Zaitoun, 2004) (Abdel & Ali, 2014)

##### 1-1-1-2 اهمية التدريس والصفات الجيدة في التدريس

اهمية التدريس (al-Shahat, 2007)

إن من أهم الظواهر الحضارية للمجتمعات الحديثة إنشاء المدارس فيها لكي يعهد إليها بأعداد الناشئ إعداداً علمياً وصحياً، نيابة عن المجتمع، وتساعد الأسرة في ذلك وكانت من أهم دواعي إنشاء تلك المدارس ما يلي :

أ- نظراً لاتساع المعرفة وتعمقها وعجز الأسرة عن مساعدة الطفل في كسر هذه المعرفة فقد لجأ المجتمع إلى إنشاء المدرسة وجعلها مؤسسة تقوم بهذا الدور بمساعدة المعلمون .

ب- اختلاف الأسر في المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي والمعتقدات الدينية والسياسية أدى في كثير من الأحيان إلى عدم قدرة الأسرة على اختيار أنماط السلوك المرغوب.

ولهذا كانت المؤسسة هي المؤسسة التي تحاول أن تنتقي أنماط السلوك المرغوبة وبناء قاعدة مشتركة بين أبناء الجيل الواحد. ولذلك فان للتدريس أهمية كبرى يمكن ان تتضح في ما يلي :

1- نقل التراث الثقافي.

2- تكوين الاتجاهات السلوكية المرغوبة.

3- الإرشاد والتوجيه.

4- الاهتمام بالصحة النفسية للطلاب.

5- غرس روح البحث العلمي.

**الصفات الجيدة في التدريس (Aldewan & Sheikh Ali, 2016)**

1- الشمول، بحيث تتضمن جميع المواقف والاحتمالات المتوقعة في الموقف التعليمي

2- المرونة والقابلية للتطوير، بحيث يمكن استخدامها من صف لآخر

3- أن ترتبط بأهداف تدريس الموضوع الأساسية

4- أن تعالج الفروق الفردية بين الطلاب.

5- أن تراعي نمط التدريس ونوعه ( فردي ، جماعي)

6- أن تراعي الإمكانيات المتاحة بالمدرسة.

## **2-1-1-2 طريقة التدريس**

ان الطريقة لغة تعني المذهب، والسيرة، والمسالك الذي تسلكه للوصول إلى الهدف ، وتعني اصطلاحاً جملة الوسائل

المستخدمة لتحقيق غايات تربوية، فهي جهد يبذل من اجل بلوغ غاية .

وتقول طرائق وليس طرق ، لان الطرق جمعها طريق وهو مكان العبور او الممشى ، بينما الطريقة جمعها طرائق وتعرف الطريقة

أيضاً الوسيلة التي يتبعها المدرس أو المعلم لإفهام الطلبة أو التلاميذ لأي درس من الدروس وفي أي مادة من المواد وتعرف

أيضاً، أنها سلاح المدرس في توصيل المادة الدراسية إلى الطلاب أثناء العملية التدريسية، وللطريقة مواصفات محددة يستخدمها

المدرس تتناسب وطبيعة المادة الدراسية ومستوى الطلاب كذلك تعد الطريقة ، هي حلقة الوصل بين المتعلم والمنهج ، وهي

إجراءات يتبعها المدرس لمساعدة طلابه على تحقيق الأهداف، ولتوضيحها أكثر يذهب المؤلفان على إنها خطوط إجرائية يقوم

بها المدرس أو المعلم لتوصيل المادة الدراسية للطلاب من معلومات ومهارات واتجاهات بسهولة ويسر من خلال تفاعل بين

المدرس والطالب وتحقيق التواصل العلمي المطلوب لهذه الخطوات، نأخذ مثالا على طريقة الإلقاء وخطواتها هي : المقدمة أو

التمهيد ثم عرض الدرس والربط والموازنة إلى الاستنباط ثم التطبيق والتعميم، أي أن لكل طريقة خطوات إجرائية فكل طريقة ليس

لها خطوات لا تسمى طريقة تدريسية ، فهناك الطريقة القياسية والاستقرائية واللاقائية والاستكشاف وغيرها ، أما الطريقة الكلية

والجزئية والمختلطة فهي طرائق لتعلم المهارات الحركية (Aldewan & Sheikh Ali, 2016)

### 2-1-2-3 اسلوب التدريس

يعرف أسلوب التدريس، بأنه النمط الدراسي الذي يفضلهُ معلم أو مدرس ما، ويمكن تعريفه، بالكيفية التي يتناول بها المدرس طريقة التدريس أثناء قيامه لعملية التدريس أن الأسلوب، هو النمط الذي يتبعه المدرس في توظيف أو تنفيذ طرائق التدريس بفعالية تميزه عن غيره من المدرسين الذين يستخدمون نفس الطريقة، ومن ثم فإن أسلوب التدريس يرتبط بصورة أساسية بالخصائص الشخصية للمدرس

### 2-1-2-4 العلاقة والفرق بين استراتيجية التدريس وطريقة التدريس وأسلوب التدريس

يمكن تحديد الفرق بين الاستراتيجية والطريقة والأسلوب في أن استراتيجية التدريس أشمل من الطريقة فالاستراتيجية هي التي تختار الطريقة الملائمة مع مختلف الظروف والمتغيرات في الموقف التدريسي واستراتيجية التدريس أعم واشمل من طريقة التدريس، حيث أن الاستراتيجية تقوم على عدة طرق أو طريقة واحدة بحسب الأهداف المرجو تحقيقها من الاستراتيجية، أما الطريقة فإنها تختار لتحقيق هدف متكامل خلال موقف تعليمي واحد، أما الطريقة فإنها بالمقابل أوسع من الأسلوب إذن فطريقة التدريس هي وسيلة الاتصال التي يستخدمها المعلم من أجل إيصال أهداف الدرس إلي طلابه، أما أسلوب التدريس فهو الكيفية التي يتناول بها المعلم الطريقة (طريقة التدريس) والاستراتيجية هي خطة واسعة وعريضة للتدريس، فالطريقة أشمل من الأسلوب ولها خصائص مختلفة، والاستراتيجية مفهوم أشمل من الاثنين فالاستراتيجية يتم انتقاؤها تبعاً لمتغيرات معينة وهي بالتالي توجه اختيار الطريقة المناسبة والتي بدورها تحدد أسلوب التدريس الأمثل والذي يتم انتقاؤه وفق لعوامل معينة (Nimah & Al-Jubouri, 2015)

### 2-1-3 المنهاج التعليمي

يعتبر المنهج في نطاق هذا المفهوم بأنه مجموعة من المواد الدراسية التي يتولى المختصون إعدادها أو تأليفها ويقوم المدرسون بتقويمها أو تدريسها ويعمل الطلبة على تعلمها أو دراستها (Melhem, 2000) والمنهج بمفهومه الحديث هو مجموعة من الخبرات المربية التي تهيئها المدرسة للطلاب داخلها أو خارجها من أجل مساعدتها على النمو الشامل الذي يؤدي الى تعديل سلوكها والعمل على تحقيق الأهداف التربوية وبهذا المفهوم والاتجاه التربوي الجديد أنقل المنهج من معناه التقليدي الضيق الى المعنى الاوسع ليشمل الكثير من الخبرات التعليمية والمهارات والاتجاهات والميول والقيم الاجتماعية والتي تعدها المدرسة لتعلمها الى طلابها وتحت إشرافها وتوجيهها، وهذا يعني الاهتمام بتنمية السلوك السليم عند المتعلم وتحقيق النمو الشامل لشخصيته منطلقاً من عدة وسائل وعدم الاعتماد على وسيلة واحدة معينة (Al-Wakeel, 1990)

وعرفه جابر عبد الحميد" انه جميع الخبرات التربوية التي تقدمها المدرسة للطلبة داخل حدودها او خارجها لمساعدتهم على نمو شخصيتهم في جوانبها المتعددة نمواً يتفق مع الأهداف التعليمية" (Hindam & Abdel Hamid, 1978) ويرى الباحثون ان المنهاج التعليمي هو مجموعة من الخيارات المحددة من قبل المتخصصين لغرض بلوغ التعليم الى اعلى المستويات وهو ايضا يعتبر وسيلة فعالة لتطوير العملية التعليمية التي تساعد على اختيار الطرق الامثل للتدريس .

### 2-1-4 الفيديو التعليمي

أصبح استعمال الفيديوهات التعليمية القصيرة بشكل عام يتم بصورة منتظمة وكجزء أساسي من الدروس اليومية التي يقدمها المعلمون، وبدلاً من الاستهلاك السلبي لمحتوى الفيديوهات التعليمية، فقد أصبح الطلاب في أيامنا هذه أكثر تفاعلاً بفضل

النشاطات والنقاشات التي يطرحها المعلمون حول هذه الفيديوهات، وبالتالي لم يعد استعمال هذه الفيديوهات من المكملات التعليمية الإضافية والتي تُستعمل في مناسبات محددة فقط ، بل أصبح عنصرًا أساسيًا لنجاح الحصة الدراسية.

ويرى الباحثون ان الفيديو التعليمي هو وسيلة تعليمية ومادة سمعية بصرية تتيح للمتعلم فرصة لاكتساب خبرات جديدة وتحقيق اهداف تعليمية خاصة وله مميزات عديدة حيث يساهم في اشباع الجانب الحسي للمتعلم من خلال الصوت والصورة وهذا يساعد في ادراك المعارف والمفاهيم وان فكرة التدريس من خلال الفيديو هي فكرة رائعة وفعالة خاصة عندما يواجه الطلاب مشكلة او صعوبة في جانب معين من النشاطات التعليمية وبالإمكان ايقاف الفيديو والمناقشة حول الإيجابيات والسلبيات وايجاد الحلول لها وايضا يتيح للمتعلم اعادة مشاهدته في اي وقت وفي اي مكان وبسهولة تامة

### 3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

#### 3-1 منهج البحث

استعمل الباحثون المنهج التجريبي كونه يتلاءم مع طبيعة مشكلة البحث وبتصميم مجموعتين ضابطة وتجريبية ذي الاختبارين القبلي والبعدي كما مبين في الجدول (1) .

جدول (1)

خطوات الدراسة					مجموعتي البحث	تصميم البحث
خطوة (5)	خطوة (4)	(3) إختبار بعدي	(2) متغيرات مُستقلة	(1) إختبار قبلي		
الفرق باختبار المجموعتين البعدي	فروق الإختبار القبلي والبعدية	مهارة الضرب الساحق	منهاج تعليمي باستخدام الفيديو التعليمي	مهارة الضرب الساحق	ضابطة	مجموعتان متساويتان
		مهارة حائط الصد	منهاج مُدرس المادة	مهارة الضرب الساحق حائط الصد		

#### 3-2 مجتمع البحث وعينته

تمثل عينة البحث المجتمع الاصلي تمثيلا حقيقيا ، وان عينة البحث ( هي عدد من الافراد او الاشياء التي تختار على وفق قاعدة او اسلوب معين من المجتمع الاحصائي الذي يمثل هذا المجتمع ) (Al-Fartusi, 2007) وحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة والبالغ عددهم (105) طالبا، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية تحقيقا لأهداف البحث ، حيث تم اختيار عينة التجربة الرئيسية ( عينة التطبيق ) شعبتين ( أ - د ) وتقسيمهما الى مجموعتين ( تجريبية وضابطة ) بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة ومثلت شعبة ( أ ) المجموعة التجريبية والبالغ عددهم (18) طالبا وبنسبة مئوية بلغت 17.14% ومثلت شعبة ( د ) المجموعة الضابطة والبالغ عددهم (18) طالبا وبنسبة مئوية بلغت 17.14% وتم استبعاد طلاب التجربة الاستطلاعية والمتغيين ومن يمثل فريق الكلية واصبحت عينة ابحاث (36) طالبا وبنسبة مئوية بلغت (34,28%) وطبقت المجموعة التجريبية المنهاج تعليمي باستخدام الفيديو التعليمي فيما طبقت المجموعة الضابطة منهاج مُدرس المادة كما موضح في الجدول (2) .

جدول (2)

توزيع المجموعتين التجريبية والضابطة

العينة الاستطلاعية	المستبعدون	عينة البحث		الأسلوب المستخدم	المجموعة	مجتمع البحث
		العدد	العدد			
10	4	18	22	الفيديو التعليمي	التجريبية	العدد 105
	0	18	18	الأسلوب المعتاد للمدرس	الضابطة	
10	4	36	40	المجموع		

3-3 تجانس وتكافؤ عينة البحث:

لأجل التوصل الى مستوى واحد ومتساوي لعينة البحث ولتجنب المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج البحث من حيث الفروق الفردية الموجودة بين اللاعبين ، قام الباحثون بأجراء التجانس على عينة بحثه بأخذ المتغيرات ( العمر الزمني ، الطول ، الكتلة) وبعد ذلك جرت المعالجات الاحصائية لهذه المتغيرات عن طريق قانون معامل الالتواء، إذ كانت القيم محصورة بين (3±) مما يدل على حسن توزيع العينة وانتشارها اعتدالياً داخل مجموعة البحث ، والجدول (3) يبين ذلك.

جدول (3)

يبين تجانس مجموعتي البحث في متغيرات ( العمر الزمني ، الطول، الكتلة)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	النتيجة
1	العمر الزمني	سنة	19.500	19.000	1.555	0.587	متجانسة
2	الطول	سم	173.167	173.500	7.212	-0.311	متجانسة
3	الكتلة	كغم	70.500	69.000	5.775	0.779	متجانسة

3-4 الوسائل والادوات والاجهزة المستعملة

\* المصادر العربية والاجنبية ، استمارة تقييم الاداء الفني لمهارة الارسال والضرب الساحق وحائط الصد ، الملاحظة ، شبكة الانترنت ، ملعب للكرة الطائرة قانوني ، كرات طائرة عدد 10 ، شريط لاصق ، ستاند خاص بالكاميرات ، ميزان الكتروني شاشات لعرض الفيديو التعليمي ، آلة تصوير كاميرا نوع ( Nikon D7100 ) ، جهاز حاسوب الكتروني نوع (hp)، أقراص ليزرية ، حاسبة يدوية ، برامج المونتاج

3-5 الاختبارات المستعملة

اختبار تقييم الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق (Radi, 2009)

- الغرض من الاختبار: تقييم الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق المواجه بأقسامها الثلاثة ( التحضيري - الرئيسي - الختامي ) .
- الأدوات : ملعب للكرة الطائرة ، كرات طائرة ، كامرة فيديو

- مواصفات الأداء : يقوم الطالب بأداء الضرب الساحق المواجه في مركز (4) (ثلاث محاولات) باتجاه الملعب المقابل وبغض النظر عن مكان سقوط الكرة .

- التسجيل : يقوم الخبراء بتقييم المحاولات الثلاث المتتالية لكل طالب ويمنح عنها ثلاث درجات عن كل خبير ، علما ان الدرجة التقويمية لكل محاولة (10) درجات موزعة على الأقسام الثلاثة للضرب الساحق وكالاتي: (3) درجات للقسم التحضيري و(5) درجات للقسم الرئيسي و(2) درجة للقسم النهائي ويتم احتساب الدرجة النهائية لكل طالب عن طريق استخراج الوسط الحسابي للدرجات الثلاث لكل خبير .

### 3-6 التجربة الاستطلاعية

أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية الخاصة بتقييم الاداء المهاري (الفني) في القاعة الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة وذلك في يوم الاحد المصادف 2024/2/25 على (10) طلاب

### 3-6-1 التجربة الرئيسية

### 3-6-2 الاختبار القبلي

تم إجراء الاختبارات القبلي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة عن طريق تصوير الاداء الفني وكان ذلك في يوم الاحد المصادف 2024/3/3 من خلال تطبيق المهارات المبحوثة والتي يتم استخراج نتائجها من خلال التصوير الفيديوي للأداء الفني لكل لاعب ويتم تقييمها من قبل الخبراء وقد اكد الباحثون وفريق العمل المساعد بان جميع الاجراءات التي تم تطبيقها على عينة البحث التجريبية هي نفسها تم تطبيقها اثناء اختبار عينة البحث الضابطة .

### 3-6-3 الوحدة التعريفية

تم إجراء وحدة تعريفية في يوم الاثنين المصادف 2024/3/4 على المجموعة التجريبية وذلك للتعرف على طبيعة تطبيق المنهاج التعليمي باستخدام الفيديو التعليمي التفاعلي وطبيعة عمل المجموعة التجريبية خلال الوحدة التعليمية .

### 3-6-4 المنهج التعليمي

يعتبر المنهاج التعليمي هو " جميع الخبرات (النشاطات أو الممارسات) المخططة التي توفرها المؤسسة لمساعدة الطلبة على تحقيق النتائج التعليمية الى أفضل ما تستطيع قدراتهم (Ibrahim, 2000) وقد قام الباحثون إلى أعداد وحدات تعليمية خاصة باستعمال الفيديو التعليمي وتوظيفها للتجريب لهذه الدراسة وتم عرضها باستبانة على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين بالمناهج وطرائق التدريس إذ بلغ عددها (12) وحدة تعليمية لمجموعة البحث التجريبية ، مع توفير المتطلبات الخاصة بتنفيذ مفردات هذه الاستراتيجية وكما مفصل في أدناه لنموذج وحدة تعليمية من البرنامج التعليمي المعد ، من خلال أقسام الوحدة التعليمية وكالاتي:

#### اولا : القسم التحضيري

وزمنه (5 د) الذهاب الى القاعة الدراسية اخذ الغياب وتشغيل شاشة العرض وتجهيز الادوات المستخدمة.

#### ثانيا : القسم الرئيسي

ينقسم الى قسمين الاول وزمنه (40) حيث يقوم المدرس بعرض فيديوهات الطلبة المصورة مسبقا للمهارة ويشاهد الطلبة ادائهم ويتم المناقشة حول الاداء مع توجيه اسئلة لكل طاب حول ادائه وتفسيره من قبل المدرس.

ثم الانتقال الى القسم الثاني الخاص بالفيديو التعليمي والاداء المثالي وزمنه (40) بعد مشاهدة الطلبة لأدائهم يقوم المدرس بعرض الفيديو التعليمي لكل اجزاء مهارة الارسال من الاعلى ويقوم بشرح مفصل عن كل جزء في المهارة متزامنا مع الفيديو

التعليمي وهنا يقوم الطالب باسترجاع ادائه ذهنيا والتفكير بالأخطاء التي قام بها من خلال مشاهدته للفيديو التعليمي ثم يقوم المدرس بعرض فيديو للأداء المثالي للمهارة وتفسير الاداء ومقارنته بأداء الطلبة مع تصحيح للأخطاء من قبل المدرس .

### ثالثا : القسم الختامي

أخذ آراء الطلبة حول درس المشاهدة وما هو مدى الاستفادة منه.

### 3-4-4 الاختبار البعدي

تم إجراء الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية، و تم تصوير أداء الطلبة للمهارات المبحوثة وبالظروف نفسها وكان ذلك في يوم الاثنين المصادف 2024/4/22 في قاعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة \_ جامعة البصرة .

### 3-7 الوسائل الإحصائية

استعمل الباحثون النظم الإحصائية في معالجة البيانات وفق الحقيبة (SPSS ver. 21) الإحصائية

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

عمد الباحثون إلى تطبيق الاختبارات على عينة البحث الرئيسة البالغة (36) طالباً منها (18) من المجموعة التجريبية و(18) من المجموعة الضابطة.

### 4-1 نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

#### الجدول (4)

يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث

الدلالة	قيمة (sig)	قيمة (T) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
معنوي	0.024	8.779	0.328	7.554	0.751	3.267	الدرجة	مهارة الضرب الساحق
معنوي	0.012	10.220	0.698	8.176	0.586	4.400	الدرجة	مهارة حائط الصد

### 4-1-1 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث :

من خلال النتائج التي أظهرها جدول (4) والتي تشير إلى تفوق الطلبة في الاختبارات البعديّة في المهارات الفنية المبحوثة حيث نلاحظ أن هناك تفوق في أداء الطالب بالأسلوب المعتمد والمعد من قبل الباحثون حيث جميع الطلاب يتعلمون بطريقة أفضل في ظل الأسلوب المعتمد عن طريق الاستماع للتدريسي والتركيز على شرحه وإيضاحه وعرض النموذج ، وكذلك يشير الباحثون أن السبب في التفوق في الأسلوب المعتمد لعدة اعتبارات وهي أن الطالب كان على استعداد دائم ومتابعة المدرس والاهتمام بتوجيهاته العملية وكذلك الاستفادة من تلك التوجيهات للتعديل نحو الأفضل ، في هذا الصدد على (( أن التعلم الفعال إنما يحدث نتيجة للتفاعل ما بين البيئة التعليمية وما تحتويه من مناهج وطرائق تدريس وبين سمات وخصائص المتعلم من جهة

أخرى وهذا ما يطلق عليه اسم التفاعل ما بين الاستعداد والطريقة وان الدور الذي يقوم به التدريسي من حيث التوجيه والإرشاد ومساعدة الطلاب للتغلب على الصعاب التي يواجهونها أثناء مرورهم بالخبرات التعليمية المختلفة أصبح من ضرورات العملية التدريسية)). ومن خلال ملاحظة الباحثون لعينة التجريب والاسلوب المتبع من المدرس فأنهم تمكنوا من ربط ما تعلموه من خلال المنهج الدراسي في الكلية ( سواء كان نظري - عملي ) وتنفيذه من خلال ممارسة مواقف تعليمية واقعية ، إذ ان من الضروري إيجاد طريقة معالجة تجمع بين الجانب النظري الأكاديمي والجانب التطبيقي والتي تساعد الطالب حتى يصبح معلماً ناجحاً في المستقبل ويجب ان تكون مستندة إلى نتائج البحوث والدراسات التربوية والخبرات في الحاجات والمهارات الضرورية للطالب وهو يهدف إلى بناء جملة من المهارات التدريسية والتقويمية من خلال تعريضهم لخبرات عملية منظمة) (Kadhim et al., 2024) (Oudah et al., 2022) ويفسر الباحثون هذه المعنوية في النتائج بسبب خصائص ومميزات الفيديو التعليمي من حيث التنوع في عرض ومشاهدة الأنشطة فأن الطالب استفاد من التغذية الراجعة في أثناء المشاهدة أو الاستفسار عن أدائه للمهارة مما أدى إلى تحقيق أفضلية في التعلم وإتقان المادة أكثر وان الطالب قد استفاد من مميزات هذا الأسلوب الذي يمتاز بالتنوع في طرح المادة من خلال الصوت والصورة والنص والعرض الفيديوي وكذلك المؤثرات فيما بين هذه الوسائط سواء أ كان حركة أداء أم شكل أداء (Abdul Hamid et al., 2020) (Othman Idham et al., 2023)

#### 4-2 نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة

##### الجدول (5)

يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة

الدالة	قيمة (sig)	قيمة (T) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعاملات الاحصائية المتغيرات
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
معنوي	0.004 *	4.342	0.168	5.015	0.831	3.067	الدرجة	مهارة الضرب الساحق
معنوي	0.000 *	5.418	0.432	6.117	0.722	4.533	الدرجة	مهارة حائط الصد

#### 4-2-1 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة :

من خلال النتائج التي أظهرت في الجدول اعلاه نلاحظ أن هناك تفوقاً ملموساً في أداء الطالب ، في أثناء الوحدة التعليمية، ويعزو الباحثون السبب في ذلك إلى الالتزام بتعليمات مدرس المادة ، والاستفادة من توجيهات المدرس ، والمتابعة والمشاركة المستمرة في تأدية الواجب العملي والاستفادة من التغذية الراجعة من قبل المدرس وأيضاً الاستفادة من ملاحظة الطلاب ، ومن خلال ما تعلمه الطالب من محتويات المنهج الدراسي في الكلية التي تخص المهارات في الكرة الطائرة في الجانب العملي والنظري.

ويؤكد الباحثون أن الطريقة التي يتعلم بها الطالب هي طريقة محددة وليس للطالب أي الاختيار في ذلك إذ يقدم له أسلوب تدريس واحد أو طريقة واحدة مع قليل من الأنشطة الخاصة والتي يسمح له بأدائها ، ويكون اعتماده على هذا المصدر في التعليم

، فيجب استعمال نطاق واسع من مصادر التعليم ، وتقديم المادة التعليمية من خلال شخص واحد وهو المدرس والذي ينقل بدوره المعرفة ويوضع المادة التعليمية وتكون فيها المادة ثابتة وبدون تغيير أو تطوير لسنوات طويلة ، ولذلك فأن النتائج التي أظهرتها مجموعة الأسلوب المعتمد جاءت بهذه النتائج لأداء الطالب في تعليم المهارات الأساسية بكرة الطائرة . (Montasar & abduhamed Atimari, 2022)

على المعلم أن يوسع دوره في المهارات العملية المتخصصة، ومن الأهمية أن التي تقتضيها التغييرات العلمية والضرورية لدور المعلم وان تصبح مهنة التدريس قادرة على التكيف وفق تلك المتغيرات. (Rasoul et al., 2024)

3-4 نتائج الاختبارات البعدية لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث:

### الجدول (6)

يبين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث

الدالة	مستوى الدلالة	قيمة (T) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية المتغيرات
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
دال	*0.022	2.997	0.168	5.015	0.328	7.554	الدرجة	مهارة الضرب الساحق
دال	*0.014	3.088	0.432	6.117	0.698	8.176	الدرجة	مهارة حائط الصد

### 1-3-4 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث:

من خلال ملاحظة الجدول تبين لنا هناك تحسن في مستوى أداء المهارات الأساسية (الضرب الساحق وحائط الصد ) في الكرة الطائرة للطلاب للمجموعة التجريبية وفضل من المجموعة الضابطة والتي تم الاستدلال عليها من خلال الفروقات بين التقييم البعدي باستخدام اختبار (t) للعينات غير المترابطة والتي كانت قيمتها المحتسبة أكبر من الجدولية وهذا يعطي مؤشر على التطور والتحسين. (amr et al., 2024) (Ali & Qasim, 2024)

ويعزو الباحثون سبب ذلك إلى التصميم المنهاج التعليمي باستعمال الفيديو التعليمي ودوره في حصول عملية التعليم لبعض المهارات الأساسية وذلك يدل على أمر طبيعي وممكن الحدوث وذلك كما اسلفنا سابقاً أن استخدام المنهجين التعليميين (التقليدي المتبع والمقترح) لهما شمولية كافية في اكتساب التعليم من خلال الشرح والعرض واعطاء الارشادات والتعليمات، واستخدام وسائل تعليمية في التمارين البدنية التطبيقية وتبسيط حركات أداء مهارات الارسال والضرب الساحق من خلال تجزئتها والاستمرار في ممارسة التدريبات عليها. (Abdulrasool et al., 2024)

### 5- الاستنتاجات والتوصيات

#### 1-5 الاستنتاجات

1- ان الوحدات التعليمية باستخدام الفيديو التعليمي كان لها تأثير فعال وتقدماً ملحوظاً في تعليم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعة التجريبية .

2- حقق الفيديو التعليمي مع الاداء المثالي تقدماً ملحوظاً في تحسين مستوى الأداء لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد في الكرة الطائرة.

4- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهاج التعليمي في تعليم مهاتري الضرب الساحق وحائط الصد في الكرة الطائرة على المجموعة الضابطة .

#### 2-5 التوصيات

1- ضرورة استخدام الفيديو التعليمي في المنهاج التعليمي لمادة كرة الطائرة للمرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

2- ضرورة استخدام طرق واستراتيجيات حديثة للمساهمة في تحسين عملية تعليم مهارات الكرة الطائرة

3- عمل فيديو تعليمي يخصص كل مهارات الكرة الطائرة واستخدامه اثناء الدرس لأشراك اكثر من حاسة وتثبيت التعليم والمعرفة

4- التأكيد على استخدام التصوير الفيديوي في الوحدات التعليمية لعرضه على الطالب ومقارنة أداءه مع الاداء المثالي وتصحيح الاخطاء .

5- اجراء بحوث ودراسات مشابهة اخرى على مختلف المراحل العمرية باستخدام المشاهدة الذاتية .

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (جامعة البصرة) والبالغ عددهم (36) طالبا.

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك أي تضارب في المصالح

مصطفى عدنان مصطفى <https://orcid.org/0009-0005-1305-482x>

## References

- Abdel, N. H. M. D. N., & Ali, Z. B. D. Q. M. (2014). The effect of using different resistors characteristic speed and power some variables Kinmatik and the achievement of the enemy 100 m. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 41.
- Abdul Hamid, Q., Majeed, M., & Khairallah, M. (2020). The effect of using direct play exercises on the accuracy of the skill performance of spike in volleyball for juniors. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 30(1), 90–103.
- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Al Diwan, L. H. (2009). Effective Methods of Teaching Physical Education. *Al-Nakhil Press, Basra*.
- Al-Abadi, H. A. R. K. (2015). *The basics of writing scientific research in physical education and sports sciences* (1st edition, p. 15). Dar Al-Kutub and Al-Waqi'at.
- Aldewan, L. H., Mohammed, R., & AbdulQadir, A. (2015). Building and the application of a measure to evaluate the curriculum volleyball according to the overall quality from the standpoint of the teaching staff standards. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 44, 21–45. <https://www.iasj.net/iasj/article/108021>
- Aldewan, L. H., & Sheikh Ali, H. F. (2016). Fundamentals of Teaching Physical Education. *Al-Basair House and Library, Lebanon*, 260.
- Al-Fartusi, A. (2007). *Principles of statistical methods in physical education* (2nd edition, p. 10). Al-Muhaymin Printing and Distribution.
- Ali, H. F. S., & Qasim, M. A. (2024). The effectiveness of the mastery learning method on developing the level of students' volleyball skill performance. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.498>
- Al-Jumaili, S. H. (2005). *Volleyball, Education – Refereeing Training* (1st edition, p. 1). Dar Zahrat Publishing and Distribution.
- Al-Rubaie, M. D. S. (2006). *Contemporary teaching methods and techniques* (1st edition, p. 3). The World of Modern Books for Publishing and Distribution.
- al-Shahat, M. M. (2007). *Teaching Physical Education* (p. 9). Science and Faith Publishing and Distribution.

- Al-Wakeel, H. A. (1990). *Modern trends in planning and developing the first phase* (2nd edition, p. 7). Al-Falah Library for Printing and Publishing.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 3(32), 9.
- amr, Z. H., Al-Alwani, Y. M. M., & Al-Alwani, S. M. M. (2024). The effect of self -organized learning according to the double coding in improving contemplative thinking, performing the walls of the wall and defending the stadium in volleyball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2), 258–272. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.515>
- Habib 'Rawa. (2013). *The effect of using educational video on the cognitive and skill achievement of perspective subject among students of the Art Education Department* [Master's thesis on methods of teaching art education]. Mustansiriya University.
- Hasan, A. J., Hussein, G. L., Abdullah, M. H., & Al-Jadaan, D. A. N. (2022). THE IMPACT OF THE COGNITIVE APPRENTICESHIP STRATEGY IN LEARNING SOME TECHNICAL GEMS' SKILLS FOR STUDENTS. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 3(4), 145–159.
- Hindam, Y. H., & Abdel Hamid. (1978). *Curricula* (3rd edition, p. 8). Dar Al Nahda Al Arabiya.
- Ibrahim, M. A. M. (2000). *Foundations of kinesiology in the sports field* (1st edition, p. 161). Al-Rawaq Foundation.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Melhem, S. M. (2000). *Measurement and Evaluation in Education and Psychology* (1st edition, p. 6). Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.
- Montasar, R., & abdulhamed Atimari, Q. (2022). A Comparative Analytical Study of the Effectiveness of the Performance for Power Jump Serve and Jump Float Serve for Elite Volleyball Players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(1).
- Nimah, I. A. H., & Al-Jubouri, N. K. H. (2015). *techniques and strategies of modern teaching methods* (p. 67). Iraq.

- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Othman Idham, A., Hammadi, J. N., & Ameer Jaber, M. (2023). the performance of the skill of receiving the transmission of first-class clubs of Anbar province and its relationship to the speed of kinetic response among the players of the the player (libero) in volleyball. *Kufa Journal Physical Education Sciences*, 1(6). <https://www.iasj.net/iasj/article/273090>
- Oudah, A. Y., Diwan, L. H., & Shehab, S. G. (2022). The Effect Of The Interactive Blended Learning Strategy In Learning The Skill Of Crushing Hitting In Volleyball For Students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6).
- Radi, M. A. (2009). *The effect of special exercises on learning and the transfer of its effect and retention of basic skills in volleyball* [Doctoral thesis]. University of Basra.
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, 19(2), 160–176. DOI: <https://doi.org/10.31185/wjoss.464>
- Zaitoun, H. H. (2004). *Teaching Skills* (third edition, p. 13). World of the Book Publishing.

ملحق (1)

مجموع الدرجة النهائية	تقييم مهارة: الارسال من الاعلى والضرب الساحق وحائط الصد			المحاولات	رقم الطالب	ت
	اقسام الاداء					
	القسم الختامي درجة (2)	القسم الرئيسي درجة (5)	القسم التمهيدي درجة (3)			
				المحاولة الاولى		1
				المحاولة الثانية		
				المحاولة الثالثة		
				المحاولة الاولى		2
				المحاولة الثانية		
				المحاولة الثالثة		
				المحاولة الاولى		3
				المحاولة الثانية		
				المحاولة الثالثة		

ملحق (2)

نموذج الوحدات التعليمية

باستخدام الفيديو التفاعلي للمجموعة التجريبية

المكان : كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المرحلة : الثانية

عدد الطلاب : 18

اليوم والتاريخ: الاثنين 2024/3/18

الهدف التعليمي: مشاهدة الطالب لأدائه ومقارنته مع الاداء المثالي من خلال الفيديو التعليمي

الهدف التربوي : تصحيح الاخطاء ذاتيا

الوسائل والادوات المستخدمة: قاعة دراسية شاشة عرض كبيرة	الفعالية والمهارة الحركية	الوحدة التعليمية	زمن الوحدة 90 دقيقة
---	---------------------------	------------------	------------------------

	كيبيل خاص لربط الشاشة لابتوب يحتوي على فيديوهات الطلبة و الفيديو التعليمي		اقسام الوحدة التعليمية		
			الزمن	نوع النشاط	القسم التحضيري
الملاحظات	التشكيلات		5 د	المقدمة	القسم التحضيري
التأكيد على طريقة جلوس الطلاب بحيث يمكنهم مشاهدة شاشة العرض للفيديو التعليمي بوضوح	***** ***** ***** *****	الذهاب الى القاعة الدراسية اخذ الغياب وتشغيل شاشة العرض وتجهيز الادوات المستخدمة	5 د		
التأكيد على طرح الاسئلة حوال الاداء مع اعطاء التغذية الراجعة		يقوم المدرس بعرض فيديوهات الطلبة المصورة مسبقا لمهارة الارسال من الاعلى ويشاهد الطلبة ادائهم وتتم المناقشة حول الاداء مع توجيه اسئلة لكل طاب حول ادائه وتفسيره من قبل المدرس	40 د		
		بعد مشاهدة الطلبة لأدائهم يقوم المدرس بعرض الفيديو التعليمي لكل اجزاء مهارة الارسال من الاعلى ويقوم بشرح مفصل عن كل جزء في المهرة متزامنا مع الفيديو التعليمي وهنا يقوم الطالب باسترجاع ادائه ذهنيا والتفكير بالأخطاء التي قام بها من خلال مشاهدته للفيديو التعليمي ثم يقوم المدرس بعرض فيديو للأداء المثالي لمهارة الارسال من الاعلى وتفسير الاداء ومقارنته بأداء الطلبة مع تصحيح للأخطاء من قبل المدرس	40 د	الفيديو التعليمي والاداء المثالي	القسم الرئيسي
		اخذ اراء الطلبة حول درس المشاهدة وما هو مدى الاستفادة منه	5 د		القسم الختامي



## The effect of exercises using different resistances on developing the instantaneous strength and speed of motor response of young soccer goalkeepers

Mustafa Mahdi Eidan <sup>1</sup>  

University Of Diyala /College of Basic Education

### Article information

#### Article history:

Received 18/5/2024

Accepted 5/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

different resistances ,instantaneous force ,motor response speed ,soccer goalkeepers.



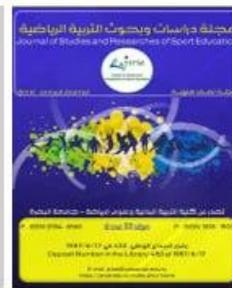
### Abstract

The research aimed to identify the effect of exercises using different resistances in developing the instantaneous strength and motor response speed of soccer goalkeepers. The researcher used the experimental method by designing the experimental and control groups to suit the nature of the research and its objectives. The researcher chose the research sample in an intentional way, namely the young goalkeepers registered in the soccer academy in The city of Al-Khalis, which numbered (10) for the year (2022–2023), where appropriate statistical treatments were used to reach the results. The researcher concluded that exercises using different resistances have a clear impact in developing the speed of motor response and instantaneous strength of young goalkeepers in football, and he recommended conducting another research. Similar to developing the rest of the physical and skill qualities of soccer goalkeepers.



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير تمارينات باستخدام مقاومات مختلفة في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم

مصطفى مهدي عيدان<sup>1</sup>

جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية

#### الملخص

هدف البحث إلى التعرف على تأثير تمارينات باستخدام مقاومات مختلفة في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم، واستعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملاءمته طبيعة البحث وأهدافه واختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية وهم حراس المرمى الشباب المسجلين في اكااديمية كرة القدم في مدينة الخالص والبالغ عددهم (10) لسنة (2022-2023) حيث تم استعمال المعالجات الإحصائية المناسبة للتوصل إلى النتائج وأستنتج الباحث ان التمارينات الخاصة باستعمال مقاومات مختلفة لها الاثر الواضح في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والقوة اللحظية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم، واوصى اجراء بحوث اخرى مشابهة لتطوير باقي الصفات البدنية والمهارية لحراس المرمى بكرة القدم.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2024/5/18

القبول: 2024/6/5

التوفر على الانترنت: 15, يوليو, 2024

#### الكلمات المفتاحية:

مقاومات مختلفة، القوة اللحظية، سرعة الاستجابة الحركية، حراس المرمى بكرة القدم.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

أن التطور العلمي الحديث الذي شهده العالم في جميع المجالات جاء نتيجة تطبيق الأسس العلمية الحديثة والتي قد ساهمت بشكل واسع في تطوير ورفع المستويات العلمية بصورة عامة والمستويات الرياضية بصورة خاصة وان المستوى المتطور والعالي للإنجازات الرياضية في الوقت الحاضر مرتبط بصورة مباشرة مع تطور العلم والتكنولوجيا الحديثة، وان الانجازات والتطورات شملت علم التدريب الرياضي وذلك من خلال استعمال الاجهزة والادوات الحديثة في عملية التدريب الرياضي والذي له الأثر الكبير في تطوير وتحسين المستوى الفني والرقمي للأداء الرياضي ونوع الفعالية الممارسة.

وان الالعاب الجماعية شهدت تطوراً كبيراً في مختلف جوانبها البدنية والمهارية والخطوية والنفسية وكرة القدم احد هذه الالعاب الجماعية التي كان لها نصيب واسع وكبير من التطور والاهتمام من قبل الباحثين والمختصين في مجال علم تدريب كرة القدم لما لهذه اللعبة من قوة وسرعة في الاداء البدني والمهاري. (BadrKhalaf et al., 2021)

اذ ان اداء حارس المرمى في كرة القدم يتميز بالقوة والسرعة واحد انواع هذه السرعة هي سرعة الاستجابة الحركية إذ يتطلب على المدربين والمختصين تطوير صفة سرعة الاستجابة الحركية والقوة اللحظية في أثناء مواسم التدريب، وهذا لا يأتي الا من خلال استخدام وسائل تدريبية (Mohan et al., 2024) حديثة في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والقوة الفعلية بما يتناسب مع الاداء الحركي والموقع الادائي لحارس مرمى كرة القدم، وان سرعة الاستجابة الحركية تتمثل بمثير كدلالة لمسار الكرة وكذلك استخدام القوة لتحرك الحارس بأجزاء جسمه لقطع الطريق على الكرة وهي متجهة بسرعة نحو مرماه بما يلزم ان تتم عملية الاعتراض للكرة بأقل زمن ممكن، وهو ما يمكن أن يميز حارس مرمى عن آخر كأحد متطلبات التصدي للحراس وتكمن اهمية البحث في استخدام تمارينات باستخدام مقاومات مختلفة في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والقوة اللحظية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

### 1-2 مشكلة البحث:

وبما ان الباحث هو من لاعبي كرة قدم لاحظ وجود ضعف في القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية الخاصة بحراس المرمى الشباب بكرة القدم، لذي ارتأى الباحث الى اعداد تمارينات باستخدام مقاومات مختلفة في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم.

### 1-3 اهداف البحث:

- 1- اعداد تمارينات باستخدام مقاومات في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .
- 2- التعرف على تأثير تمارينات باستعمال مقاومات مختلفة في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

### 1-4 فروض البحث:

- 1- هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية في اختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: يشمل حراس المرمى الشباب حراس المرمى في اكااديمية كرة القدم في مدينة الخالص.

2-5-1 المجال الزمني: الفترة من 2022/1/12 الى 2023/7/1.

3-5-1 المجال المكاني: ملعب نادي الخالص الرياضي.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته طبيعة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية وهم حراس المرمى الشباب المسجلين في اكااديمية كرة القدم في مدينة الخالص والبالغ عددهم (10) لسنة (2022-2023) بواقع (4) حارس مرمى لكل مجموعة وقد تم استبعاد حراس المرمى الذين تم اجري التجربة الاستطلاعية عليهم والبالغ عددهم (2) حارس مرمى واعتمد الباحث على عدد المشاهدات لكل زاوية يؤدي عليها حارس المرمى الحركة وهذا ما ذكره (Al-Yasiri, 2011) "في مجال البحث العلمي ينظر في العادة الى المجتمع الاحصائي على انه مفهوم نظري غير قابل من الناحية العملية على الحصر والتحديد اي هو التمكن من الحصول على قياسات تشتمل جميع مفرداته لكبر حجمه الا انه يصبح من اللازم تحديد معالمه تحديدا واضحا ودقيقا وعلى وفق بعض الاسس والاجراءات ومن هذه الاجراءات اختيار مجموعة من المشاهدات او الاشياء او الافراد تحمل الخصائص والسمات نفسها التي عليها جميع المفردات المعنية بالمجتمع الاحصائي"، وحققت كل زاوية من زوايا المرمى الاربعة (2) حركة للاعب الواحد ويكون عدد المحاولات (8) وهو الرقم الذي اعتمده الباحث في استخراج نتائج البحث.

2-2-1 تجانس العينة: اجري الباحث عملية التجانس على عينة البحث في متغيرات (الكتل-العمر-الطول-العمر التدريبي) وذلك لسيطرة على المتغيرات التي قد تؤثر على النتائج كما موضح بالجدول (1).

الجدول (1)

يبين تجانس العينة في متغيرات (الكتلة-العمر-الطول-العمر التدريبي)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	وسط حسابي	انحراف معياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الكتلة	كغم	64	8.366	64.5	0.117-
2	الطول	سم	172.62	4.533	172.5	0.055-
3	العمر	سنة	17.6	0.517	18	0.644-
4	العمر التدريبي	سنة	5.25	0.707	5	0.404-

من الجدول (1) تبين ان قيم معامل الالتواء كانت على التوالي (-0.117) (-0.055) (-0.644) (-0.404) وان هذه القيم جميعها محصورة بين (+1) (Omar, 2018) فان خواص المنحنى الطبيعي "له قيمة واحدة (المساحة تحت المنحنى تساوي واحد صحيح) وطرفان يمتدان الى ما لا نهاية حيث يقتربان من المحور الافقي ولكنهما لا يلتقيان به ابدا".

2-2-1 تكافؤ العينة:

أجرى الباحث عملية التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار سرعة الاستجابة الحركية بكرة القدم كما موضح بالجدول (2)

الجدول (2)

يبين تكافؤ العينة في اختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية

الدلالة	نسبة الخطأ	قيمة (ت)	±ع	س-	عدد المشاهدات للعينة	وحدة القياس	المجموعات	المعالجات
								الاحصائية المتغيرات
غير معنوي	0.272	1.142	34.79	184.07	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اعلى يمين
			48.59	159.94	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
غير معنوي	0.134	1.589	8.60	108.06	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اعلى يسار
			19.08	119.83	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
غير معنوي	0.746	0.330	23.61	167.73	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اسفل يمين
			61.85	160.01	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
غير معنوي	0.639	0.479	31.70	122.03	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اسفل يسار
			31.99	129.65	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
غير معنوي	0.970	0.039	0.077	1.617	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اعلى يمين
			0.049	1.616	8	ثانية	المجموعة الضابطة	
غير معنوي	0.730	0.352	0.059	1.536	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اعلى يسار
			0.067	1.547	8	ثانية	المجموعة الضابطة	
غير معنوي	0.394	0.879	0.062	1.598	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اسفل يمين
			0.056	1.625	8	ثانية	المجموعة الضابطة	
غير معنوي	0.199	1.347	0.065	1.581	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اسفل يسار
			0.057	1.540	8	ثانية	المجموعة الضابطة	

من الجدول (2) تبين ان دلالة الفروق غير معنوية دل ذلك على ان المجموعتين متكافئتين في اختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم.

### 2-3 الوسائل والأدوات المستعملة في البحث :

المصادر العربية، الملاحظة ، الاختبارات والقياس، شريط قياس، ميزان الكتروني، استمارة تسجيل الاختبارات، لوحة الاضاءة، كرة قدم عدد (10)، حبال مطاطية، ملعب كرة قدم ، ساعة توقيت يدوية، هدف قانوني، صافرة، حاسبة الكترونية، حاسبة لابتوب نوع (TOSHIBA).

### 2-4 اجراءات البحث :

#### 2-4-1 اختبارات البحث :

اولا/ اختبار سرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم: (Idan, 2020)

اسم الاختبار: سرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم.

الغرض من الاختبار: قياس سرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم.

وصف الاختبار: يقف المختبر (حارس المرمى) في منتصف مرمى كرة القدم وفي وضعية الاستعداد ويكون نظره موجه نحو لوحة الاضاءة والتي يتم وضعها على نقطة ركلة الجزاء مسافة (11) متر وعند ظهور المثير الضوئي الخاص بالزاوية المعنية يقوم حارس المرمى بعملية القفز نحو احدى الكرات المثبتة في زوايا المرمى الاربعة العليا والسفلى والتي تم الاشارة اليها في لوحة الاضاءة وعند مس الحارس للكرة سوف يتم قطع الزمن المسجل من لحظة ظهور المثير البصري عن طريق جهاز يتم تثبيته على عارضة المرمى يتم من خلاله قطع للدورة الكهريائية الخاصة بعمل الجهاز.

تعليمات الاختبار: يعطى لكل مختبر (10) محاولات تكون موزعة بصورة عشوائية على زوايا المرمى الاربعة (اعلى يمين - اعلى يسار - اسفل يمين - اسفل يسار).

طريقة التسجيل: يتم تسجيل الزمن الذي حصل عليه كل مختبر لكل زاوية من زوايا المرمى الاربعة اما الزاوية التي تحصل على ثلاثة محاولة يتم اختيار افضل محاولتين. كما موضح بالصورة (1)



صورة (1)

توضح طريقة اداء اختبار سرعة الاستجابة الحركية

### ثانيا / اختبار القوة اللحظية:-

تم استخراج القوة اللحظية عن طريق التحليل الحركي باستخدام برنامج التحليل الحركي (Kinovea) اثناء تأدية حارس المرمى لاختبار سرعة الاستجابة الحركية المعد من قبل الباحث وكانت المسافة بين الكاميرا وخط المرمى (5، 70) متر وارتفاع

(1، 20) متر وتم استخدام كامرة تصوير نوع (CASIO) عدد (2) بسرعة (240) اطار/ثانية اذ يتم استخراج القوة اللحظية عن طريق استخراج المسافة والزمن للحارس عن طريق التحليل الفديوي وبعد ذلك تطبيق معادلة القوة اللحظية =  $\frac{v}{2(n)} \times k$  . وكما موضح بالصورة (2)



صورة (2)

توضح طريقة التحليل الحركي في استخراج المسافة والزمن

## 2-5 الاختبارات القبليّة :

تم اجراء الاختبارات القبلي على عينة البحث في يوم الاثنين المصادف 2202/1/17 في تمام الساعة (3) عصرا على ملعب نادي الخالص الرياضي وسعى الباحث على تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث الزمان والمكان والادوات المستخدمة والطريقة التي يتم بها تنفيذ الاختبار وفريق العمل المساعد من اجل السيطرة على جميع الظروف قدر الامكان وتوفير الظروف نفسها عند اجراء الاختبار البعدي.

## 2-6 التجربة الرئيسة :

تم البدء بتنفيذ التجربة الرئيسة بتاريخ (2022/1/19) ولغاية (2022/3/23) باستخدام ترمينات باستخدام مقومات مختلفة في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم والمعدة من قبل الباحث والبالغ عددها (16) ترمين وقد بلغت عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة وبمعدل ثلاثة وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد (السبت، الاثنين، الاربعاء) اذ كانت مدة تطبيق الترمينات في القسم الرئيسي ما بين (40-50) دقيقة بشدة من 80 % الى 100%، وبطريقة التدريب التكراري، وكانت مدة الوحدات التدريبية (8) اسابيع .

## 2-7 الاختبارات البعديّة :

تم اجراء الاختبار البعدي على عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ الترمينات في يوم السبت المصادف 2022/3/26 في الساعة (4) عصرا وعلى ملعب نادي الخالص الرياضي وحاول الباحث بمساعدة فريق العمل المساعد بتوفير نفس الظروف التي تم اجراء الاختبار القبلي بها من اجل الحصول على نتائج ذات مصداقية عالية.

## 2-8 الوسائل الإحصائية :

تم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) في المعالجة الإحصائية .

## 3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث :

3-1 عرض نتائج الاختبار (القبلي - البعدي) لاختبار سرعة الاستجابة الحركية والقوة اللحظية للمجموعة التجريبية :

## الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبار (القبلي - البعدي) للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	الوسائل الاحصائية		وحدة القياس	N	وسط حسابي		انحراف معياري	
		قبلي	بعدي			قبلي	بعدي		
1	القوة اللحظية اعلى يمين	384.39	184.07	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	8	50.922	34.794	384.39	184.07
2	القوة اللحظية اعلى يسار	175.90	108.06	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	8	23.797	8.609	175.90	108.06
3	القوة اللحظية اسفل يمين	379.96	167.73	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	8	54.860	23.611	379.96	167.73
4	القوة اللحظية اسفل يسار	230.31	122.03	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	8	36	31.702	230.31	122.03
5	سرعة استجابة حركية اعلى يمين	1.287	1.617	ثانية	8	0.028	0.077	1.287	1.617
6	سرعة استجابة حركية اعلى يسار	1.312	1.536	ثانية	8	0.025	0.059	1.312	1.536
7	سرعة استجابة حركية اسفل يمين	1.311	1.598	ثانية	8	0.022	0.062	1.311	1.598
8	سرعة استجابة حركية اسفل يسار	1.255	1.581	ثانية	8	0.023	0.651	1.255	1.581

## الجدول (4)

المعالم الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للاختبارات القبلي والبعدي لاختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	الوسائل الاحصائية		وحدة القياس	س ف	ع ف	T المحسوبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
		قبلي	بعدي						
1	القوة اللحظية اعلى يمين	200.31	50.549	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	200.31	50.549	11.208	0.000	معنوي
2	القوة اللحظية اعلى يسار	67.833	17.871	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	67.833	17.871	10.971	0.000	معنوي
3	القوة اللحظية اسفل يمين	212.22	45.065	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	212.22	45.065	13.320	0.000	معنوي
4	القوة اللحظية اسفل يسار	108.28	34.618	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	108.28	34.618	8.847	0.000	معنوي
5	سرعة استجابة حركية اعلى يمين	0.330	0.082	ثانية	0.330	0.082	11.248	0.000	معنوي
6	سرعة استجابة حركية اعلى يسار	0.223	0.055	ثانية	0.223	0.055	11.449	0.000	معنوي
7	سرعة استجابة حركية اسفل يمين	0.287	0.052	ثانية	0.287	0.052	15.466	0.000	معنوي
8	سرعة استجابة حركية اسفل يسار	0.326	0.072	ثانية	0.326	0.072	12.799	0.000	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$ 

مناقشة نتائج المجموعة التجريبية تبين من الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبار سرعة الاستجابة الحركية ويعزو الباحث سبب تلك الفروق المعنوية بين نتائج الاختبار (القبلي - البعدي) ولصالح الاختبار البعدي لاختبار سرعة الاستجابة الحركية الى فاعلية استخدام التمرينات باستخدام مقاومات مختلفة والتي استخدمها الباحث على مدار شهرين وتم تطبيقها على عينة البحث اذ كان تأثيرها واضح على نتائج المجموعة التجريبية كونها ذات اهداف محددة، تم التدرج في التمرينات من السهل الى الصعب واختيار زمن الاداء من الاقصر الى الاطول اذ كانت ملائمة للعينة والهدف الذي وضعت من اجله، ان استخدام مقاومات مختلفة ساعدت على ظهور فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي اذ تعمل الادوات المستخدمة في التدريب على تطوير رد الفعل لحراس المرمى من خلال زيادة ادراكهم الحسي والحركي وهذا ما اكده (Al-Sakrana, 2011) "بان الأجهزة والادوات تعمل على تنمية مهارات المتدربين وتتنوع مصادر المعرفة لديهم وتساهم الأدوات في زيادة المعرفة الإدراكية عند اللاعب وتزيد من انتباهه وتصوره الذهني كما وتساهم في زيادة قدرة اللاعب

على اخذ ردود افعال ايجابية"، ان استخدام هذه التمرينات من قبل المجموعة التجريبية في القسم الرئيس من الوحدة التدريبية والتي كانت بطريقة جديدة من خلال استخدام مقاومات مختلفة ومتنوعة ساعدت في ابعاد الملل المسيطر على حراس المرمى نتيجة استخدامهم التمرينات التقليدية والمعتادة وفضلا عن استخدام طريقة التدريب التكراري كان له الاثر الكبير والواضح في تطوير متغيرات البحث وهذا ما اكده (Abdel Fattah, 1997) " تستعمل لتنمية السرعة مختلف التمرينات التي تشمل تمرينات خاصة لتنمية رد الفعل"، وقد استعمل الباحث اثناء التدريب الادوات بشكل متكرر وبفترات راحة مناسبة اي تكرار ظهور المثيرات والاستجابة لهذه المثيرات وهذا ما ذكره (H. A. Muhammad & Abu Al-Ela, 2000) "ان المبدأ الأساس لتطوير سرعة لاستجابة الحركية هو تكرار الأداء أي تكرار ظهور المثير والاستجابة لذلك المثير حيث يتم تقصير زمن الاستجابة الحركية مع مراعاة التدريب عليها دون انفصالها عن طبيعة الحركة الأساسية او المهارة الرياضية". (Othman Idham et al., 2023)

ويرى الباحث ان التدرج في مكونات الحمل التدريبي طيلة مدة التدريب وبالباغة (8) اسابيع بواقع (3) وحدات بالأسبوع ساهمت بشكل ملحوظ في رفع كفاءة اللاعبين وبالتالي كان هنالك تأثير واضح ومعنوي على نتائج افراد عينة البحث، وهذا ما اكده (Al-Madamkha, 2008) " أن جميع مكونات حمل التدريب يجب إن تزداد نسبة إلى التحسن الكلي الذي يحققه الرياضي أي كلما ارتفع مستوى تحسن اللاعب كلما كانت الحاجة إلى زيادة مكونات الحمل التدريبي اكثر"، ان استعمال التنوع بأوضاع الجسم المختلفة اثناء تطبيق التمرينات والقيام بتكرار هذه الاوضاع قد ساعد حراس المرمى على ظهور الاستجابة السريعة عند ظهور المثيرات وقيامهم باتخاذ قرارات مناسبة وبتوقيت مناسب وهذا ما اكده (Mahmoud, 2010) ان " تمتع حارس المرمى بسرعة الاستجابة الحركية تمكنه من حل المواقف الصعبة والمفاجئة والتي تتطلب منه السرعة في الاجابة ووضع الحل المناسب لها".

3-2 عرض نتائج الاختبار (القبلي - البعدي) لاختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية للمجموعة الضابطة

#### الجدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبار (القبلي - البعدي) للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	الوسائل الاحصائية		N	وحدة القياس	وسط حسابي		انحراف معياري	
		قبلي	بعدي			قبلي	بعدي		
1	القوة اللحظية اعلى يمين	159.94	213.63	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	48.596	70.021	159.94	213.63
2	القوة اللحظية اعلى يسار	119.83	142.59	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	19.087	31.017	119.83	142.59
3	القوة اللحظية اسفل يمين	160.01	169.62	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	61.857	54.045	160.01	169.62
4	القوة اللحظية اسفل يسار	129.65	140.03	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	31.992	33.273	129.65	140.03
5	سرعة استجابة حركية اعلى يمين	1.616	1.391	8	ثانية	0.049	0.044	1.616	1.391
6	سرعة استجابة حركية اعلى يسار	1.547	1.395	8	ثانية	0.067	0.053	1.547	1.395
7	سرعة استجابة حركية اسفل يمين	1.625	1.418	8	ثانية	0.056	0.033	1.625	1.418
8	سرعة استجابة حركية اسفل يسار	1.540	1.383	8	ثانية	0.057	0.043	1.540	1.383

## الجدول (6)

المعالم الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للاختبارات القبليّة والبعدية لاختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	الوسائل الإحصائية	وحدة القياس	س ف	ع ف	T المحسوبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
1	القوة اللحظية اعلى يمين		كغم. م/ثا <sup>2</sup>	53.69	57.54	2.639	0.033	معنوي
2	القوة اللحظية اعلى يسار		كغم. م/ثا <sup>2</sup>	22.75	23.90	2.692	0.031	معنوي
3	القوة اللحظية اسفل يمين		كغم. م/ثا <sup>2</sup>	9.60	8.66	3.136	0.016	معنوي
4	القوة اللحظية اسفل يسار		كغم. م/ثا <sup>2</sup>	10.37	4.49	6.534	0.000	معنوي
5	سرعة استجابة حركية اعلى يمين		ثانية	0.225	0.071	8.850	0.000	معنوي
6	سرعة استجابة حركية اعلى يسار		ثانية	0.152	0.077	5.599	0.001	معنوي
7	سرعة استجابة حركية اسفل يمين		ثانية	0.206	0.073	7.898	0.000	معنوي
8	سرعة استجابة حركية اسفل يسار		ثانية	0.156	0.037	11.819	0.000	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$

من خلال الجدول (6) الذي يبين فروق الاوساط الحسابية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبار (القبلي - البعدي) لاختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية للمجموعة الضابطة اذ اظهر هذا الجدول ان جميع قيم نسبة الخطأ بين القياسين (القبلي - البعدي) كانت قيمتها اقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني ان جميع قيم (t) المحسوبة ذات قيمة معنوية بين القياسين (القبلي - البعدي) وبالتالي هناك فروق بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

اما مناقشة نتائج المجموعة الضابطة تبين من الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبار سرعة الاستجابة الحركية ومتغير القوة اللحظية ويعزو الباحث سبب تلك الفروق المعنوية بين نتائج الاختبار (القبلي - البعدي) ولصالح الاختبار البعدي الى فاعلية استخدام المنهج الذي استخدمه المدرب اذ ان المنهج الذي اعده المدرب قد تم اعداده بطريقة علمية سليمة اذ راعا فيه مستوى حراس المرمى وقدراتهم وقابلياتهم وذلك من خلال عملية اختيار الطريقة المناسبة والصحيحة في التعامل مع الحراس اذ تم استخدام التدرج من السهل الى الصعب في تطبيق المنهج وهذا ما اكده (S. H. Muhammad, 1995) "من الملاحظ ان الوصول الى الاداء النموذجي مع نسبة قليلة من الاخطاء تأتي من خلال التمرين الفعال والمناسب اذ يصل المتعلم الى اداء سريع ودقيق وهذه احدى علامات اتقان التعلم والوصول الى مرحلة الآلية في الاداء". (Rasoul, 2024).

3-3 عرض نتائج الاختبار (البعدي - البعدي) لاختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة :

## الجدول (7)

المعالم الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ للاختبارات البعدية لاختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة

المعالجات الإحصائية	المجموعات	وحدة القياس	عدد المشاهدات للعينة	س -	±ع	قيمة (ت)	نسبة الخطأ	الدلالة
---------------------	-----------	-------------	----------------------	-----	----	----------	------------	---------

								المتغيرات
معنوي	0.000	5.578	50.92	384.39	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اعلى يمين
			70.02	213.63	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
معنوي	0.030	2.410	23.79	175.90	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اعلى يسار
			31.01	142.59	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
معنوي	0.000	7.726	54.86	379.96	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اسفل يمين
			54.04	169.62	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
معنوي	0.000	5.209	36	230.31	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة التجريبية	القوة اللحظية اسفل يسار
			33.27	140.03	8	كغم. م/ثا <sup>2</sup>	المجموعة الضابطة	
معنوي	0.000	5.569	0.028	1.287	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اعلى يمين
			0.044	1.391	8	ثانية	المجموعة الضابطة	
معنوي	0.001	3.956	0.025	1.312	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اعلى يسار
			0.053	1.395	8	ثانية	المجموعة الضابطة	
معنوي	0.000	7.413	0.022	1.311	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اسفل يمين
			0.033	1.418	8	ثانية	المجموعة الضابطة	
معنوي	0.000	7.392	0.023	1.255	8	ثانية	المجموعة التجريبية	سرعة الاستجابة اسفل يسار
			0.043	1.383	8	ثانية	المجموعة الضابطة	

معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$

من خلال الجدول (7) الذي يبين فروق الاوساط الحسابية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبار (البعدي - البعدي) لاختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة اذ اظهر هذا الجدول ان قيمة نسبة الخطأ بين القياسين (البعدي - البعدي) كانت قيمتها اقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني ان قيمة (t) المحسوبة ذات قيمة معنوية بين القياسين وبالتالي هناك فروق بين القياسين ولصالح المجموعة التجريبية .

اما مناقشة النتائج تبين من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبار القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية ويعزو الباحث سبب تلك الفروق المعنوية بين نتائج الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية الى فاعلية استعمال التمرينات باستعمال مقاومات مختلفة في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية من قبل المجموعة التجريبية والتي تم وضعها وفق الاسس العلمية السليمة اذ كانت ملائمة مع قدرات وخصائص حراس المرمى وقد تم استخدام التدرج في تطبيق التمرينات من السهل الى الصعب والتحكم بالتكرارات وفترات الراحة اذ يذكر (Al-Sheikhly, 2002) "ان عملية التدريب تهدف إلى تأهيل وتطوير مستوى الرياضي الذي يتعرض إلى برامج تدريبية على وفق الأساليب العلمية، وتأتي تلك التطورات نتيجة الالتزام بالمبادئ الأساسية بعلم التدريب، وأحد تلك المبادئ هو قاعدة التدرج بالتدريب، وقاعدة تناسب الحمل التدريبي مع قدرات وقابلية الرياضي"، ان استخدام التمرينات بصورة منتظمة ساعد على ظهور تطور في مستوى الحراس من خلال احداث تغييرات فسيولوجية للاعبين ومن ثم ارتفاع المستوى البدني على أن حمل التدريب هو الوسيلة الرئيسة لإحداث التأثيرات الفسيولوجية

للجسم مما يحقق تحسين الاستجابات، ومن ثم تكيف أجهزة الجسم والارتقاء بالمستوى، لذا يعد من أهم عوامل نجاح البرنامج التدريبي ومن ثم تحسين المستوى"، (Nahida Mashkoor et al., 2018) ان استخدام التمرينات بصورة متنوعة والذي يجعل حراس المرمى امام مواقف جديدة ساعدت في تطوير الانتباه ونتيجة التكرارات المستمرة لهذه المواقف المتنوعة ساعد في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لدى حراس المرمى وان الوصول الى استجابة سريعة يتطلب تطوير الانتباه ، ثم تحويل هذا الانتباه بسرعة الى متغير آخر، وفي التكرارات الاولى يكون التوقع الحركي ضعيف لقلة المعلومات الموجودة في الذاكرة الحركية ولكن الممارسة والتكرار في المواقف المتنوعة والجديدة يؤديان الى تحسين استخدام الانتباه الاختياري للمنبهات في المحيط (Kadhim et al., 2024) (Alsaeed et al., 2023)

#### 4. الاستنتاجات

- ان التمرينات باستخدام مقاومات مختلفة لها تأثير في تطوير القوة اللحظية وسرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم

#### التوصيات

- ضرورة الاهتمام باستعمال التمرينات بمقاومات مختلفة في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لحراس المرمى بكرة القدم من قبل المدربين،

- اجراء بحوث اخرى مشابهة لتطوير باقي الصفات البدنية والمهارية لحراس المرمى بكرة القدم. الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في حراس المرمى الشباب حراس المرمى في اكااديمية كرة القدم في مدينة الخالص

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

مصطفى مهدي عيدان <https://orcid.org/0009-0005-8719-5895>

## References

- Abdel Fattah, A. A.–E. A. (1997). *Sports training, physiological foundations* (1st edition, p. 196). Dar Al–Fikr Al–Arabi.
- Al–Madamkha, M. R. I. (2008). *Field application of theories and methods of sports training* (1st edition, p. 88). Al–Fadhli Office.
- Alsaeed, R., Hassn, Y. , Alaboudi, W. , & Aldywan, L. (. (2023). Biomechanical analytical study of some obstacles affecting the development of football players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health, 10*(23), 342–346.  
<https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3e.2967>
- Al–Sakrana, B. K. (2011). *Modern trends in training* (p. 194). Dar Al–Maysara for Eagle and Distribution.
- Al–Sheikhly, S. M. (2002). The effect of using a proposed training curriculum on the results of the Cooper test for football referees. *Journal of the College of Physical Education, University of Baghdad, 13*(1), 63.
- Al–Yasiri, M. J. (2011). *Principles of Educational Statistics* (p. 35). Dar Al–Diyaa for Printing, Publishing and Design.
- BadrKhalaf, H. , Aldewan, L. H., & Abdul–Hussein, Th. S. (2021). The effect of McCarthy ’s model on developing the football scoring skill for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 67*, 170–182. <https://www.iasj.net/iasj/article/213521>
- Idan, M. M. (2020). *The effect of ball direction changing exercises using modern training methods in developing motor response speed and some biomechanical variables for young soccer goalkeepers* [PhD dissertation]. University of Diyala.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al–Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education, 13*(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Mahmoud, M. A. (2010). *Integrated preparation for the goalkeeper* (p. 47). Dar Al–Arab for Studies, Publishing and Translation.
- Mohan, M. I., Muhammad, L. H., Al–Sahib, H. M. A., & Kazem, M. A. A. (2024). The effect of a manufactured educational method in improving the technical performance and digital level of the high jumping event for female students. *Journal of Physical Education Studies and Research, 34*(1), 17–27. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.469>

- Muhammad, H. A., & Abu Al-Ela, A. A. F. (2000). *Physiology of Sports Training* (p. 13). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Muhammad, S. H. (1995). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports* (3rd edition, p. 202). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Nahida Mashkour, Qusai Ali, & William AliWilliam. (2018). the effect of exercises using rubber ropes and water resistance on the ability to withstand the strength and power characteristic of speed and to achieve the effectiveness of . *Journal of Physical Education Studies and Research*, 29(4). –  
[https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAAJ&citation\\_for\\_view=VXWUUhQAAAAJ:KIAtU1dfN6UC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAAJ&citation_for_view=VXWUUhQAAAAJ:KIAtU1dfN6UC)
- Omar, M. S. at al. (2018). *Statistical applications in physical education and sports* (p. 178). Free Printing House.
- Othman Idham, A., Hammadi, J. N., & Ameer Jaber, M. (2023). the performance of the skill of receiving the transmission of first-class clubs of Anbar province and its relationship to the speed of kinetic response among the players of the the player (libero) in volleyball. *Kufa Journal Physical Education Sciences*, 1(6). <https://www.iasj.net/iasj/article/273090>
- Rasoul, T. H. A. (2024). Evaluating The Effectiveness Of Different Teaching Methods In Improving Skill Performance In Teaching Football. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2), 70–80. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.505>

## ملحق (1)

## يوضح التمرينات المستخدمة

ت	التمرين	الملاحظات
1	يبدأ التمرين من وضع الاستلقاء والوجه نحو الاعلى يتم وضع حبل مطاطي حول الرجلين في المنطقة السفلية من الساق (ربل باند) والقيام بعملية رفع وخفض الرجل اليمين مرة والرجل اليسار مرة اخرى بالتبادل	
2	يبدأ التمرين من وضع الاستلقاء الجانبي يتم وضع حبل مطاطي حول الرجلين (ربل باند) والقيام بعملية رفع وخفض الرجل اليمين والرجل اليسار على الارض بعدها التبدل رفع وخفض الرجل اليسار والرجل اليمين على الارض	
3	يبدأ التمرين من وضع الوقوف يتم وضع حبل مطاطي حول الرجلين (ربل باند) والقيام بعملية فتح وضم الرجل اليمين والرجل اليسار تكون ثابتة بعدها التبدل فتح وضم الرجل اليسار والرجل اليمين تكون ثابتة	
4	يبدأ التمرين من وضع الوقوف تكون فتحة الرجلين بعرض الصدر يتم وضع الحبل المطاطي تحت القدمين ومسك طرفي الحبل باليدين خلف الظهر وعلى مستوى الكتف والقيام بعملية النزول والصعود الى الاعلى	
5	يبدأ التمرين من وضع الوقوف يتم وضع الحبل المطاطي تحت احد القدمين ومسك طرفي الحبل باليدين خلف الظهر وعلى مستوى الكتف مع رفع الرجل الثانية الى خلف الجسم والقيام بعملية النزول والصعود الى الاعلى بعدها التبدل الى الرجل الثانية	
6	يبدأ التمرين بالوقوف امام قائم المرمى يتم تثبيت الحبل المطاطي بقائم المرمى والجهة الثانية بالرجل اليمين بعدها ارجاع الرجل اليمين الى ابعد مسافة يمكن ان تصل اليها وبعدها الرجوع الى الوضع الاولي وتكرار عملية الرفع والخفض	
7	يبدأ التمرين بالوقوف امام قائم المرمى يتم تثبيت الحبل المطاطي بقائم المرمى والجهة الثانية بالرجل اليسار بعدها ارجاع الرجل اليسار الى ابعد مسافة يمكن ان تصل اليها وبعدها الرجوع الى الوضع الاولي وتكرار عملية الرفع والخفض	
8	يبدأ التمرين بتثبيت الحبل المطاطي على جسم الحارس من منطقة الجذع للقيام بعملية الركض الى الامام مع محاولة الشخص الماسك للحبال ارجاعه للخلف	
9	يبدأ التمرين بتثبيت الحبل المطاطي على جسم الحارس من منطقة الجذع للقيام بعملية القفز الى الامام مع محاولة الشخص الماسك للحبال ارجاعه للخلف	
10	يبدأ التمرين بوضع الرجل اليمين فوق مصطبة بارتفاع 50 سم بعدها القيام بعملية النزول والصعود الى الاعلى	
11	يبدأ التمرين بوضع الرجل اليسار فوق مصطبة بارتفاع 50 سم بعدها القيام بعملية النزول والصعود الى الاعلى	
12	يبدأ التمرين بالقفز فوق سلم موضوع على الارض ذهابا وايابا من الوضع الامامي وبكلتا الرجلين وبالتناوب	
13	يبدأ التمرين بالقفز فوق سلم موضوع على الارض ذهابا وايابا من الوضع الجانبي وبكلتا الرجلين وبالتناوب	
14	يبدأ التمرين بالقفز فوق سلم موضوع على الارض ذهابا وايابا بوضع احد الرجلين داخل السلم وبعدها الرجل الثانية وبالتناوب على طول السلم	
15	يبدأ التمرين بالقفز فوق سلم موضوع على الارض ذهابا وايابا بالرجوع الى الخلف بوضع احد الرجلين داخل السلم وبعدها الرجل الثانية وبالتناوب على طول السلم	
16	يبدأ التمرين بالوقوف الى جانب السلم بعدها القفز بأحد الرجلين داخل السلم وبعدها القفز بالرجل الثانية وبالتناوب على طول السلم والرجوع الى نقطة البداية	



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of high repetitions on force endurance, some biochemical variables, and the skill performance of young volleyball players

Omar Ali Hussein Muhammad<sup>1</sup>  

Diyala Education Directorate

### Article information

#### Article history:

Received 9/5/2024

Accepted 2/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

high repetition method, force endurance, biochemical variables, skill performance in volleyball.



website

### Abstract

The study aimed to: identify the effect of the high-repetition method on force endurance, some biochemical variables, and the skill performance of young volleyball players. The research sample was the players of the Qazania Youth Volleyball Club. The researcher used the experimental method, and the research variables, tests, and measurements were identified. The training method was applied, and the researcher concluded: The high repetition method has special training importance in raising the level of strength endurance, some biochemical variables, and the skill performance of young volleyball players.

The researcher recommended: Adopting the high-repetition method in training programs because of its special training importance in raising the level of strength endurance, some biochemical variables, and the skill performance of young volleyball players.

DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.706>©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## تأثير اسلوب التكرارات المرتفعة على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب

عمر علي حسين محمد<sup>1</sup>

مديرية تربية ديالى

### الملخص

هدفت الدراسة الى : التعرف على تأثير اسلوب التكرارات المرتفعة على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب ، وكانت عينة البحث هم لاعبي نادي قزانية للكرة الطائرة فئة الشباب واستعمل الباحث المنهج التجريبي وتم تحديد متغيرات البحث والاختبارات والقياسات وتم تطبيق الاسلوب التدريبي واستنتج الباحث ان اسلوب التكرارات المرتفعة له اهمية تدريبية خاصة في رفع مستوى تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب. وأوصى الباحث : اعتماد اسلوب التكرارات المرتفعة في البرامج التدريبية لما له اهمية تدريبية خاصة في رفع مستوى تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب.

### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام: 2024/5/9

القبول: 2024/6/2

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

### الكلمات المفتاحية:

اسلوب التكرارات المرتفعة ، تحمل القوة ، المتغيرات الكيموحيوية ، الأداء المهاري بالكرة الطائرة .

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

الابداع الذي يقدمه الانسان نابع من العلم والمعرفة التي اكتسبها من العلوم المختلفة والتي لها دور كبير في الازدهار الحضاري والارتقاء بمختلف مجالات الحياة و منها المجال الرياضي .

ويعد النشاط الرياضي من الامور المهمة التي سخر لها علوم مهمة واساسية تساعد في النهوض بمستوى الرياضي وتقدمه وتحقيق الانجازات الرياضي ، واكثر تلك العلوم هو فلسجة التدريب الرياضي الذي يعد العلم الاساسي في التحكم بنوعية التدريب واحداث تغيرات فسلجية في وظائف جسم اللاعب لغرض التكيف على نوعية التدريب والمطابق لخصوصية اللعبة واحداث التكيفات الوظيفية المتقدمة.(amr et al., 2024)

وتوجد متغيرات فسلجية مختلفة منها الكيموحيوية في حالة تطورها تساعد اللاعب على القدرة في التحمل والاستمرار في الاداء لأطول فترة ممكنة في اللعبة ومنها لعبة الكرة الطائرة التي تعد لعبة جماعية (فريقيين) والتي يحتاج فيها اللاعب البقاء في المباراة اكثر من ساعة مع جهد بدني عالي المستوى وتحمل القوة العضلية الضرورية في الضرب والقفز وكل هذه الامور هي مطلب مهم في تحقيق الفوز بالمباراة مما يتطلب الاستعانة بالتدريب المناسب.(Aldewan et al., 2015)

ويعد تدريب التكرارات المرتفعة له دور كبير في اغلب الالعاب الرياضية والتي حقق نجاح واسع كونه يعتم على الحجم الكبير في التدريب والذي يوازي الاداء في المباراة مما يساعد على رفع مستوى التحمل والاداء المهاري.( Abdul Hamid et al., 2020) (Kadhim et al., 2024)

وجاءت الاهمية في رفع الجانب الحقيقي لمتطلبات اللعبة وهي تحمل القوه والاداء المهاري بالإضافة الى التكيف لهذا النوع من التدريب في القياسات الكيموحيوية المطلوب من خلال الاستعانة بالتدريب المناسب وهو تدريب التكرارات المرتفعة، بالإضافة الى ايصال معلومة علمية وتدريبية عن دور هذا التدريب ونجاحة وكيفية استخدامه بالشكل الصحيح. ( Othman Idham et al., 2023)

### 1-2 مشكلة البحث:

الاستمرار في الاداء داخل المباراة لعبة الكرة الطائرة مع الجهد العالي والتكرارات المستمرة من القفز والتحرك السريع والضرب بقوة للكرة يتطلب الى بناء القدرة المطلوبة منها تحمل القوه وباستعمال التدريب الصحيح لغرض احداث تكيفات وتغيرات وظيفية ومهارية للاعبين .

ومن خلال خبرة الباحث الكيموحيوية الاولية وجد ان التدريب المستعمل لا يحقق الهدف المطلوب في رفع متغيرات الكيموحيوية ويحتاج الى تدريب يوكب هذا الاداء واحداث التكيفات المطلوبة منها التدريب على التكرارات المرتفعة ، وهذا ما دفع الباحث الى تجريب هذا النوع من التدريب والنقصي عن الحقائق العلمية في تطبيقه وبيان مدى اهمية في رفع تحمل القوة والاداء والمتغيرات الكيموحيوية والاداء المهاري .

### 1-3 اهداف البحث :

1- التعرف على تأثير اسلوب التكرارات المرتفعة على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب

2- معرفة الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية ولبعدية وللمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب .

3- معرفة الفروق في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة التجريبية على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبي الكرة الطائرة الشباب .

#### 1-4 فروض البحث:

1-1- وجد فروقات معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح البعدية على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبي الكرة الطائرة الشباب .

2- وجود فروقات معنوية في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح التجريبية على تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبي الكرة الطائرة الشباب .

#### 1-5 مجالات البحث :

1-5-1 مجال العينة البشري : لاعبي نادي قزانية للكرة الطائرة فئة الشباب.

1-5-2 مجال العينة المكانية : الملعب المغلق للكرة الطائرة لنادي قزانية الرياضي

1-5-3 مجال العينة الزماني : من 2022/4/28 لغاية 2022/7/27.

#### 2- المنهجية للبحث:

2-1 منهج البحث: تم استخدام المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعات المتكافئة ذلك لحل مشكلة البحث.

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته :

حدد مجتمع البحث بلاعبي فريق نادي قزانية الرياضي فئة الشباب حيث بلغ العدد (25) لاعبا . وتم اختيار 12 لاعبا

كونهم مشتركين بالبطولات كعينة للبحث وهم يشكلون نسبة ( 48%) من المجتمع الكلي، وقسمت العينة بشكل عشوائي (قرعة)

إلى مجموعتين بالتساوي اي كل مجموعة (6) لاعبين وتم التجانس والتكافؤ بمتغيرات البحث كما الجدول (1)

### جدول (1)

يبين ويوضح التكافؤ والتجانس للعينة بمتغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة ت	مجموعة تجريبية			مجموعة ضابطة			قياس
		معامل اختلاف	ع	س	معامل اختلاف	ع	س	
غير معنوي	0.14	1.49	2.556	171.54	1.25	2.142	171.33	طول/ سم
غير معنوي	0.236	2.305	1.74	75.471	1.887	1.42	75.234	وزن/ كغم
غير معنوي	0.044	7.071	0.647	9.15	8.598	0.785	9.13	الكالسيوم/ مليغرام/100 مليلتر
غير معنوي	0.122	0.989	1.342	135.6	0.917	1.243	135.5	الصدويوم/ مليغرام/100 مليلتر
غير معنوي	0.135	0.925	1.114	120.4	1.009	1.214	120.3	الكلور/ مليغرام/100 مليلتر
غير معنوي	0.133	3.07	0.778	25.342	3.443	0.875	25.412	للزراعين/عدد

تحمّل القوة العضلية	للرجلين/عدد	35.784	0.896	2.503	35.845	0.996	2.778	0.101	غير معنوي
الأداء المهاري	دقة الإرسال / درجة	19.874	0.785	3.949	19.787	0.887	4.482	0.164	غير معنوي
	دقة التميرير / درجة	14.672	0.567	3.864	14.745	0.687	4.659	0.183	غير معنوي
	دقة الأعداد / عدد	14.662	0.669	4.562	14.775	0.745	5.042	0.252	غير معنوي

ت في الجدول درجة (10) للحرية و (0.05) للمستوى = 1.812

2-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستعملة:

- المصادر العربية ، الاختبارات المستخدمة ، الادوات الخاصة بسحب الدم ( سرنجة -تيوبات لحفظ الدم - جهاز الطرد المركزي- ثلاجة للمحافظة على عينات الدم ، كرات طائرة عدد (6) ، الملعب المغلق للكرة الطائرة الرسمي ، شريط لقياس المسافة.

2-4 اجراءات البحث الميدانية

2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

- متغيرات كيميوجوية (كاليوم ، صوديوم، كلور)

- تحمّل قوة العضلة

-المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

2-4-2 القياسات والاختبارات المستخدمة :

2-4-2-1 قياس المتغيرات الكيموجوية

يقوم المختبر الطبي بسحب دم بحجم 5 سي سي من المريض بعد راحة دامت 5 دقائق. بعدها يتم وضع العينة في الأنابيب الزجاجية ثم نقلها إلى كوب متخصص يسمى "صندوق التبريد". وبعد ذلك يتم نقلها إلى المختبر للتحليل لمعرفة النتائج

2-4-2-2 اختبار تحمّل القوة للذراعين (Hussein, 1995)

- الغرض من الاختبار :- قياس التحمّل عند مد الذراعين.

- مواصفات الأداء :- يستلقي المشارك على ظهره ويسجل العدد الأقصى من الثني والمد الكامل للذراعين حتى الإرهاق، كما هو موضح في الشكل (2) .

- طريقة التسجيل :- يتم احتساب عدد تكرارات اللاعب التي قام بها بشكل صحيح حتى الإرهاق.

2-4-2-3 اختبار تحمّل القوة للرجلين (Hossam El-Din, 1997) .

الغرض من الاختبار: معرفة قوة التحمّل العضلية في حركة ثني الركبتين ومدهما.

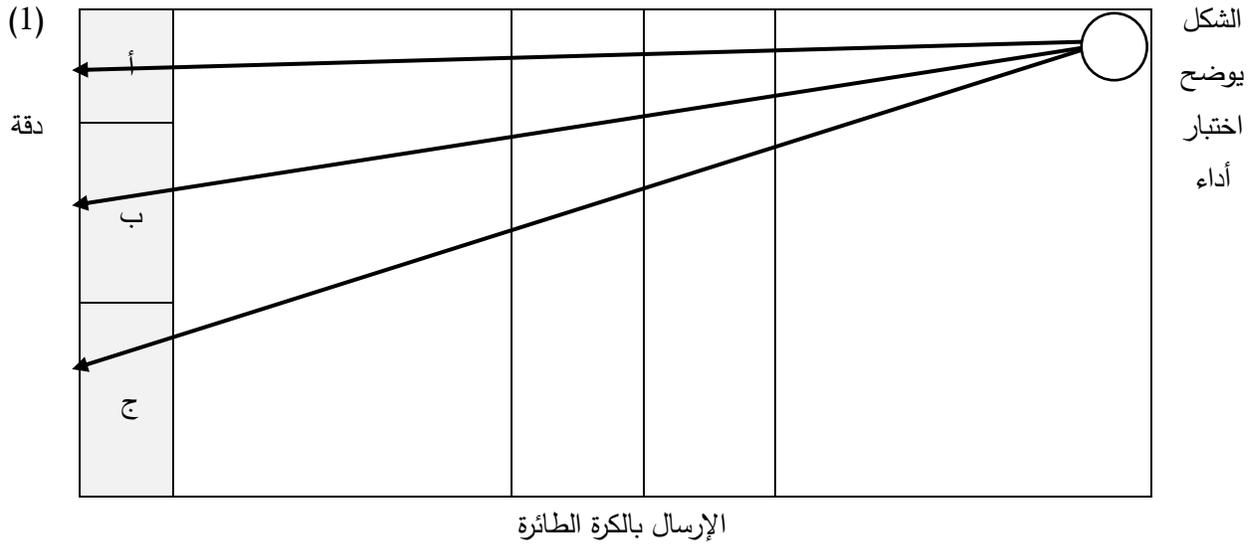
طريقة الأداء: يقف المختبر او اللاعب بعد ذلك يثني و يمد الركبتين كاملا ويحسب له حتى الارهاق ويجب وضع كرسي ثابت لقياس الزاوية فب الركبة بارتفاع (75 سم) كما في شكل (3) .

طريقة القياس: القيام والجلوس على الكرسي لتحديد الزاوية ويحسب عدد مرات النهوض والجلوس حتى الإرهاق و يعتبر ذلك مقياس لقوة التحمّل للرجلين.

2-4-2-4 الاختبارات المهارية:

2-4-2-4-1 الإرسال و دقته في الكرة الطائرة (Marwan & Muhammad, 2010)

- الهدف من الاختبار :- معرفة الدقة في الإرسال الطويل..
- الأدوات :- الملعب الرسمي للكرة الطائرة، كرات رسمية للكرة الطائرة،
- مواصفات الأداء :- من المنطقة المخصصة للإرسال يقوم اللاعب بأداء الإرسال نحو نصف الملعب الأخر بترتيب وحساب عشره لكل نقطة او منطقة (أ & ب & ج )
- التسجيل :-
- يتم حساب 3 نقاط للمحاولة الصحيحة التي تكون داخل المربعات المحدده.
- وتم حساب 2 نقطة اذا سقطت الكرة في مربع مجاور للمربع المحدد شرط ان تكون المحاولة صحيحة.
- تكون الدرجة القصوى هي (45)درجة



#### 2-4-2-4-2 دقة الإعداد على حلقة كرة السلة (Marwan & Muhammad, 2010)

- الغرض من الاختبار / قياس دقة الأعداد من الاعلى .
- الأدوات / هيكل كرة السلة, كرسي محدد بمنطقة محددة بدقة, يبعد 4 متر, والكرة الطائرة عدد 1.
- 2-4-2-4-3 اختبار تكرار التمرير على الحائط (30 ثانية) (Almahdawi, 2023)

- غرض عمل الاختبار: قياس القدرة لسرعة تمرير الكرة
- الشروط: يقف اللاعب خلف خط التمرير ويقوم بأداء فقرات الاختبار.
- التمرير يكون أعلى الخط على الحائط .
- منذ بداية التمريرة الأولى يبدأ حساب الزمن ولمدة (30) ثانية .
- أداء التمرير بالأصابع بعد مسك الكرة باليدين إمام الوجه.
- أي كرة لا تأتي من اعلى الخط في الحائط ..
- لا يسمح باستخدام أي نوع من أنواع التمريرات الأخرى .
- بعد انتهاء (30) ثانية المقررة لا يحتسب أي اداء

### 2-4-3 التجربة الاستطلاعية :

اجري الباحث تجربة استطلاعية بتاريخ 2022/4/25 على عينة البحث المجموعة التجريبية وتم تطبيق التدريب المطلوب لغرض تقنين التدريب المستخدم ( التكرارات المرتفعة) والحمل التدريبي

### 2-5 التجربة الرئيسة :

2-5-1 الاختبارات والقياسات القبلي: أجريت بتاريخ 2022/4/28.

### 2-5-2 تدريب التكرارات المرتفعة:

بعد ان تم اعداد التمرينات المطلوبة تم تطبيقها بطريقة التدريب التكرارات المرتفعة . وتم اعتماد فترة الأعداد الخاص ، وكانت الشدة المستخدمة التي تراوحت بين (90 % - 100 % ) أما حجم التمرينات كانت هي المقياس في رفع الشدة بزيادة العدد المستخدم أما الراحة اعتمد النبض كمؤشر بين التكرارات والمجاميع ، وتم تطبيق التمرينات خلال ثلاث ايام بالأسبوع أي كل يوم وحدة تدريبية ولمدة شهرين وبذلك اصبح عدد الوحدات ( 24 ) وحدة تدريبية وكانت تطبيق التمرينات للمدة من 4/28 2022/ ولغاية 2022/7/26

2-5-3 الاختبارات والقياسات: اجريت بتاريخ 2022/4/27 .

2-6 الوسائل الإحصائية : تم استخدام برنامج (spss) لاستخراج الوسائل الاحصائية

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

### جدول (2)

يوضح قيم (ت) الفروقات بين نتائج الاختبارات والقياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدية		القبلي		القياسات	
			ع	س	ع	س		
معنوي	2.563	0.227	0.332	9.712	0.785	9.13	الكالسيوم/ مليغرام/100 مليلتر	المتغيرات الكيموحيوية
معنوي	2.225	0.577	1.342	136.784	1.243	135.5	الصوديوم/ مليغرام/100 مليلتر	
معنوي	2.212	0.523	1.114	121.457	1.214	120.3	الكلور / مليغرام/100 مليلتر	
معنوي	3.883	0.445	0.745	27.14	0.875	25.412	للذراعين/عدد	تحمل القوة العضلية
معنوي	2.625	0.377	0.996	36.774	0.896	35.784	للرجلين/عدد	
معنوي	2.305	0.667	0.887	21.412	0.785	19.874	دقة الإرسال / درجة	الأداء المهاري
معنوي	2.513	0.744	0.745	16.542	0.567	14.672	دقة التمرير / درجة	
معنوي	3.157	0.557	0.784	16.421	0.669	14.662	دقة الأعداد / عدد	

(ت) الجدولة و درجة الحرية (5) واقل من (0.05)=2.015

## جدول (3)

يوضح قيم (ت) الفروقات بين نتائج الاختبارات والقياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدية		القبلي		القياسات	
			ع	س	ع	س		
معنوي	2.422	0.334	0.474	10.223	0.647	9.15	الكالسيوم/ مليغرام/100 مليتر	المتغيرات الكيموحيوية
معنوي	3.216	0.886	1.214	138.45	1.342	135.6	الصوديوم/ مليغرام/100 مليتر	
معنوي	2.653	0.939	1.041	122.892	1.114	120.4	الكلور / مليغرام/100 مليتر	
معنوي	3.629	1.041	0.678	29.12	0.778	25.342	للذراعين/عدد	تحمل القوة
معنوي	2.953	0.889	0.884	38.471	0.996	35.845	للرجلين/عدد	العضلية
معنوي	2.775	0.967	0.791	22.471	0.887	19.787	دقة الإرسال / درجة	الأداء المهاري
معنوي	2.127	1.88	0.781	18.745	0.687	14.745	دقة التمرير / درجة	
معنوي	3.576	1.11	0.889	18.745	0.745	14.775	دقة الأعداد / عدد	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (5) وتحت مستوى  $(0.05)=2.015$ 

## جدول (4)

يوضح قيم (ت) للفروقات في الاختبارات والقياسات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		القياسات	
		ع	س	ع	س		
معنوي	2.48	0.334	10.223	0.332	9.712	الكالسيوم/ مليغرام/100 مليتر	المتغيرات الكيموحيوية
معنوي	2.059	1.214	138.45	1.342	136.784	الصوديوم/ مليغرام/100 مليتر	
معنوي	2.107	1.041	122.892	1.114	121.457	الكلور / مليغرام/100 مليتر	
معنوي	4.4	0.678	29.12	0.745	27.14	للذراعين/عدد	تحمل القوة
معنوي	2.852	0.884	38.471	0.996	36.774	للرجلين/عدد	العضلية
معنوي	1.994	0.791	22.471	0.887	21.412	دقة الإرسال / درجة	الأداء المهاري
معنوي	4.57	0.781	18.745	0.745	16.542	دقة التمرير / درجة	
معنوي	4.384	0.889	18.745	0.784	16.421	دقة الأعداد / عدد	

### قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (10) وتحت مستوى (0.05) = 1.812

وفقاً للجدولين (2) و (3)، توجد فروقات في الوسط، مما يشير إلى وجود تكيفات في الكرة للتعامل مع الكيموحيوية وتحمل القوة، وكذلك الأداء المهاري في اللعبة، لغرض التدريب الرياضي لتحقيق أعلى مستوى من الإنجازات الرياضية للفرد في النشاط الذي يختص باللاعب (Al-Madamkha, 2008)

علاوة على ذلك، تمكن من تدريب المدربين في بناء التدريب على الأفكار ومخططات المدربين، ويمكن أن تمكن اللاعبين من تحسين اللياقة البدنية وبالتالي التأثير على الأداء الوظيفي [2]. أصبح هذا التطبيق ناجحاً في مستوى العينة التي ضبط عليها التمرين بنجاح، إذ أن حالات التدريب الرياضي تعتمد على مكوناتها، والتي تهدف إلى تحقيق النجاح، والرغبة في تحقيق النصر (Hassanein & Abdel Moneim, 1997)

من خلال الجدول (4)، يوجد اختلافات و فرق بين اللاعبين في كمية التغير الحاصل مع الكيموحيوية وتحمل القوة لدى الذين يتدربون للاعبين الكرة الطائرة. يُعزى ذلك إلى استعمال التدريب الصحيح، والذي يشمل التكرارات. إذ أن نجاح التدريب الرياضي يعتمد على مكوناته، وذلك وفقاً لاحتياجات السباق (Al-Shouk, 1996)

وبخصوص تحمل القوة سواء للذراعين أو الرجلين من المتطلبات المهمة والأساسية في لعبة الكرة الطائرة وهي من القدرات البدنية التي تتعامل مع التعب العضلي والراحة لإكمال المباراة بان صفة تحمل القوة هي " إحدى المؤشرات على كفاءة اللاعب الرياضي في التغلب على المقاومات التي تواجهه في أثناء أدائه للمجهود المتواصل خلال الأداء والتي تكون بدرجات عالية نسبياً" (Al-Shouk, 1996)

كما " إن مطاولة القوة هي عبارة عن القدرة على العمل لفترة طويلة وتكرار الحركة مع جهد متواصل" (Al-Qat, 1999) ومن ناحية المتغيرات الكيموحيوية ومنها الكالسيوم إذ يعد التغير في نسبة الكالسيوم بالدم احد مؤشرات تأثير التمرينات الخاصة بتدريب التكرارات المرتفعة " أن قسماً من هذه الايونات الزائدة من جراء التدريب تقوم بمساعدة بعض الانزيمات الخاصة بالعضلات العاملة على اتمام فعاليتها في أثناء التدريبات الرياضية أو المباريات (Al-Mandalawi & Al-Shatti, 1987) كما أن " العضلة تتميز بارتفاع الكالسيوم والمغنسيوم وهما ضروريان لتنشيط عمل الانزيمات في العضلة، إذا يقوم الكالسيوم بتنشيط ثلاثي فوسفات الادينوسين (ATP) المحيط بالمايوسن في العضلة (ZGHAIR & MUSLM, 2023)

وبخصوص الصوديوم إن الزيادة أو النقصان في مستوى تركيزه يبقى دائماً ضمن الحدود الطبيعية لهذا العنصر المهم في الجسم التي تتراوح بين (136-155 ملي مول ) ولا تعد الزيادة البسيطة ضمن الحدود الطبيعية في نسبة الصوديوم هي حالة مرضية ولكن نقصانه يؤدي الى حالة مرضية (A. Y. , Oudah et al., 2022) في دراسات وأبحاث قاموا بها توصلوا الى زيادة نسبة الصوديوم في حجم البلازما بعد التدريب ذي الشدة المرتفعة يحافظ الصوديوم على التوازن الطبيعي لسؤال الخلايا وباستمرار من خلال التحكم بتبادل هذا السؤال وخاصة التي تحمل العناصر الأولية بعد تحليله الى الخلايا وتعتمد سرعة إليه عمل أيونات الصوديوم على مستوى الجهد الحاصل على الجسم (Mashkor, 2017) (A. Y. Oudah et al., 2022)

أما الكالور إن الشدة العالية والنتيجة عن التكرارات المرتفعة المطبقة على عينة البحث كانت سبباً في زيادة نسبة الكالور، وإن هذه الزيادة في مستوى الكالور هو حالة من التكيف للقيام بالعمل العضلي ولاسيما في تدريبات الشدة العالية، عند التدريب بالشدة العالية يفقد الجسم كميات كبيرة من الماء والأملاح المتأينة، وأهم هذا الأملاح المتأينة هو الصوديوم و الكالور وتركيزهما في العرق حوالي نصف ما هو عليه في البلازما (Nahida Mashkoor et al., 2018)

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 4-1 الاستنتاجات :

- 1- اسلوب التكرارات المرتفعة له اهمية تدريبية خاصة في رفع مستوى تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب.
- 2- التدريب على احمال كبيرة وتكرارات مرتفعة ومقننه ضرورية في احداث ارتفاع الكالسيوم والصوديوم والكلور المهمة والاساسية في بناء الجانب الوظيفية والطاقة في جسم اللاعب .

##### 4-2 التوصيات :-

- 1- اعتماد اسلوب التكرارات المرتفعة في البرامج التدريبية لما له اهمية تدريبية خاصة في رفع مستوى تحمل القوة وبعض المتغيرات الكيموحيوية والأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة الشباب.
- 2- التأكيد على التدريب باستخدام الاحمال كبيرة وتكرارات مرتفعة ومقننه ضرورية في احداث ارتفاع الكالسيوم والصوديوم والكلور المهمة والاساسية في بناء الجانب الوظيفية والطاقة في جسم اللاعب .

##### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي شباب نادي قزانية للكرة الطائرة

##### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

عمر علي حسين <https://orcid.org/0009-0005-5735-172X>

## References

- Abdul Hamid, Q., Majeed, M., & Khairallah, M. (2020). The effect of using direct play exercises on the accuracy of the skill performance of spike in volleyball for juniors. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 30(1), 90–103.
- Aldewan, L. H., Mohammed, R., & AbdulQadir, A. (2015). Building and the application of a measure to evaluate the curriculum volleyball according to the overall quality from the standpoint of the teaching staff standards. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 44, 21–45. <https://www.iasj.net/iasj/article/108021>
- Al-Madamkha, M. R. I. (2008). *Field application of theories and methods of sports training* (1st edition, p. 88). Al-Fadhli Office.
- Almahdawi, O. (2023). Effect of skill exercises on high volume control in developing some functional and biochemical indicators and the skills of serving and smashing for young volleyball players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education Vol.* 33(1), 6.
- Al-Mandalawi, Q. H., & Al-Shatti, M. A. (1987). *Sports training and records* (p. 28). Basra University Press.
- Al-Qat, M. A. (1999). *Functions of training members – an applied introduction* (p. 86). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Shouk, N. I. (1996). *Some basic personal specialty determinants for volleyball juniors in Iraq aged (14–16) years* [Doctoral thesis]. University of Baghdad.
- amr, Z. H., Al-Alwani, Y. M. M., & Al-Alwani, S. M. M. (2024). The effect of self –organized learning according to the double coding in improving contemplative thinking, performing the walls of the wall and defending the stadium in volleyball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2), 258–272. <https://doi.org/10.55998/jrsrse.v34i2.515>
- Hassanein, M. S., & Abdel Moneim, H. (1997). *Scientific foundations of volleyball and methods of measurement* (p. 411). Al-Kitab Publishing Office.
- Hossam El-Din, T. at al. (1997). *Scientific Encyclopedia in Sports Training* (1st edition, p. 229). Al-Kitab Publishing Center.
- Hussein, Q. H. (1995). *Physiology, its principles and applications in the sports field* (p. 28). Dar Al-Hekma.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education

- Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Marwan, A. M. I., & Muhammad, J. A.–Y. (2010). *Modern trends in the science of sports training* (1st edition, p. 22). Al–Warraq Publishing and Distribution.
- Mashkor, N. H. (2017). The stylistic influence of small units (homogeneous and heterogeneous) on some Elkinmetekih variables and the level of technical performance and achievement of the effectiveness of the discus. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 50.
- Nahida Mashkoo, Qusai Ali, & William AliWilliam. (2018). the effect of exercises using rubber ropes and water resistance on the ability to withstand the strength and power characteristic of speed and to achieve the effectiveness of . *Journal of Physical Education Studies and Research*, 29(4). [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAAJ&citation\\_for\\_view=VXWUUhQAAAAJ:KIAtU1dfN6UC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAAJ&citation_for_view=VXWUUhQAAAAJ:KIAtU1dfN6UC)
- Othman Idham, A., Hammadi, J. N., & Ameer Jaber, M. (2023). the performance of the skill of receiving the transmission of first–class clubs of Anbar province and its relationship to the speed of kinetic response among the players of the the player (libero) in volleyball. *Kufa Journal Physical Education Sciences*, 1(6). <https://www.iasj.net/iasj/article/273090>
- Oudah, A. Y. , Shehab, S. G., & Aldewan, L. H. (2022). Building a cognitive achievement scale for the skills of smash hitting and defending the court in volleyball for students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6), 1168–1175. <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/7238>
- Oudah, A. Y., Shehab, S. G., & Aldewan, L. H. (2022). *The effect of the interactive blended learning strategy in learning the skill of crushing hitting in volleyball for students*. 6(6), 2860–2867. <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/7736>
- ZGHAIR, A. R., & MUSLM, A. J. (2023). The relationship between performance endurance and some functional and chemical indicators and attention acuity among competitive and non–competitive wrestlers. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2).

ملحق

نموذج من الوحدات التدريبية

الشدة: 90%

الأسبوع : الأول

الزمن الكلي: 82-86 دقيقة

الوحدة التدريبية : 1-2-3

الراحة		الحجم	التمرينات	الزمن بالدقيقة	القسم
بين المجموع	بين التكرارات				
رجوع النبض 120-110	رجوع النبض 130-120	2× 15	- اداء مناولة مع الزميل ذهابا وايابا الى الشبكة	5.42	الرئيس
ض/د إي بزمن د 4-3	ض/د إي بزمن د 3-2	2× 18	- اداء مناولة للأعلى ذهابا وايابا على طول الملعب	5.32	
		2× 10	- اداء ارسال على نهايتي الملعب مع الركض لكل موقع ذهابا وايابا.	4.5	
		2× 20	-اداء تمرير مع الزميل امام الشبكة والكيس	4.2	



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Construction and Validation of a Cognitive Engagement Scale and Its Relationship with Ball Movement Sequence Performance in Rhythmic Gymnastics

Zeena Khaled Jasem<sup>1</sup> 

Khaleel Setar Mohammed<sup>2</sup> 

University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1,2</sup>

### Article information

### Abstract

#### Article history:

Received 19/4/2024

Accepted 12/ 6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Cognitive Engagement, Movement Sequence, Rhythmic Gymnastics



The research aims to: build and record a measure of cognitive participation among second-year female students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Baghdad. The researchers used the descriptive approach in the survey style for the research sample. The sample was selected from female students and divided into: (10) female students for the survey sample, and (80) female students for the construction and codification sample. The data were statistically analyzed by the researchers using SPSS, the T-test for independent and correlated samples, Pearson's simple correlation coefficient, Cronbach's alpha, Chi-square, and Spearman-Brown. They were recruited for the samples. The study concluded that constructing a measure of cognitive participation for students in the second stage could be applied through the ease and difficulty of its expressions that are appropriate to the research sample, as well as the grades and levels that were reached, which showed that the sample fell within the rating (good and acceptable), and on the other hand the sample was characterized by participation. Cognitive through the results of the scale and its four axes. In conclusion, cognitive participation plays a positive role in performing the ball movement sequence in rhythmic gymnastics.

## **1- The research Introducing**

### **1-1 Introduction and the importance of research**

The College of physical education and Sports Sciences is one of the faculties that must be promoted because it is concerned with the study of sports education, which is based on many sciences, including testing and measurement, which has a role in researching and investigating tests and metrics in sports psychology (Fadil & Mohammed, 2022). Testing and measurement are important means of determining the level of performance, being an assessment tool through which to determine the degree of individual progress in the field of the game he practices, as well as judging the effectiveness of the teaching or training curriculum (Khalifab & Jabbar, 2023). All this is in the interest of the educational process, which is also concerned with students through the process of continuous communication and various support carried out by this institution in the search and investigation of variables that contribute to improving the educational level of students (Khaled Jasem, 2024). Knowledge sharing is one of those variables that contribute effectively to increasing student communication among themselves and increases the amount of knowledge and information acquired by students. there is also a set of skills that students of the College of physical education and sports sciences must possess to achieve interaction between him and the teacher in a positive way, such as interactive skills, answering questions, mutual respect, tolerance and rational dialogue (Mohammed, 2019), (Mohammed et al., 2020). Self-esteem and self-respect experience an increase when an individual perceives a sense of affiliation, proficiency, merit, approval, and elevated self-efficacy (Jasem et al., 2023) The successive changes have forced the university to look for new ways to enable them to face the challenges of life and possess various skills that enable them to develop their abilities in learning rhythmic gymnastics skills, especially if we know the difficulty of his skills for female students (Ahmed Obaid et al., n.d.) Rhythmic gymnastics is one of the games that needs many requirements in order to accompany the skill performance to the tools, including the ball, and its performance is only through knowledge sharing and knowledge exchange with others. Knowledge management works to enable students to acquire knowledge sharing skills with others as a source of excellence (Hassoun & Jassim, 2019), (Hummedi et al., 2024). Therefore, through the above, the researchers found the importance of studying this variable and finding out the extent of its role in the performance of the ball Movement Sequence in rhythmic gymnastics in order to provide chances of success by designing a tool, a measure of cognitive sharing, to give the correct and objective picture in revealing the weakness and strength of cognitive sharing and giving a healthy picture of it to overcome weaknesses and enhance strengths.

According to (Abdulrasool et al., 2024). special exercises have an important role in the development of cognitive abilities and the performance of ball movement in rhythmic gymnastics.(Mukhlif & Maleh, 2019)

And in the (Kadhim et al., 2024) study. The most important conclusions pointed to the effectiveness of the electronic program used in the study in the development of the level of performance of the skills installed in rhythmic and creative gymnastics for physical education students and the impact of the learning environment on the development of creative motor and behavioral performance.(Ghazi et al., 2024)

The objective of the study was to develop and standardize a cognitive participation scale specifically for female students enrolled in the second stage of the College of Physical Education

and Sports Sciences at the University of Baghdad. Furthermore, the study aimed to analyze the performance of the ball Movement Sequence in rhythmic gymnastics among these students, and to explore the correlation between cognitive participation and the execution of the ball Movement Sequence in rhythmic gymnastics among female students in the second stage of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Baghdad.

**Material & methods**

The descriptive approach was employed by the researchers utilizing a survey method. The female students in the second stage of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Baghdad were deliberately chosen as the research population, consisting of a total of (116) students divided into three groups (A, B, and C). In order to meet the research requirements, all students in the population were included in the research sample. The sample was divided into (10) students for the pilot sample, (80) students for the construction and standardization sample (from which the researchers obtained the criteria and levels), and (26) students for the main experimental application sample. The division of the sample is presented in table (1), providing the specific details.

**Table 1.** shows the details of the survey samples, construction, standardization and application samples.

No	Sample Type	Number	Percentage
1	Pilot Sample	10	8.62%
2	Construction and Standardization Sample	80	68.96%
3	Application Sample	26	22.41%
	Total Sample		116

**Procedures for implementing Field Research steps:**

**Procedures for building a knowledge sharing scale:**

The researchers built a knowledge sharing scale for second-stage students, and the construction procedures included some steps that must be followed in order to reach a scale that meets the scientific conditions.

**First: define the idea of the scale:**

The identification of the idea is through giving a procedural definition adopted by the researchers in the construction of the scale, as the identification of the idea or phenomenon helps to identify the main ideas adopted by the researchers in the construction of the scale, by familiarizing the researchers with previous studies and research and being teaching as well as personal interviews they have come to the idea of the scale through a procedural definition clarifies the idea of the scale.

**Second: determining the goal or purpose of building the scale:**

As it is the main pillar and the first step that needs to be done when building scales, the researchers have come up with the purpose of building a knowledge sharing scale for second-stage students at the College of physical education and sports sciences.

**Third: identification of areas for the scale**

The researcher identified the proposed fields and gave a theoretical definition of each field and was interested in giving the fields a meaning to the phenomenon or concept to be measured through a special questionnaire for the purpose of determining the most important fields or axes

and the extent and suitability and was presented to a number of experts and specialists in the field of testing, measurement and sports psychology, numbering (13) experts, the researchers adopted the test (chi-square) to accept the fields of the scale as shown in the table 2.

**Table 2.** Shows the agreement of experts and specialists on the areas of the knowledge sharing scale after using (chi-square)

No	Candidate Domains	Number of phrases	Agree	Disagree	The value of (chi-square)	Sig
1	Knowledge sharing among students	5	11	2	6.231	0.013
2	Sharing knowledge with others	9	12	1	9.308	0.002
3	Barriers to knowledge sharing	13	13	0	13	0.000
4	The general direction of knowledge sharing	10	13	0	13	0.000

**Fourth: preparing the initial version of the knowledge sharing scale paragraphs**

After that, the researcher decided on the areas of the scale, drawing up a questionnaire with items for the selected areas. The elements were distributed in the axes of measurement, and each element was named based on the theoretical definition of the field in which it was placed. The researcher also presented the answer options for the proposed question. The original scale covered 37 elements in a multiple-choice format that were distributed over 4 scales. Experts used a five-point scale (Likert) scale to measure the variables. The scale consisted of the following response options:

When formulating the paragraphs, the researcher took into account the following points: (Munaf et al., 2021)

- Every paragraph should be just about one specific message.
- The paragraph should be in language that is accurate and natural.
- Phrases that are vague, or lack detailed explanation, can be best avoided.
- First person should be used for the paragraphs.
- It is needless to use words with more than one meaning.

Finally, the researchers assessed the suitability of the items for the scale after having the preliminary version of the scale presented to a group of specialists in the area of tests and measurement, sports psychology, rhythmic gymnastics, and statistics. The group had 13 experts. In conformity with the participants' suggestions, the researchers used the "chi-square" test to keep each item separately or just accept, modify, or delete it due to similarity or redundancy. As shown in Table 3.

**Table 3.** shows the paragraphs that remained and the deleted paragraphs according to the opinions of experts and specialists for the knowledge sharing scale after using (chi-square)

No	Domains	Paragraph Numbers	Number of Paragraphs	Agreements	Disagreements	The value of (chi-square)	Sig
----	---------	-------------------	----------------------	------------	---------------	---------------------------	-----

1	Knowledge Sharing Among Students	1-5	5	12	1	9.308	0.002
2	Knowledge Sharing with Others	6-14	9	13	0	13	0.000
3	Barriers to Knowledge Sharing	15-27	13	13	0	13	0.000
4	The Attitude of Sharing Knowledge in General	28-37	10	13	0	13	0.000

**Exploratory experience:**

On the 13th of December 2022 Wednesday the researchers conducted a pilot test of the scale in the gymnasium of the College of Physical Education and Sports Science which is located at the University of Baghdad. The pilot study was conducted with a sample of ten which included female students. The pilot study results showed that the scale had a positive outcome among the sample group. The instructions were step-by-step, the items were simple to follow, and there weren't any major obstacles that faced the researchers or the research staff. The average scale time to perform it was (7-10) minutes.

**Main Experiment for Constructing the Knowledge Sharing Scale:**

Following the completion of the prototype knowledge sharing scale, the researchers, in collaboration with the research team, applied this scale to a sample from the second stage of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Baghdad (80) female students. The experiment was conducted on Thursday, 18th January 2024, to Thursday 25th January 2024.

Overall, after there was main experiment done, the scientists were sorting the scale forms, correcting them and put down results for statistical analysis. Characteristics of frequency distribution of the sample of (80) students were identified. The results clearly resolved that the sample members are distributed in the scale, as shown in the Table 4.

**Table 4** shows the descriptive characteristics on the construction sample

No	Statistical characteristics	Knowledge sharing
1	Arithmetic mean	128.0250
2	Median	127.5000
3	Standard deviation	8.05672
4	Skewness	-.280

5	Standard Error	.269
---	----------------	------

**Statistical analysis of the paragraphs of the knowledge sharing scale:**

The researchers analyzed the results of the construction sample for the knowledge sharing scale of the construction sample, and this step is one of the most important steps and procedures for building and modifying the scales, so the researcher performed the following procedures:

**Discriminative ability:**

It is a useful tool for situations where the total sample is to be divided into two or more groups which are mutually exclusive and collectively exhaustive, on the basis of a set of a predictor variable. To achieve the responses of the sample of 80 forms, the data were collected in a descending manner, and then the two groups were identified in each group, 27% of the construction sample, i.e. (22) students from the upper group and (22) students from the lower group, and the middle group included (36) students and were extracted using the (T-Test).the researchers adopted paragraphs whose significance value is less than the approved significance level (0.05) and for a degree of freedom (42) and Table (5)shows this.

**Table 5.** shows the discriminating ability of each paragraph of the linear performance level scale

No	Lower Group		Upper Group		T-test	Sig
	M	SD	M	SD		
1	2	0	4.8636	0.35125	-38.24	0.000
2	2	0	4.8182	0.39477	-33.484	0.000
3	2.3636	0.49237	5	0	-25.115	0.001
4	2.3636	0.49237	5	0	-25.115	0.000
5	2.0909	0.29424	4.9545	0.2132	-36.965	0.001
6	2.4091	0.50324	4.9545	0.2132	-21.845	0.000
7	2.0909	0.29424	4.8182	0.39477	-25.981	0.000
8	1.8182	0.50108	4.8636	0.35125	-23.343	0.000
9	2.0455	0.2132	5	0	-65	0.000
10	2.0909	0.61016	5	0	-22.363	0.000
11	2	0	4.9545	0.2132	-65	0.000
12	2.2727	0.45584	5	0	-28.062	0.000
13	2.0455	0.2132	4.8182	0.39477	-28.987	0.000
14	2.0455	0.2132	4.9091	0.29424	-36.965	0.000
15	2.1364	0.35125	4.7727	0.42893	-22.305	0.000
16	1.8636	0.46756	5	0	-31.463	0.000
17	2.0455	0.2132	5	0	-65	0.000
18	2	0	4.7273	0.45584	-28.062	0.000
19	1.8636	0.35125	4.8182	0.39477	-26.226	0.000
20	1.8636	0.46756	4.8182	0.39477	-22.646	0.000
21	1.7273	0.45584	4.8182	0.39477	-24.042	0.000
22	1.7273	0.45584	4.9091	0.29424	-27.507	0.000

23	2.0455	0.2132	5	0	-65	0.000
24	2	0	4.7273	0.45584	-28.062	0.000
25	1.9091	0.29424	5	0	-49.271	0.000
26	1.9545	0.2132	4.5455	0.50965	-21.998	0.000
27	1.9545	0.48573	5	0	-29.408	0.000
28	2	0	4.8636	0.35125	-38.24	0.000
29	2.3636	0.49237	4.8636	0.35125	-19.388	0.000
30	2	0	4.9545	0.2132	-65	0.000
31	2.0455	0.653	5	0	-21.222	0.000
32	1.7727	0.42893	5	0	-35.291	0.000
33	1.7727	0.42893	4.5455	0.50965	-19.524	0.000
34	1.7727	0.42893	5	0	-35.291	0.000
35	2	0	4.9091	0.29424	-46.372	0.000
36	2	0	4.6818	0.47673	-26.386	0.000
37	1.8636	0.35125	4.7727	0.42893	-24.612	0.000

The level of significance is deemed to be statistically significant if it falls below the threshold of 0.05, taking into account the degree of freedom which is equal to 42.

**Internal consistency coefficient of the scale:** the internal consistency coefficient is used to determine the degree of homogeneity of the paragraphs in measuring the phenomenon or behavioral dimension and the ability to highlight the interconnection between the paragraphs of the scale, and the researcher used two types of internal consistency:

**First: the relationship of the paragraph degree to the total degree scale:**

The aim of this procedure is to find the correlation relationship between each paragraph and the total score of the scale for all the sample members. The aim of this procedure is to find out whether the answers in their entirety for certain paragraphs are reasonably consistent.

**Second: the relationship of the paragraph degree to the total degree of the field:**

It is one of the necessary indicators that show the truthfulness of the test or measure in measuring the behavioral dimension to be measured in the field that belongs to the measure or test as shown in Table (6) and (7).

**Table 6.** shows the correlation coefficient between the paragraph score and the total score of the knowledge sharing scale

No	Pearson's r	Sig
1	0.364**	.0000
2	0.336**	0.004
3	0.294*	0.012
4	0.368**	0.001
5	0.375**	0.001
6	0.408**	0.000
7	0.434**	0.000
8	0.360**	0.002
9	0.440**	0.000
10	0.562**	0.000

11	0.461**	0.000
12	0.414**	0.000
13	0.315**	0.000
14	0.548**	0.000
15	0.370**	0.000
16	0.470**	.0000
17	0.364**	.0000
18	0.353**	0.000
19	0.384**	0.000
20	0.393**	0.000
21	0.424**	0.000
22	0.240*	0.016
23	0.346**	0.000
24	0.322**	0.001
25	0.312**	0.002
26	0.270**	0.007
27	0.443**	0.000
28	0.138	0.170
29	0.425**	0.000
30	.396**0	0.000
31	.215*0	0.031
32	0.375**	0.000
33	.439**0	0.000
34	0.588**	0.000
35	.567**0	0.000
36	.224*0	0.025
37	0.470**	0.000

**Table 6.** shows the correlation coefficient between the paragraph score and the total score of the knowledge sharing scale

\* is used to represent a statistically significant difference at the 0.05 .

\*\* is used to represent a statistically significant difference at the 0.01.

**Table 7.** shows the correlation coefficient between the paragraph score and the total score of the field

No	Pearson's r	Sig
<b>Knowledge Sharing Among Students</b>		
1	0.815**	0.000
2	0.728**	0.000
3	0.814**	0.000
4	0.791**	0.000
5	0.674	0.000
<b>Knowledge Sharing with Others</b>		
6	0.573**	0.000

7	0.465**	0.000
8	0.518**	0.000
9	0.411**	0.000
10	0.588**	0.000
11	0.233*	0.019
12	0.355**	0.000
13	0.506**	0.000
14	0.478**	0.000
<b>Barriers to Knowledge Sharing</b>		
15	0.355**	0.000
16	0.506**	0.000
17	0.478**	0.000
18	0.242*	0.015
19	0.571**	0.000
20	0.436**	0.000
21	0.364**	0.000
22	0.496**	0.000
23	0.580**	0.000
24	0.379**	0.000
25	0.564**	0.000
26	0.420**	0.000
27	0.283**	0.000
<b>The Attitude of Sharing Knowledge in General</b>		
28	<b>Rejected</b>	
29	0.296**	0.003
30	0.428**	0.000
31	0.383**	0.000
32	0.361**	0.000
33	0.356**	0.000
34	0.364**	0.000
35	0.496**	0.000
36	0.580**	0.000
37	0.296**	0.003

\* is used to represent a statistically significant difference at the 0.05 .

\*\* is used to represent a statistically significant difference at the 0.01

It was found that all paragraphs of the knowledge sharing scale are statistically significant except for paragraph (28), which is not significant at the significance level (0.05), so it was rejected, so that the number of the remaining paragraphs of the scale is (36) statements.

**Stability :**

To check the stability of the Cognitive Sharing Scale, the researchers used the following methods:

A. Split-half method: The researchers divided the scale paragraphs into two halves, a first half and a second half, and the correlation coefficient between the total scores of the two

halves was extracted according to Pearson's method for the scale, and that the correlation coefficient here indicates the stability of half of the scale and then full stability according to the Spearman-Brown formula for correcting stability.

B. Cronbach's alpha: Cronbach's alpha is the internal consistency of the scale and is one of the most common stability coefficients Table (8) shows the Cronbach's alpha coefficient for the Cognitive Sharing Scale.

**Table 8.** shows the stability coefficients

Scale	Semi-segmentation		Alfa cronbach
	Stability of the half-scale	Total stability	
Sharing	0.553	0.653	0.575

**Objectivity:** Objectivity is achieved through the stability of the correction process according to the special alternatives of the Cognitive Sharing Scale, and the arbitrators will not interfere in the correction of the answers.

**The final version of the Cognitive Engagement Scale:** The knowledge sharing scale for female students represented (4) domains, namely (knowledge sharing among students, knowledge sharing with others, obstacles to knowledge sharing, general trend of knowledge sharing,) The scale included (36) phrases in its final form, distributed in four domains, respectively (5), (9), (13), and (9) As described in [Appendix 2](#).

Ball movement formation in rhythmic gymnastics: the researchers tested the female students with ball movement formation in rhythmic gymnastics and obtained a score representing the student's level through the evaluation of the subject teacher, which is from (10 point).

The main experiment: after the construction of the scale was completed and the selection of the ball movement configuration in rhythmic gymnastics, the researchers distributed the scale to the application sample of (26) students and after the answer, the researchers arranged the forms for the purpose of processing them statistically and then obtaining the results of the ball movement chain for the purpose of extracting the results.

Statistical methods:

The researchers used the SPSS statistical package

## Results

### Standard scores of the knowledge sharing scale:

The criteria are a set of scores derived by certain statistical methods from raw scores and are used to compare the performance level of a particular individual with the performance level of the group to which he belongs, as shown in Table (9).

**Table 9.** The standard scores (Z, T) of the cognitive sharing scale.

No	raw score	Z	T	Repetition
1	106	-2.73374	22.66	1
2	108	-2.4855	25.14	1
3	113	-1.8649	31.35	2
4	116	-1.49254	35.07	1
5	117	-1.36842	36.32	2

6	118	-1.2443	37.56	4
7	120	-0.99606	40.04	1
8	121	-0.87194	41.28	3
9	122	-0.74782	42.52	3
10	123	-0.6237	43.76	5
11	124	-0.49958	45	4
12	125	-0.37546	46.25	4
13	126	-0.25134	47.49	7
14	127	-0.12722	48.73	2
15	128	-0.0031	49.97	3
16	129	0.12102	51.21	2
17	130	0.24514	52.45	3
18	131	0.36926	53.69	2
19	132	0.49338	54.93	4
20	133	0.6175	56.17	2
21	134	0.74162	57.42	3
22	135	0.86574	58.66	5
23	136	0.98986	59.9	4
24	137	1.11398	61.14	2
25	138	1.2381	62.38	5
26	140	1.48634	64.86	1
27	142	1.73458	67.35	2
28	143	1.8587	68.59	1
29	144	1.98282	69.83	1

The researchers selected (6) levels for the cognitive sharing scale and when distributing the standard scores on the approved levels, the standard levels appeared to us as shown in Table (10).

**Table 10.** The levels and the percentage specified for them in the normal distribution, the raw and Standard score (Z, T), the number of practices and the percentage of the knowledge sharing scale.

The prescribed ratio in the normal distribution	raw score	Z-class limits	T-class limits	Sample Number	Percentage
2.14% Very Good	-	-	-	-	% 0
13,59% Good	137 -144	1.113 - 1.98	-69.83 61.14	12	%15
34.13% Average	129 -136	0.12 - 0.98	51.21 -59.9	25	%31.25
34.13% acceptable	120 -128	-0.003 - 0.996	- 49.97 40.04	32	%40
13.59% weak	113 - 119	-1.24 - 1.86	-37.56 31.35	9	%11.25

<b>2.14% very weak</b>	<b>112 - and under</b>	<b>2.4855 - and under</b>	<b>25.14 - and under</b>	<b>2</b>	<b>2.5 %</b>
------------------------	------------------------	---------------------------	--------------------------	----------	--------------

**View the results of the knowledge sharing scale**

It is clear from the Tables (11, 12) that there are significant differences in favor of the arithmetic mean, which means that the sample has cognitive participation, and this is also indicated by the fields of the scale, except for the first component, which is facial expressions, as the researchers attribute this to the activation of communicative means of knowledge that allow the accumulation of knowledge and be usable in the context of contemporary daily life, and their use in supporting society and its progress in all fields(Connolly & Kevin Kelloway, 2003)

**Table 11.** Shows the mean, standard deviation, skewness, value (T- Test) and the significance value of the knowledge sharing scale

<b>variables</b>	<b>Test value</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>skewness</b>	<b>T- Test</b>	<b>Sig</b>
<b>knowledge sharing</b>	<b>108</b>	<b>122.1154</b>	<b>9.42052</b>	<b>.076</b>	<b>7.640</b>	<b>0.000</b>

*The value of the signifier is significant if it is < from 0.05*

**Table 12.** Shows the mean, standard deviation, value (T- Test) and the significance value of the knowledge sharing scale

<b>variables</b>	<b>Test Value</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>T- Test</b>	<b>Sig</b>
<b>Knowledge Sharing Among Students</b>	<b>15</b>	<b>18.1154</b>	<b>2.91653</b>	<b>5.447</b>	<b>0.000</b>
<b>Knowledge Sharing with Others</b>	<b>27</b>	<b>31.1154</b>	<b>3.16641</b>	<b>6.627</b>	<b>0.000</b>
<b>Barriers to Knowledge Sharing</b>	<b>39</b>	<b>43.1154</b>	<b>4.75249</b>	<b>4.415</b>	<b>0.000</b>
<b>The Attitude of Sharing Knowledge in General</b>	<b>27</b>	<b>29.7692</b>	<b>4.06259</b>	<b>3.476</b>	<b>0.002</b>

*The value of the signifier is significant if it is < from 0.05*

**Presentation of the results of the relationship between communicative intelligence and ball Movement Sequence in rhythmic gymnastics:**

Table (13 and 14) shows the results of the correlation values between cognitive sharing - Movement Sequence with the ball in rhythmic gymnastics. The results showed a significant and direct relationship, which means that the female students have a degree of cognitive sharing, which had a positive role in the performance of the Movement Sequence with the ball, because the nature of performing movements in gymnastics needs to use information and knowledge, exchange and share with colleagues, which in turn works to overcome the difficulties facing female students by performing Movement Sequence with the ball in rhythmic gymnastics, One of the reasons students work together to share knowledge is the level of exchange they need to achieve.

**Table 13.** Shows the mean, standard deviation and skewness of the Movement Sequences with a ball

<b>variables</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>skewness</b>
<b>the Movement Sequences with a ball</b>	<b>7.0238</b>	<b>.84068</b>	<b>0.046-</b>

**Table 14.** Shows the correlation coefficient between communicative intelligence and Movement Sequences.

<b>variables</b>	<b>Correlation</b>	<b>Sig</b>
<b>communicative intelligence - Movement Sequences</b>	<b>0.643</b>	<b>0.000</b>

### **Discussion**

Through Table (9) and (10), the researchers explain that the level of the sample, as well as the academic level, being university students with good and distinguished levels, came in proportion to the levels derived from applying the scale to them, as the results were centered between a (good and acceptable) level, the results also show that there is no very weak level, which means that knowledge sharing between students is based on a good ground of cooperation, because physical education lessons are interspersed with practical lessons, which leads to continuous understanding and knowledge exchange, especially in the gymnastics lesson, which is one of the most important lessons, but one of the most difficult for students, knowledge sharing is part of knowledge management systems that aimed at securing the correct knowledge of the place and timing A lot of studies have shown that interaction between individuals who possess diverse and different knowledge enhances their ability to improve their performance(Sabah & Jasem, 2023)

From the observation of Tables (11and 12), the researchers emphasize that the support of female teachers for female students, as well as the support of the University, which provides courses, lectures and means that help to communicate and share knowledge, "that creative institutions are those that support the process of knowledge sharing among their members and encourage them to exchange ideas and experiences. Which provides them with the necessary skills to keep up with the new construction of knowledge, keep up with modern branches of science, and cognitive and cultural preparation of female students by preparing them to carry out their school assignments, including rhythmic gymnastics lesson. "Knowledge sharing is currently receiving great attention by various institutions as an important element in the development of these institutions in keeping with the age of knowledge, as these institutions realized that knowledge sharing brings an advantage to students in general and female students in particular (Mohammed et al., 2023)

The learning process is carried out through the exchange of ideas, knowledge, experiences and information and is related to the individual's ability to transfer his apparent and implicit knowledge to others. knowledge sharing is an appropriate mechanism for mastering knowledge management. others see it as a communicative process in which knowledge is discussed and exchanged through direct interaction via the internet in order to increase the value of existing knowledge (Haseeb & Laith, 2022)

Table (14) summarizes that female students have a degree of knowledge sharing, which had a positive role in the performance of the Movement Sequence with the ball. among the reasons why university students interact to share knowledge is the amount of sharing they

have to do, and the time spent by the student explaining something he already knows to someone he does not know, on the other hand, one of the determinants of sharing is the type of information necessary, which is an advantage for the participant, so knowledge hoarding also occurs when students feel when they exchange knowledge and share among themselves that time has a moral value, and this means that in order to overcome the student's tendency to Hoarding knowledge requires a good understanding of the pattern of knowledge sharing they have The necessary effort is made by higher education institutions to promote knowledge sharing(Naser & Jasim, 2021)

Also, from the researchers 'point of view, the experiences of success and failure in testing the Movement Sequence with the ball due to an increase in students' belief in the likelihood of failure as a result of physical and Movement weakness, on which skill success depends, as well as the degree of practical testing is greater than the degree of the theoretical exam, in which the probability of success increases, this led to increased communication with the performance of Movement Sequence with the ball, and this is what cognitive sharing did to increase the returns of Movement skill.

### **Conclusion**

The study concluded that the construction of the knowledge sharing scale for second-stage students was possible to apply through the ease and difficulty of its phrases that fit with the research sample, as well as the standard grades and levels were reached, which showed that the sample falls within the estimate (good and acceptable), and on the other hand, the sample was characterized by knowledge sharing through the results of the scale and its four axes. In conclusion, cognitive sharing plays a positive role in the performance of ball Movement Sequence in rhythmic gymnastics.

### **Acknowledgments**

We register our thanks to the research sample represented by the female students of the second stage of the University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences

### **Conflict of interest**

The authors declare that there are no conflicts of interest

Zeena Khaled Jasem <https://orcid.org/0009-0001-5917-6321>

## References

- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28.  
<https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Ahmed Obaid, M., Hussein Khalifa, A., & Saad Rabea, M. (n.d.). The Effect of an Electronic Device Designed to Measure the Knee Bending Angle in Developing the Skill of Catch and Clearance the High Ball for Football Goalkeepers. *Annals of Applied Sport Science*, 0. Retrieved June 5, 2024, from <http://dx.doi.org/10.61186/aassjournal.1286>
- Connelly, C. E., & Kevin Kelloway, E. (2003). Predictors of employees' perceptions of knowledge sharing cultures. *Leadership & Organization Development Journal*, 24(5), 294–301.
- Fadil, A. H., & Mohammed, K. S. (2022). Constructing and Rationing A Test for the Skill of Receiving the Serve From Above in Volleyball for Third-Year Students in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 17(3), 140–142.
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*.  
<https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Haseeb, H. R., & Laith, K. (2022). The Effect of a tool for helping the learning of forehand and backhand stroke in tennis for ages (10-15). *Journal of Physical Education*, 34(4).
- Hassoun, I. A., & Jassim, Z. K. (2019). Attentional control and its relationship to some ground movements in gymnastics devices. *Al. Qadisiya Journal for the Sciences of Physical Education*, 19(1 part (2)).
- Hummadi, J. N., Mushref, A. J., Awad, A. K., & Ali, O. A. (2024). The effect of special exercises on developing some coordination abilities and improving the level of performance of both open and wide jumping skills on the artistic gymnastics vaulting table for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1).
- Jasem, Z. K., Naser, A. J., & Hadi, A. M. (2023). The Effect of Transferring Positive and Negative Energy in Evaluating The Performance of Some Kinetic Skills in Rhythmic Gymnastics. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 18(2), 190–193.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeeedu.20241301.12>
- Khaled Jasem, Z. (2024). Communicative Intelligence and Its Relationship to the Performance of the Kinetic Formation of the Hoop in Rhythmic Gymnastics. *Annals of Applied Sport Science*, 12(1), 0.
- Khalifab, M., & Jabbar, R. H. (2023). The effect of an electronic device designed to measure the degree of bending of the knee angle in developing the skill of catch and Clearance the high ball for football goalkeepers under (15 years). *J Xi'an Shiyu Univ Nat Sci Ed*, 19(11), 751–764.

- Mohammed, K. S. (2019). Self-confidence and its relation to the performance of skill and compare them to volleyball players of elite clubs according to their specialization. *Karbala Journal of Physical Education Sciences*, 5(2).
- Mohammed, K. S., Flayyih, M. S., & Rumeeh, A. F. (2020). Building and codifying a scale of the level of tactical performance of advanced volleyball players. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(10).
- Mohammed, K. S., Shamkhi, D. A., & Mohammed, M. J. (2023). Determining the grades and standard levels of some mental skills as an indicator for the selection of young volleyball players. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 28.
- Mukhlif, M. M., & Maleh, F. A. (2019). The effect of special exercises on some sensory-motor abilities and the performance of the motor chain with the ball in rhythmic gymnastics. *Sports Science Journal*, 11(39), 109. <https://doi.org/10.26400/sp/39/8>
- Munaf, S. M., Ali, A. A., & Mohammed, K. S. (2021). BUILDING AND RATIONING SCALE MANAGEMENT CONSTRAINTS OF E-LEARNING FROM THE PERSPECTIVE OF TEACHING THE FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCE UNIVERSITY OF BAGHDAD. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 32, 3.
- Naser, A. J., & Jasim, Z. K. (2021). Relationship between Cognitive style (risk taking VS Cautiousness) and performance of some ring skills for third stage female students in College of Physical Education and Sport Sciences/University of Baghdad. *Mustansiriyah Journal of Sports Science*, 3(2), 112–120.
- Sabah, A. A., & Jasem, Z. K. (2023). Cognitive Flexibility of Football Coaches from the Standpoint of Iraqi Premier League Players. *Pakistan Heart Journal*, 56(2), 234–247.

**Appendices**

**Appendix 1**

The scale in the initial image:

**The first area is knowledge sharing among students:** individuals with diverse knowledge collaborate among themselves

**The second area is sharing knowledge with others:** a set of behaviors that involve sharing information or helping others **(Connelly & Kevin Kelloway, 2003)**

**The third area handicaps knowledge sharing:** lack of culture of knowledge sharing, lack of understanding of what can be shared with those who share it, limited appreciation of knowledge sharing, fear of providing false information

**The fourth area is the general trend of knowledge sharing:** no one should hesitate or be afraid to spread knowledge

No	The Terms	Strongly Agree	Agree	Somewhat Agree	Disagree	Strongly Disagree
1	Discuss class projects and required meals in each lecture					
2	Clarification and discussion of exam-related issues					
3	Solving problems related to studying among female students					
4	Clarify and discuss some of the concepts learned in the lecture					
5	Re-explaining some lectures to absent students					
6	Discuss class projects and required meals in each lecture					
7	Clarification and discussion of exam-related issues					
8	Solving problems related to studying among female students					
9	Clarify and discuss some of the concepts learned in the lecture					

10	Re-explaining some lectures to absent students					
11	Discuss class projects and required meals in each lecture					
12	Clarification and discussion of exam-related issues					
13	Solving problems related to studying among female students					
14	Clarify and discuss some of the concepts learned in the lecture					
15	Not having enough time to share knowledge					
16	Lack of a culture of knowledge sharing and Exchange in college					
17	Lack of depth in relationships between female colleagues					
18	Fear of providing false information					
19	Lack of voluntary initiatives for information exchange					
20	Exchange knowledge only with students who are ready for it (Benefit Exchange)					
21	Fear of being outclassed by others					
22	Fear that the difference of opinions spoils the relationship with female colleagues					
23	Lack of appreciation for knowledge sharing					
24	Don't know what knowledge to share					

25	<b>There are few opportunities for face-to-face interaction with other students</b>					
26	<b>Distrust among female students</b>					
27	<b>Shyness among female students</b>					
28	<b>Students should share knowledge with their peers when communicating with them</b>					
29	<b>Female students should voluntarily share knowledge with their peers</b>					
30	<b>It is better to avoid exchanging information with female students as much as possible</b>					
31	<b>I am ready to share information with my colleagues</b>					
32	<b>My colleagues are ready to share information with me</b>					
33	<b>My classmates are ready to share lecture notes with everyone</b>					
34	<b>Knowledge sharing is a waste of time</b>					
35	<b>Knowledge sharing reduces competitiveness among students</b>					
36	<b>Knowledge sharing is generally good</b>					



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The enthusiasm of physical education teachers towards teaching and its relationship to creativity in the workplace within the schools to which they belong

Latif Ghani Nassif<sup>1</sup>  

General Directorate of Education of Baghdad Karkh I

### Article information

#### Article history:

Received 21/5/2024

Accepted 10/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Teacher enthusiasm, creativity in the workplace Teaching, physical education

### Abstract

The research aimed to identify the nature of the relationship between the enthusiasm of physical education teachers and their creativity in the workplace. The researcher used the descriptive approach through both the survey method and the correlational method. To obtain data related to the research variables, the researcher went to prepare two scales. The first scale was to measure the level of a teacher's enthusiasm. Physical education, with a number of items that reached (15) items, and the second scale to measure the level of creativity in the workplace, with a number of items that reached (15) items. After completing the preparation process, the two scales were applied to the final application sample and the results were extracted. The researcher concluded the following: - Education teachers have There is a high level of enthusiasm towards teaching the subject, and he recommended: The researcher recommends physical education teachers in particular and other teachers the importance of encouraging them to activate flexibility and innovation in their work, by applying new educational methods for sports skills and information.





## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



حماسة مدرسي التربية الرياضية نحو التدريس وعلاقتها بالأبداع في مكان العمل ضمن المدارس التي ينتمون لها

لطيف غني نصيف<sup>1</sup>  

المديرية العامة لتربية بغداد الكرخ الأولى

### الملخص

هدف البحث إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين حماسة مدرسي التربية الرياضية وبين ابداعهم في مكان العمل، استعمل الباحث المنهج الوصفي عبر كل من أسلوب المسح، وأسلوب العلاقات الارتباطية، وللحصول على البيانات المرتبطة بمتغيرات البحث ذهب الباحث إلى إعداد مقياسين، المقياس الأول لقياس مستوى حماسة مدرسي التربية الرياضية ويعدد فقرات بلغ (15) فقرة، والمقياس الثاني لقياس مستوى الابداع في مكان العمل ويعدد فقرات بلغ (15) فقرة، وبعد الانتهاء من عملية الإعداد تم تطبيق المقياسين على عينة التطبيق النهائي واستخراج النتائج، واستنتج الباحث ما يلي:- يمتلك مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى مستوى مرتفع من الحماسة نحو تدريس المادة، وأوصى: يوصي الباحث مدرسي التربية الرياضية بشكل خاص وباقي المدرسين بأهمية التشجع على تفعيل المرونة والتجديد في أعمالهم، عبر تطبيق أساليب تعليمية جديدة للمهارات والمعلومات الرياضية.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2024/5/21

القبول: 2024/6/10

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024

### الكلمات المفتاحية:

حماسة المدرس، الابداع في مكان العمل، التدريس، التربية الرياضية

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعدّ دور مدرسي التربية الرياضية حيويًا في توجيه الطلاب نحو تحقيق أهداف التعلم ضمن المجال الرياضي، إذ إن قيام المدرسين بتصميم مناهج تعليمية تناسب احتياجات ومستويات الطلاب المختلفة أمرًا هامًا لعملية التعليم، بما في ذلك إنشاء مجموعة متنوعة من الأنشطة والتمارين الرياضية التي يتم تطبيقها خلال الدرس، فضلاً عن قيامهم بتقديم مناهج تلهم الطلاب وتشجعهم على المشاركة الفعالة، وتوفير بيئة آمنة وتحفيزية لتنفيذ هذه الأنشطة بشكل صحيح (Aldewan, 2016)، مع ضرورة اضطلاعهم بمهمة الإشراف الدقيق على الطلاب لضمان سلامتهم أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية خلال الدروس والمسابقات المدرسية، ويتوجب عليهم كذلك تقييم أداء الطلاب وتقديم التغذية الراجعة (Kadhim, 2020) لتحسين مهاراتهم وتطوير أدائهم الرياضي (Hassan & Musharef, 2024)،

لذا يعدّ تمتع مدرسي التربية الرياضية ببعض الصفات التحفيزية كالشغف والرغبة بالتدريس أمرًا حيويًا لنجاح عملية التعلم، وتطوير مهارات الطلاب، وتعزيز الروح الرياضية والحماس لديهم عبر تشجيعهم على المشاركة الفاعلة في الأنشطة الرياضية، تلك الصفات تعكس بلا شكّ عمق الالتزام لديهم نحو تعليم مادة التربية الرياضية وتأثيرها على نمو الطلاب، فمدرسو التربية الرياضية الحماسيون يمتلكون القدرة على تحفيز الطلاب، وإلهامهم للمشاركة الفعالة في الأنشطة الرياضية، الأمر الذي يوفر تجربة تعلم إيجابية وممتعة، وذلك عبر الحديث بإيجابية عن الفوائد الصحية والنفسية للرياضة، واستخدام أساليب تعليمية مبتكرة تجعل التعلم ممتعاً ومحفزاً للطلاب، من هنا فإن المدرسين الذين يتمتعون بحماسة تجاه تدريس التربية الرياضية يمتلكون بالتأكيد القدرة على تعزيز الانضباط والتعاون بين الطلاب، وبناء بيئة تعليمية تشجع على المشاركة الجماعية والتفاعل الإيجابي، وأنهم بفضل حماسهم وإيمانهم بأهمية النشاط البدني يصبحون نموذجاً يحتذى به للروح الرياضية والالتزام، بشكل مختصر فإن حماسة المدرسين في تدريس مادة التربية الرياضية تكمن في قدرتهم على تحفيز وإلهام الطلاب، وخلق بيئة تعليمية تعكس فوائد النشاط البدني على الصحة والتنمية الشخصية،

إذ يشير (Lazarides et al., 2018) إلى حماسة المدرس على أنها المتعة والإثارة والعاطفة التي يظهرها المعلم أثناء التدريس والتفاعل مع الطلاب، فهو ينطوي على الطاقة الإيجابية والمشاركة التي يجلبها المعلم إلى الفصل الدراسي، والتي يمكن أن تلهم الطلاب وتحفزهم على التعلم، وغالبًا ما يكون المدرسون المتحمسون أكثر ديناميكية وتفاعلاً ودعماً، مما يخلق بيئة تعليمية إيجابية تعزز اهتمام الطلاب ومشاركتهم، ويؤدي حماس المعلم دورًا حاسمًا في مشاركة الطلاب وتحفيزهم ونجاحهم الأكاديمي بشكل عام. (Othman et al., 2023)

وتمثل دروس التربية الرياضية في المدارس بيئة نابضة بالحياة، يتفاعل فيها المدرسون مع الطلاب، ويوجهونهم نحو إحداث تغيير إيجابي في حياتهم الرياضية والصحية، وفي ملاعبها وصالاتها يقضي المدرسون أجزاء كبيرة من وقتهم، إذ إنهم يقومون بتدريس الدروس وتنظيم التمارين البدنية، والمسابقات والفعاليات المختلفة، ومن خلال توفير هذه البيئة المثالية يمكن لهم اكتشاف مواهب الطلاب في مختلف الألعاب الرياضية وتنمية مهاراتهم الحركية، فضلاً عن تشجيع الطلاب على تبني أسلوب حياة نشط وصحي، وكذلك يبرز دورهم الكبير في الإشراف على الأنشطة الرياضية المدرسية مثل البطولات والمسابقات الرياضية، والتي يؤديون من خلالها دورًا حيويًا في تنظيم هذه الفعاليات وتحفيز الطلاب على المشاركة وتطوير مهاراتهم الرياضية والروحية،

لذا لا بدّ لمدرسي التربية الرياضية في المدارس من التمتع بقدرة خلاقية وإبداعية تظهر في جميع جوانب عملهم، ولا بدّ أن يتفاعلوا مع الطلاب بشكل إيجابي ومحفز، ويبتكرون أساليب تعليمية تجعل الدروس محفزة للإبداع والمشاركة الفعالة، (AI

(Diwan, 2009) فضلاً عن أهمية تصميمهم لبرامج تحفيزية تعكس إبداعهم في تحفيز الطلاب وتعزيز روح الفريق والتعاون، وأن يعتمدوا على التكنولوجيات والتقنيات التدريسية الرياضية بشكل يضمن تعزيز عملية التعلم وتوجيه الطلاب نحو تحقيق أهدافهم التعليمية والرياضية، (Lazem et al., 2024)

من هنا فإن الإبداع في مكان العمل التدريسي يتضمن تقديم الدروس بشكل متجدد ومتطور، وتنظيم الأنشطة المدرسية بشكل إبداعي ومبتكر يتضمن أحدث الأساليب التدريسية، وبالتالي يخلقون بيئة تعليمية تحفز الطلاب على تحقيق أقصى إمكاناتهم، عبر تنظيم أنشطة شيقة تعزز الروح التنافسية بين الطلاب وتعزز التعاون والاندماج الاجتماعي، وبالتالي يبنون جسوراً إيجابية تربط بين الطلاب والنشاط المدرسي، ويعززون الوعي بأهمية وجود أسلوب حياة صحي في المجتمع المدرسي، وهنا يشير (Stradinger, 2015) بأن الإبداع في مكان العمل يعني القدرة على توليد أفكار جديدة ومبتكرة، وتحويلها إلى أفعال وحلول ملموسة تسهم في تحسين العمل، وتحقيق الأهداف المؤسسية، ويعدّ الإبداع عاملاً مهماً في بناء بيئة عمل إيجابية ومثيرة تعزز الرضا الوظيفي وتعزز انخراط الموظفين، كما يمكن أن يؤدي الإبداع في مكان العمل إلى تحسين معدلات الاحتفاظ بالموظفين وزيادة الإنتاجية والابتكار، ومن الجدير بالذكر أن الإبداع في مكان العمل ليس مقتصرًا على الأفكار الجديدة فقط، بل يتطلب أيضًا تنفيذ هذه الأفكار وتحويلها إلى أفعال فعالة لتحقيق النجاح والتميز في العمل. (Mushref et al., 2024)

#### مشكلة البحث

يتحمل مدرسو التربية الرياضية مسؤولية كبيرة في توجيه وتحفيز الطلاب نحو اعتماد نمط حياة صحي ونشط، إلا أنه قد تواجههم مشكلات خلال تنفيذ الدروس منها ما يرتبط بالطلاب، والذي يؤدي إلى عدم الانخراط الفعال للطلاب في أنشطة الدرس، فضلاً عن انخفاض معدلات المشاركة والاندماج في الأنشطة الرياضية، فضلاً عن تدني الروح الرياضية للطلاب، والتأثير الضعيف على النمو الشخصي والاجتماعي للطلاب، ومنها ما يرتبط بهم والتي تظهر في أشكال متعددة منها تكرارية الدروس والأنشطة الرياضية نتيجة الروتين في تقديمها، وضعف التحفيز والإلهام من قبل المدرسين والذي قد يؤثر على مدى تفاعلية التدريس، فضلاً عن انحسار الأفكار الجديدة والمبتكرة في مجال تنظيم الأنشطة الرياضية خلال الدروس، وقد استشعر الباحث بوصفه مدرساً لمادة التربية الرياضية بوجود بعض من هذه المشكلات في دروس التربية الرياضية في المدارس، وقد حاول الباحث صياغتها عبر مجموعة تساؤلات هي:

- هل يمتلك مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى صفة الحماسة عند تدريس المادة؟ وما هو مستوى تلك الحماسة؟
- هل يمتلك مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى مقومات الإبداع في مكان العمل؟ وما هو مستوى تلك المقومات؟
- هل توجد علاقة بين حماسة مدرسي التربية الرياضية نحو التدريس وبين الإبداع في مكان العمل ضمن المدارس؟ وما هي طبيعة هذه العلاقة؟

#### أهمية البحث

إجراء بحث لدراسة حماسة مدرسي التربية الرياضية في التدريس يعكس أهمية فهم دور المدرس وتأثيره على عملية التعلم، إذ هذا النوع من البحوث يفتح آفاقاً جديدة لفهم كيفية تأثير حماسة المدرس على الطلاب وسلوكهم التعليمي، وتحفزهم على بذل المزيد من الجهد والتفاني في التعلم، ومن هنا فإن نتائج البحث التي يمكن أن تصل مثل هذه البحوث يمكن أن يسهم في تحسين

مهارات المدرسين، وتطوير أساليب التدريس لتلبية احتياجات الطلاب بشكل فعال، وذلك بهدف بناء بيئة تعليمية إيجابية تشجع على التعلم والابتكار، وتعزز من تفاعلية العملية التعليمية بين المدرس والطلاب.

هذا النوع من الأبحاث يلقي الضوء على أهمية دور المدرس كمحفز وملهم للطلاب، وكيف يمكن لحماسته وإبداعه أن يلعب دوراً حاسماً في جودة التعليم وفعالية عملية النقل المعرفي. بالتالي، إجراء بحث حول حماسة مدرسي التربية الرياضية في التدريس يُعتبر خطوة مهمة نحو الارتقاء بمستوى التعليم وتحفيز الطلاب على التفوق والنجاح في مسيرتهم التعليمية.

إجراء بحث يهدف إلى التعرف على مستوى حماسة مدرسي التربية الرياضية نحو التدريس، ومستوى إبداعهم في مكان عملهم داخل المدارس تكمن أهميته في انه يعكس الحاجة إلى فهم التفاعل المثير بين حماسة المدرسين وقدرتهم على الابتكار في بيئة التدريس، كما يمكن أن يساعد على تطوير ممارسات تعليمية ملهمة ومحفزة تشجع على النشاط البدني، وتعزز الوعي الصحي بين الطلاب، فضلاً عن ذلك أن يساهم فهم الإبداع في مكان العمل لدى مدرسي التربية الرياضية في بناء بيئة تعليمية تشجع على التعلم التفاعلي وتعزز التحفيز والاندماج الإيجابي بين المدرسين والطلاب، كما أن نتائج هذا البحث يمكن أن تمنح خارطة طريق يسلكها التربويون في بناء بيئة تعليمية تشجع المدرسين على الابتكار، كما أن تحليل حماسة المدرسين وتأثيرها على الإبداع يفتح باباً للتفكير المبدع والنقاش البناء حول كيفية تحقيق تطورات إيجابية في مجال التربية الرياضية، الأمر الذي يؤدي في النهاية إلى تحسين أداء المدارس بشكل عام، وذلك من خلال تشجيع المدرسين على تقديم الأفضل، وتطوير أساليب تدريسهم لتلبية احتياجات الطلاب بشكل فعال، مما يساهم بدوره في بناء مدارس تتميز بالتميز والابتكار في مجال التعليم، فضلاً عن إمكانية إسهام الاستبيانين اللذين ينوي الباحث إعدادهما لقياس متغيرات البحث في فصح المجال للجهات التربوية من استخدامهما لقياس مستويات كلٍّ من حماسة التدريس لدى مدرسي مختلف المواد التعليمية، وقياس مدى امتلاك المؤسسات التربوية المختلفة لعناصر الإبداع في مكان عملهم.

#### أهداف البحث

- التعرف على مستوى الحماسة التي يمتلكها مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى نحو تدريس المادة.
- التعرف على مستوى الإبداع في مكان العمل لدى مدرسي التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين حماسة مدرسي التربية الرياضية وبين إبداعهم في مكان العمل.

#### مجالات البحث

- المجال البشري: مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى في العام الدراسي (2023-2024).

- المجال المكاني: بنايات بعض المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى.

- المجال الزمني: المدة الزمنية الممتدة بين (2023/12/1) وبين (2024/3/1).

#### مصطلحات البحث

#### - حماسة المدرس

هو الشعور العاطفي الذي يستمتع به المدرس أثناء تدريس المادة التعليمية الخاصة به، والذي يشكل جزءاً أساسياً من دافع المدرس نحو الارتقاء بمهنته. (Dewaele & Li, 2021a)

## - الإبداع في مكان العمل

هو قدرة الأفراد أو الفرق على توليد أفكار أو حلول أو منتجات أصلية وقيمة في سياق بيئتهم المهنية، وهو ينطوي على التفكير بشكل مبتكر، والتعامل مع المهام بمنظورات جديدة، والانفتاح على استكشاف الأساليب غير التقليدية لحل المشكلات.

(Ohly, 2018)

## منهج البحث

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بكل من أسلوب المسح وأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمتها طبيعة البحث ومشكلته، إذ يذكر (Mertens, 2021) بأن المنهج الوصفي هو نوع من منهجية البحث التي تركز على وصف خصائص السكان أو الظاهرة التي تتم دراستها، ويهدف إلى تقديم وصف تفصيلي للوضع الحالي لموضوع معين، دون التلاعب بالمتغيرات أو محاولة إقامة علاقات سببية.

## مجتمع البحث وعينته

يعدّ تحديد مجتمع الدراسة في البحث الوصفي بمثابة قرار حيوي عند كتابة البحوث العلمية، إذ يجب أن يكون المجتمع مرتبطاً ارتباطاً وثيقاً بالمنهج المتبع، ويتعين أن يمثل المجتمع الفئة المستهدفة بدقة، ليس فقط من خلال التنوع والشمولية ولكن أيضاً بالقدرة على تقديم البيانات والمعلومات المطلوبة لفهم المشكلة المحددة، من هنا فقد حدد الباحث مجتمع البحث بمدرسي التربية الرياضية في المدارس التي تقع ضمن الحدود الجغرافية لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى والبالغ عددهم (186) مدرساً للتربية الرياضية، وقد اختارهم الباحث جميعاً ليشكلوا عينة البحث الرئيسية بأسلوب الحصر الشامل، ومن ثمّ أقدم الباحث على تقسيمهم لثلاث مجموعات فرعية، المجموعة الأولى هي عينة الدراسة الاستطلاعية، أما المجموعة الثانية فهي عينة التحليل الإحصائي، في حين مثلت المجموعة الثالثة عينة التطبيق النهائي، ويمكن ملاحظة تفاصيل هذه العينات في الجدول (1).

## الجدول (1)

### تفاصيل عينة البحث

النسبة المئوية	عدد المدرسين	العينة
3.2%	6	الاستطلاعية
58%	108	التحليل الإحصائي
38.8%	72	التطبيق النهائي
100%	186	الرئيسية

## المقاييس

بهدف قياس مستويات متغيرات البحث والتعرف على العلاقة بينها قام الباحث بإعداد مقياسين، المقياس الأول لقياس مستوى حماسة مدرسي التربية الرياضية، والمقياس الثاني لقياس مستوى الإبداع في مكان العمل في المدارس التي ينتمون لها، وقد أطلع الباحث على مجموعة من المصادر العلمية المرتبطة بمفهوم حماسة المدرسين ومنها (Öngel & Tabancalı, 2022)، (Dewaele & Li, 2021b)، (Punia & Bala, 2021)، (C. Frommelt et al., 2021)، (Lazarides, 2021)، (Jungert et al., 2020)، (Burić & Moè, 2020)، (Keller et al., 2018)، (Hooda, 2018)، (Baer et al., 2021)، (McKay et al., 2022) ومنها (Baer et al., 2021).

(Sousa, (Collado, 2019) (Building & Al-Dhalimi, 2020)، (Samani & Alavi, 2020)، (Huang, 2021) (2018)، (Serrat, 2017)، (Gomes et al., 2016)، (Stradinger, 2015)).

وبعد تحليل المصادر العلمية والاستفادة من محتواها قام الباحث بصياغة (15) فقرة لكل مقياس من المقياسين، وللإجابة عن فقرات هاذين المقياسين تطّلب قيام الباحث بصياغة بدئل للإجابة عنها، هذه البدائل كانت خماسية الأوزان وهي (أتفق بشدة، أتفق، أتفق نوعاً ما، لا أتفق، لا أتفق بشدة)، وللتعرف على أوزان هذه البدائل يرجى ملاحظة الجدول (2).

## الجدول (2)

### أوزان بدائل الإجابة عن فقرات المقياسين

لا أتفق بشدة	لا أتفق	أتفق نوعاً ما	أتفق	أتفق بشدة	بدائل الإجابة الأوزان
1	2	3	4	5	

### الدراسة الاستطلاعية للمقياس

يعدّ إجراء الدراسة الاستطلاعية للمقياس عاملاً ذو أهمية فائقة في البحث العلمي، إذ إنه يسهم بشكل كبير في دقة وموضوعية البيانات المحصلة، فضلاً عن أن هذه الدراسة من الممكن أن تكشف عن أية مشاكل محتملة في المقياس، مما يحفز الباحث لتعديلها قبل استخدامه في الدراسة الفعلية، كما وأنها تسهم في تحسين تجربة المشاركين من خلال تحديد الصياغة الصحيحة للأسئلة والبدائل المتاحة، وبالتالي تؤدي دوراً حيوياً في زيادة الثقة بالنتائج وتحقيق نتائج دقيقة وموثوقة، وقد قام الباحث بتاريخ (2023/12/20) بإجراء دراسة استطلاعية لكلّ من مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية، ومقياس الإبداع في مكان العمل ضمن المدارس على عينة مختارة عشوائياً من ضمن عينة البحث الرئيسية، ويبلغ عدد أفراد هذه العينة والمسماة عينة الدراسة الاستطلاعية (6) مدرسين، وقد تمكن الباحث في نهاية الدراسة من الوقوف على التحديات التي قد تواجهه في عملية التطبيق النهائي، وكذلك تعرف الباحث على الوقت اللازم للإجابة عن فقرات كلا المقياسين والذي تبين أنه (20) دقيقة في المتوسط.

### التحليل الإحصائي

تسهم عملية إجراء التحليل الإحصائي لبيانات البحث في تحويل البيانات إلى معلومات مفيدة ونتائج قابلة للاستخدام، فضلاً عن القدرة على تحليل وتفسير البيانات المجمعّة من المقياس والاختبارات المتعلقة بالبحث، كما أنه يوفر إمكانية فهم العلاقات بين المتغيرات وقياس قوة تلك العلاقات، وقد قام الباحث خلال المدة الزمنية (8-2024/1/11) بتطبيق الصورة الأولية لكلّ من مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية، ومقياس الإبداع في مكان العمل على عينة التحليل الإحصائي المختارة بشكل عشوائي من عينة البحث الرئيسية والبالغ عدد أفرادها (108) مدرساً للتربية الرياضية، وقد تغيب عن التطبيق (5) مدرسين ليصبح عدد الاستمارات التي استعادها الباحث (103)، والتي قام الباحث بعد ذلك بالتأكد من صدقها وثباتها.

### صدق المقياس

يشير مفهوم صدق المقياس في البحث العلمي قدرتها على قياس ما تقصده بدقة وموثوقية، أي أن الأداة تعطي البيانات والنتائج بشكل صحيح ودقيق، ويعدّ الصدق أحد العوامل الأساسية في تقييم جودة البحث، حيث يساهم في زيادة مصداقية الدراسة وثقة القراء في النتائج التي تم الوصول إليها. (Puri, 2019)، وقد لجأ الباحث إلى استخراج صدق الاتساق الداخلي لكلّ من مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية ومقياس الإبداع في مكان العمل كأحد أنواع الصدق المعتمدة في هذا المجال، وذلك عبر إيجاد الارتباط بين درجة كلّ فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدولين (3)، (4) يبينان صدق الاتساق الداخلي لمقياس البحث.

## الجدول (3)

## صدق الاتساق الداخلي لمقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية

الفقرة	الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.762	0.000	9	0.794	0.000
2	0.780	0.000	10	0.812	0.000
3	0.806	0.000	11	0.801	0.000
4	0.828	0.000	12	0.806	0.000
5	0.783	0.000	13	0.840	0.000
6	0.834	0.000	14	0.888	0.000
7	0.804	0.000	15	0.820	0.000
8	0.797	0.000			

يمكننا من خلال الجدول (3) ملاحظة أن درجات جميع الفقرات التابعة لمقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية كانت ذات اتساق داخلي معنوي مع الدرجة الكلية للمقياس، وذلك لامتلاكها ارتباطات تراوحت بين (0.762-0.888) عند مستويات دلالة بلغت (0.000)، وبهذا يحافظ المقياس على فقراته دون حذف.

## الجدول (4)

## صدق الاتساق الداخلي لمقياس الابداع في مكان العمل

الفقرة	الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.828	0.000	9	0.900	0.000
2	0.893	0.000	10	0.834	0.000
3	0.836	0.000	11	0.861	0.000
4	0.826	0.000	12	0.860	0.000
5	0.846	0.000	13	0.852	0.000
6	0.919	0.000	14	0.825	0.000
7	0.844	0.000	15	0.860	0.000
8	0.861	0.000			

يتبين لنا من الجدول (4) بأن فقرات مقياس الابداع في مكان العمل بأكملها كانت متسقة مع الدرجة الكلية للمقياس بارتباطات تراوحت بين (0.825-0.919) وبدلالة معنوية بلغت (0.000)، وبهذا حافظ المقياس على فقراته كاملة.

## ثبات المقاييس

يهدف استخراج ثبات المقياس إلى تأكيد دقته وموضوعيته في جمع البيانات، كما أنه يساهم في تحديد جودة الأداة وقدرتها على إعطاء النتائج المتكررة والموثوقة عبر الزمن وخلال المقياس، بشكل عام يعدّ استخراج ثبات المقياس جوهرياً لزيادة الموثوقية

والدقة في البحث العلمي، ولاستخراج ثبات كلّ من مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية ومقياس الابداع في مكان العمل لجا الباحث إلى طريقة ألفا كرونباخ، ويمكن ملاحظة معاملات ثبات المقياسين في الجدول (5).

### الجدول (5)

#### ثبات المقاييس

0.962	حماسة مدرسي التربية الرياضية
0.973	الابداع في مكان العمل

#### التطبيق النهائي لمقاييس البحث

بعد الانتهاء من إعداد كلّ من مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية ومقياس الابداع في مكان العمل والوصول للصورة النهائية لهما، والتأكد من صدقهما وثباتهما، واستقرار مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية على (15) فقرة، ومقياس الابداع في مكان العمل على (15) فقرة، قام الباحث بتطبيقهما على ما تبقى من عينة البحث الرئيسة والتي تسمى عينة التطبيق النهائي البالغ عدد أفرادها (72) مدرساً للتربية الرياضية، وذلك خلال المدة الزمنية (22-2023/1/25)، ولم يحضر عملية التطبيق (7) مدرسين ليسترجع الباحث بذلك (65) استمارة.

قام الباحث بمعالجتها إحصائياً بالاعتماد على الحقيبة الإحصائية (SPSS)

#### عرض النتائج

### الجدول (6)

#### مستويات فقرات مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية

الفقرة	المحتوى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مستوى الفقرة
1	يُظهر مدرسو التربية الرياضية تفانياً كبيراً في رفع مستوى حب النشاط البدني والرياضي بين الطلاب	4.22	0.768	3	10.094	0.000	مرتفع
2	يعززون المواقف الإيجابية تجاه درس التربية الرياضية لتشجيع الطلاب نحو تبني أسلوب حياة نشط	4.13	0.883	3	8.062	0.000	مرتفع
3	يحرصون على التنمية الشاملة للطلاب مؤكدين على أهمية التربية الرياضية لنموهم	4.10	0.871	3	7.986	0.000	مرتفع
4	يُظهرون الحماس والشغف في تقديم دروس التربية الرياضية وتعزيز بيئة تعليمية ملهمة	3.98	0.920	3	6.706	0.000	مرتفع
5	يشاركون في أنشطة التطوير المهني بشكل مستمر لتعزيز ممارسات تدريس التربية الرياضية بمستوى عالي من الحماس	3.78	1.097	3	4.466	0.000	مرتفع

الفقرة	المحتوى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مستوى الفقرة
6	يظهرون أساليب إبداعية ومبتكرة في تدريس التربية الرياضية بشكل يجعلها جذابة وممتعة	3.93	0.971	3	6.025	0.000	مرتفع
7	يشجعون الشمولية والمشاركة بين الطلاب من مختلف الخلفيات الاجتماعية والثقافية لتعزيز بيئة تعليمية متنوعة وداعمة	4.13	0.883	3	8.062	0.000	مرتفع
8	يعبرون بشكل عميق عن دور التربية الرياضية في تعزيز الصحة العامة والرفاهية للطلاب	4.05	0.867	3	7.584	0.000	مرتفع
9	يحتفلون بإنجازات الطلاب وتقدمهم العلمي والرياضي معززين ثقافة الإيجابية والتشجيع	4.13	0.822	3	8.652	0.000	مرتفع
10	يظهرون التفاني في خلق بيئة تعليمية آمنة تساعد على اكتشاف قدرات الطلاب البدنية والمهارية	3.95	0.876	3	6.862	0.000	مرتفع
11	يتعاونون مع الإدارة والمؤسسات التعليمية للوصول إلى أفضل الممارسات والأساليب المبتكرة عند وضع مناهج التربية الرياضية	3.85	0.770	3	6.985	0.000	مرتفع
12	يبحثون بنشاط عن فرص لنشر السعادة والمتعة خلال دروس التربية الرياضية	4.00	0.906	3	6.982	0.000	مرتفع
13	يشعرون طاقة عالية تلهم طلابهم للمشاركة بنشاط في أنشطة الدرس	4.00	0.934	3	6.774	0.000	مرتفع
14	يتقبلون التحديات المتجددة في مجال عملهم بحماس وتصميم	3.83	0.958	3	5.448	0.000	مرتفع
15	يلهمون الطلاب لتجاوز مستوى قدراتهم المهارية والبدنية لتعزيز عقلية النمو الرياضي والتعليمي لديهم	3.90	0.841	3	6.766	0.000	مرتفع
المقياس كاملاً		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مستوى المقياس
		59.95	10.848	45	8.716	0.000	مرتفع

يمكننا أن نرى عند النظر إلى الجدول (6) أن جميع فقرات مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية كانت لها مستويات مرتفعة لامتلاكها أوساط حسابية بلغت (4.22، 4.13، 4.10، 3.98، 3.78، 3.93، 4.13، 4.05، 4.13، 3.95، 3.85، 4.00، 4.00، 3.83، 3.90)، وهذه الأوساط لها قيم أعلى من قيمة الوسط الفرضي للفقرة والبالغة (3)، بدلالات معنوية بلغت (0.000) لجميعها، وحصل المقياس كاملاً على مستوى مرتفع بوسط حسابي بلغ (59.95) وهو أعلى من قيمة الوسط الفرضي الكلي البالغة (45) بدلالة معنوية بلغت (0.000).

هذه النتيجة المرتفعة لحماسة مدرسي التربية الرياضية نحو دروسهم يمكن أن يعزوها الباحث إلى قدرتهم الكبيرة في التعبير لطلابهم وبعثهم عن الأدوار التي يمتلكها درس التربية الرياضية في تعزيز صحتهم ورفاهيتهم عبر المشاركة في أنشطته المختلفة، والمتزامن مع مستويات عالية من التفاني الذي يظهره هؤلاء المدرسين في دفع طلابهم نحو الممارسة الرياضية بحب وشغف، والمقترنة بصور زاهية من الحماس عند تقديمهم لدروس التربية الرياضية ضمن البيئة التعليمية المهمة التي يظهرون أقصى ما لديهم من أشكال التفاني لتوفيرها بهدف مساعدة الطلاب على إظهار قدراتهم البدنية والمهارية، مع حرص هؤلاء المدرسين على مليء أجواء هذه البيئة بالطاقة التي تصدر منهم، ونقلها إلى الطلاب لرفع مستوى مشاركتهم في أنشطة الدروس، ومما رفع مستوى هذه النتيجة أيضاً هي المحاولة الجادة لهؤلاء المدرسين بالبحث عن الطرق التي من شأنها أن تبث السعادة والمتعة في هذه الدروس، عبر تعزيز المواقف التعليمية والرياضية الإيجابية التي من شأنها أن تغرس أهمية درس التربية الرياضية في التنمية الشاملة من أجل نموهم بشكل صحيح، والتي تعززت بفضل احتفال هؤلاء المدرسين بالانتصارات التعليمية والرياضية التي يحققها الطلاب وتشجيعهم نحو الأفضل دائماً، فضلاً عن الدور الكبير الذي أداه تشجيع مدرسي التربية الرياضية لثقافات ذات تأثير كبيرة في تعزيز بيئة تعليمية متنوعة وداعمة، ومن أبرزها مبادئ الشمولية والمشاركة التعاونية دون النظر إلى خلفياتهم الاجتماعية والثقافية التي ينحدرون منها، كل ما تقدم أسهم بشكل كبير في جعل مستوى حماسة مدرسي التربية الرياضية مرتفعاً.

وبالإشارة إلى (Hooda, 2018) فإن حماسة المدرس لها أهمية كبيرة في تحسين فعالية التدريس ونجاح الطلاب، وأن المدرسين الذين يظهرون حماسة تجاه المواد الدراسية والطلاب يمكن أن يؤثروا بشكل إيجابي على تجربة التعلم والنتائج التعليمية للطلاب، فضلاً عن تأثيرها على تحفيز الطلاب وسلوكهم داخل الصف، كما وأنها تعدّ عاملاً أساسياً في تعزيز فعالية التدريس ونجاح النظام التعليمي بشكل عام، وإذا ما كان المدرس متحمساً ويستمتع حقاً بعمله فمما لا شك فيه أنه سيحقق نتائج أكاديمية أفضل مقارنة بالمدرسين الذين لا يظهرون تلك الصفات.

### الجدول (7)

#### مستويات فقرات مقياس الابداع في مكان العمل

الفقرة	المحتوى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مستوى الفقرة
1	يخلق مدرسو التربية الرياضية بيئة تعليمية تملؤها حالات الإبداع والابتكار	3085	0.904	3	5.843	0.000	مرتفع
2	يحرصون على القيام بأنشطة رياضية تطبيقية لا صافية لتعزيز فهم الطلاب عبر المشاركة النشطة	3.85	0.893	3	6.020	0.000	مرتفع

مستوى الفقرة	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المحتوى	الفقرة
مرتفع	0.000	5.730	3	0.966	3.88	يحولون الروتين السائد في تدريس مادة التربية الرياضية إلى فعاليات قائمة على أفكار إبداعية جديدة	3
مرتفع	0.000	5.387	3	0.939	3.80	يربطون التمارين الرياضية بالحياة الواقعية للطلاب بطريقة مشوقة	4
مرتفع	0.000	4.297	3	0.932	3.64	يوظفون تكنولوجيا التعليم الحديثة في تنفيذ دروس التربية الرياضية لدعم تفاعل الطلاب ومشاركتهم	5
مرتفع	0.000	5.387	3	0.939	3.80	يشجعون الطلاب على تقديم طرق جديدة لتنفيذ المهارات الرياضية تعكس فهمهم العميق لها	6
مرتفع	0.000	5.512	3	0.975	3.85	يعملون على إيجاد ألعاب رياضية تفاعلية لتوضيح المفاهيم الرياضية بشكل مبدع	7
مرتفع	0.000	6.262	3	0.959	3.95	يؤكدون على تبني مناهج تدريس مرنة تتناسب مع احتياجات ومستويات الطلاب المختلفة	8
مرتفع	0.000	5.835	3	0.921	3.85	يصممون أنشطة تعليمية مبتكرة لدعم استقلالية الطلاب وتنمية الاكتشاف لديهم	9
مرتفع	0.000	8.145	3	0.893	4.15	يشجعون الطلاب على المشاركة في المسابقات والفعاليات الرياضية الإبداعية لتعزيز تعلمهم	10
مرتفع	0.000	6.444	3	0.932	3.95	يتملكون القدرة على التكيف مع احتياجات ومتطلبات تعليم المهارات الرياضية المتنوعة	11
مرتفع	0.000	2.471	3	1.166	3.46	يلتزمون بإقامة الدورات التدريبية الرياضية للطلاب خلال العطلة الصيفية داخل المدرسة	12
مرتفع	0.000	3.747	3	0.940	3.56	يتميزون بالقدرة على حلّ المشكلات الرياضية والمادية التي تواجه عملهم وتحويلها لنجاحات بطرق مبدعة	13

الفقرة	المحتوى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مستوى الفقرة
14	يكلفون الطلاب بإقامة المشاريع الرياضية التعاونية التي تعزز التفكير الرياضي الجماعي	3.78	1.000	3	4.903	0.000	مرتفع
15	يمنحون الفرصة للطلاب للمشاركة في تخطيط وقيادة دروس التربية الرياضية	3.83	0.903	3	5.781	0.000	مرتفع
المقياس كاملاً		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مستوى المقياس
		58.03	12.151	45	6.521	0.000	مرتفع

عبر النظر إلى الجدول (7) يمكن ملاحظة أن جميع فقرات مقياس الابداع في مكان العمل امتلكت مستويات مرتفعة بأوساط حسابية بلغت (3085، 3.85، 3.88، 3.80، 3.64، 3.80، 3.85، 3.85، 3.95، 3.85، 4.15، 3.95، 3.46، 3.56، 3.78، 3.83)، وهذه الأوساط قيمها أعلى من قيمة الوسط الفرضي للفقرة والبالغة (3)، بدلالات معنوية بلغت (0.000) لجميعها، وحصل المقياس بشكله الكامل على مستوى مرتفع بوسط حسابي بلغ (58.03) وهو أعلى من قيمة الوسط الفرضي الكلي البالغة (45) بدلالة معنوية بلغت (0.000).

يمكن أن يعزو الباحث هذه النتيجة المرتفعة لمقياس الابداع في مكان العمل ضمن المدارس إلى البيئة التعليمية الرياضية المبدعة والمبتكرة التي عمل مدرسو التربية الرياضية على توفيرها في مدارسهم، ونقل حالة هذه الدروس من الجمود والكلاسيكية في التقديم إلى تطبيق الأفكار الابداعية في تنظيم وتنفيذ الأنشطة الرياضية، وذلك عبر توفير نماذج لألعاب رياضية مصممة بشكل مبتكر بحيث تدعم استقلالية الطلاب عند التنفيذ بهدف تنمية عناصر الاكتشاف لديهم فيما يتعلق بالمهارات والمعلومات الرياضية، فضلاً عن دعم هؤلاء المدرسين لأوجه النشاط الرياضي القائم على التفاعلية من أجل إيصال مفاهيم مفردات المادة التعليمية للطلاب بشكل مبدع، ويمكن أن يكون لتأكيد هؤلاء المدرسين على اتباع مناهج تدريسية تتمتع بالمرونة وبما يتناسب مع تطلعات وحاجات الطلاب على اختلافها دوراً في ارتفاع هذه النتيجة، خاصة إذا ما ربطنا ذلك بمنح هؤلاء المدرسين فرصاً في بعض الأحيان لطلابهم لتولي زمام القيادة، أو أن يكونوا جزءاً من عملية التخطيط للدروس، فضلاً عن تشجيعهم لهؤلاء الطلاب بأن ينتقلوا من النشاط المدرسي الرياضي الداخلي إلى الأنشطة الخارجية بما يعزز قدرتهم على ربط ما تعلموه بالحياة الرياضية الواقعية، وربطها بالحياة الواقعية للطلاب بطريقة قائمة على التشويق، ومما زاد من ارتفاع النتيجة هو قدرة مدرسي التربية الرياضية على التكيف مع متطلبات القيام بتنفيذ الأنشطة الرياضية التعليمية بما يتناسب مع متطلبات عملية التعليم المختلفة.

ويشير (Sousa, 2018) إلى أن الابداع في مكان العمل يمنح الأفراد القدرة على رفع مستوى الإنجاز في المنظمة عبر توليد أفكار جديدة ومفيدة تسهم في تحسين العمل وتحقيق الأهداف المطلوبة، ويمنح الابداع في مكان العمل للأفراد القدرة على رؤية العالم بطرق جديدة، واكتشاف أنماط مخفية في العمل، وبذلك يعدّ الإبداع عملية تحفيزية تشجع على التغيير والتطوير داخل المؤسسة، مما يسهم في تعزيز الابتكار وتحقيق تفوق تنافسي للمنظمة، كما أن منح الثقة وكافة المتطلبات الإبداعية للأفراد يؤديان دوراً حاسماً في تحفيز الإبداع في مكان العمل. (MANDOOBMAKKIATI & ABED, 2024)

## الجدول (8)

## العلاقة بين متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة (ر)	متغيرات البحث	
0.000	0.910	الابداع في مكان العمل	حماسة مدرسي التربية الرياضية

يتبين من الجدول (8) أن هناك علاقة ارتباط معنوية إيجابية مرتفعة بين حماسة مدرسي التربية الرياضية وبين الابداع في مكان العمل ضمن المدارس، إذ بلغت درجة الارتباط (0.910) بمستوى دلالة بلغ (0.000).

يرى الباحث بأن العلاقة الإيجابية القوية بين حماسة مدرسي التربية الرياضية وبين الابداع في مكان العمل يمكن أن تكون انعكاساً لتأثيرات وتفاعلات عدة، منها أن حماسة مدرس التربية الرياضية فيما لو توافرت فإنها ستُعزز بيئة العمل بطاقة إيجابية ملهمة تشجع على الإبداع والتفوق في أداء الأنشطة الرياضية من قبل الطلاب، كما يمكن أن يكون حماس المدرس عاملاً تحفيزياً ذو دور كبير في تشجيع الطلاب على تجربة تقنيات ومهارات رياضية جديدة، فضلاً عن فتحها المجال لهم لإبداء أفكار مبتكرة وتجارب إبداعية خلال الدرس، الأمر الذي ينعكس على بناء بيئة عمل داعمة تحث على التجارب الإبداعية وتشجع على الابتكار في مجال التربية الرياضية، ومما لاشك فيه أنه عندما يتمتع مدرس التربية الرياضية بحماس وإيجابية، فإن حماسه ستعكس على زملائه في العمل وعلى الإدارة، لذا يرى الباحث بأن الحماسة التي يبديها المدرس يمكن أن تكون الدافع الأساسي لتحقيق الإبداع، عبر تشجيعه الطلاب على تجاوز حدود قدراتهم واستكشاف إمكانياتهم بشكل جديد وملهم. (Kadhim et al., 2024)

## الاستنتاجات

- يمتلك مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى مستوى مرتفع من الحماسة نحو تدريس المادة.
- يمتاز مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى بمستوى مرتفع من الابداع في مكان العمل.
- تمتاز العلاقة بين حماسة مدرسي التربية الرياضية وبين الابداع في مكان العمل بأنها علاقة معنوية إيجابية.

## التوصيات

- لتحقيق أقصى استفادة من مقياس حماسة مدرسي التربية الرياضية ومقياس الإبداع في مكان العمل يوصي الباحث بمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى وباقي المؤسسات التعليمية بتطبيقها على مختلف مدرسيها وكوادرها التعليمية للتأكد من امتلاكهم لخصائصها.
- بهدف تعزيز حماسة مدرسي التربية الرياضية يوصي الباحث الجهات الإدارية والإشرافية في مديرية تربية الكرخ بتوفير برامج تدريبية مستمرة لهؤلاء المدرسين وخلق فرص التعاون بينهم لنقل تجاربهم الناجحة، والحصول على أفضل التحديثات في مجال تطوير درس التربية الرياضية، مع التركيز على تقدير الجهود التي يبذلونها في عملهم، وحثهم على السعي لبناء بيئة تعليمية داعمة ومحفزة تعزز الحماس والإبداع لصالح تحفيز الطلاب وتحقيق نمو إيجابي في مجتمع التعليم.
- يوصي الباحث مدرسي التربية الرياضية بشكل خاص وباقي المدرسين بأهمية التشجيع على تفعيل المرونة والتجديد في أعمالهم، عبر تطبيق أساليب تعليمية جديدة للمهارات والمعلومات الرياضية بالاعتماد على التكنولوجيا الحديثة، فضلاً عن ضرورة تعزيز

التفاعل والمشاركة بين المدرسين لتبادل أفكارهم وتجاربهم التعليمية، مما قد يسهم في تعزيز بيئة العمل المحفزة وتحفيز الإبداع والتجديد لصالح تجربة تعليمية أكثر حيوية وإيجابية للطلاب.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في مدرسو التربية الرياضية في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الكرخ الأولى في العام الدراسي (2023-2024).

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

لطيف غني نصيف <https://orcid.org/0009-0000-5768-3699>

## References

- Al Diwan, L. H. (2009). Effective Methods of Teaching Physical Education. *Al-Nakhil Press, Basra*.
- Aldewan, L. H. (2016). *Fundamentals of curriculum design in physical education* (pp. 1–260). Dar and scribes of insights. <https://www.researchgate.net/publication/365704505>
- Baer, M., Dane, E., & Madrid, H. P. (2021). Zoning Out or Breaking Through? Linking Daydreaming to Creativity in the Workplace. *Academy of Management Journal, 64*(5), 1553–1577. <https://doi.org/10.5465/amj.2017.1283>
- Building, Z., & Al-Dhalimi, M. (2020). The role of brilliant leadership behavior in enhancing creativity in the workplace: An exploratory study of a sample of teachers at the University of Karbala. *Enterprenuership Journal For Finance and Bussiness, 1*(1), 22–34.
- Burić, I., & Moè, A. (2020). What makes teachers enthusiastic: The interplay of positive affect, self-efficacy and job satisfaction. *Teaching and Teacher Education, 89*, 103008. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2019.103008>
- C. Frommelt, M., Schiefele, U., & Lazarides, R. (2021). Teacher Enthusiasm, Supportive Instructional Practices, and Student Motivation in Mathematics Classrooms. *Interdisciplinary Education and Psychology, 2*(3), 1–17. <https://doi.org/10.31532/interdiscipeducpsychol.2.3.005>
- Collado, G. A. S. (2019). CREATIVITY IN THE WORKPLACE: A CALL TO CREATE. In *Copyright 2019 Gustavo Sanchez*. Texas A&M University.
- Dewaele, J. M., & Li, C. (2021a). Teacher enthusiasm and students' social-behavioral learning engagement: The mediating role of student enjoyment and boredom in Chinese EFL classes. *Language Teaching Research, 25*(6), 922–945. <https://doi.org/10.1177/13621688211014538>
- Dewaele, J. M., & Li, C. (2021b). Teacher enthusiasm and students' social-behavioral learning engagement: The mediating role of student enjoyment and boredom in Chinese EFL classes. *Language Teaching Research, 25*(6), 922–945. <https://doi.org/10.1177/13621688211014538>
- Gomes, J., Rodrigues, F., & Veloso, A. (2016). Creativity at Work: The Role of Context. *Human Resource Management, Innovation and Performance, April 2016*, 1–352. <https://doi.org/10.1057/9781137465191>

- Hassan, M. M., & Musharef, A. J. (2024). The effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the forward roll diving movement in artistic gymnastics for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1), 10.55998/jsrse.v34i1.473
- Hooda, M. (2018). Teacher Enthusiasm may Boost Teaching Effectiveness. *Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (JETIR)*, 5(7), 187–191.
- Huang, X. (2021). Striving for better teaching and student creativity development: Linking informal workplace learning and teaching for creativity. *Thinking Skills and Creativity*, 41(January), 100889. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2021.100889>
- Jungert, T., Levine, S., & Koestner, R. (2020). Examining how parent and teacher enthusiasm influences motivation and achievement in STEM. *Journal of Educational Research*, 113(4), 275–282. <https://doi.org/10.1080/00220671.2020.1806015>
- Kadhim, M. A. A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discuss effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(4). <https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Keller, M. M., Becker, E. S., Frenzel, A. C., & Taxer, J. L. (2018). When Teacher Enthusiasm Is Authentic or Inauthentic: Lesson Profiles of Teacher Enthusiasm and Relations to Students' Emotions. *AERA Open*, 4(2), 1–16. <https://doi.org/10.1177/2332858418782967>
- Lazarides, R., Buchholz, J., & Rubach, C. (2018). Teacher enthusiasm and self-efficacy, student-perceived mastery goal orientation, and student motivation in mathematics classrooms. *Teaching and Teacher Education*, 69, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.08.017>
- Lazarides, R., Fauth, B., Gaspard, H., & Göllner, R. (2021). Teacher self-efficacy and enthusiasm: Relations to changes in student-perceived teaching quality at the beginning of secondary

education. *Learning and Instruction*, 73(February 2019), 101435.

<https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101435>

Lazem, M. A., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). The Impact Of Curriculum Engineering, Artificial Intelligence Strategies, And Digital Methodology On Teaching Physical Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).

<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>

MANDOOBMAKKIATI, A., & ABED, Y. (2024). AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE. *International Development Planning Review*, 23(1), 226–236.

McKay, A. S., Mohan, M., & Reina, C. S. (2022). Another day, another chance: Daily workplace experiences and their impact on creativity. *Journal of Product Innovation Management*, 39(3), 292–311. <https://doi.org/10.1111/jpim.12573>

Mertens, D. M. (2021). Transformative Research Methods to Increase Social Impact for Vulnerable Groups and Cultural Minorities. *International Journal of Qualitative Methods*, 20, 160940692110515. <https://doi.org/10.1177/16094069211051563>

Mushref, A. J., Hummadi, J. N., & Bouslah, N. (2024). The effect of exercises using the 4D Pro tool on developing a number of special physical variables and some skills on the artistic gymnastics jumping table for men. *Rawafed Journal for Studies and Research in Sports Sciences*, 4(1), 12–20. <https://scholar.google.com/citations?user=HVXKHBEAAAAJ&hl=ar>

Ohly, S. (2018). Promoting Creativity at Work – Implications for Scientific Creativity. *European Review*, 26(S1), S91–S99. <https://doi.org/10.1017/S1062798717000576>

Öngel, G., & Tabancalı, E. (2022). Teacher Enthusiasm and Collaborative School Climate. *Education Quarterly Reviews*, 5(2), 347–356. <https://doi.org/10.31014/aior.1993.05.02.494>

Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children’s creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>

Punia, P., & Bala, M. (2021). Development and validation of teacher enthusiasm scale. *Polish Psychological Bulletin*, 52(1), 117–129. <https://doi.org/10.24425/ppb.2021.136822>

- Puri, V. (2019). Modern Trends in Research Methodology. *International Journal of Research Methodology*, 2(1), 117–127.
- Samani, S. A., & Alavi, S. M. S. Z. (2020). Does the Design of the Workplace Affect Individual Creativity. *Performance Improvement*, 59(5), 6–16. <https://doi.org/10.1002/pfi.21917>
- Serrat, O. (2017). Harnessing Creativity and Innovation in the Workplace. *Knowledge Solutions*, 61(September), 903–910. [https://doi.org/10.1007/978-981-10-0983-9\\_102](https://doi.org/10.1007/978-981-10-0983-9_102)
- Sousa, C. M. (2018). *The impact of creativity at work on work–nonwork enrichment: the mediating role of meaningfulness at work* (Issue September). Instituto Universitário de Lisboa.
- Stradinger, H. J. (2015). *Creativity in the Workplace and Its Effect on Employee Retention* (Vol. 3, Issue 3). Texas Christian University.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## The effect of corrective exercises accompanied by mechanical feedback on some kinematic indicators and learning how to perform volleyball spiking for students

Ithraa Abdul Khader Abbas<sup>1</sup>✉ Ameer Jaber Mushref<sup>2</sup>✉  Maher Jaafar Ameen<sup>3</sup>✉ 

General Directorate of Education, Baghdad, Karkh II1  
Anbar University/ College of Physical Education and Sports Sciences2  
General Directorate of Education in Najaf Al-Ashraf<sup>3</sup>

### Article information

### Abstract

#### Article history:

Received 2/5/2024

Accepted 15/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

motor learning, biomechanical variables, crushing attack, volleyball



The aim of the research was to: Identify some kinematic indicators affecting learning to perform crushing multiplication for students at the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Kufa. The researchers used the experimental approach with two equal groups, and the research sample was intentionally chosen, represented by students from the college of physical education. and Sports Sciences/University of Kufa, which numbered (24) students for the academic year 2023-2024. The statistical analysis program (SPSS) was used to obtain the results. The researchers concluded that the corrective exercises accompanied by mechanical feedback showed a positive effect on some kinematic indicators and learning the skill of hitting the volleyball. For students, the researchers recommended the necessity of applying exercises that target mechanical indicators because of their effective role and basis in learning technical performance.

## **1– The research Introducing**

### **1–1 Introduction and the importance of research**

The world is witnessing a great development in various theoretical and applied sciences, and one of the most prominent of these sciences that brings the two together is the sports sciences, which we see developing in general. We also notice the development of one of its most important sciences, which is the science of motor learning in particular, as a result of the use of modern educational methods in an integrated manner with the science of biomechanics. Kinetic analysis, the use of which has become essential in the educational process and educational to improve the level of learners' performance with the educational situation related to motor skills.

In order to reach the highest sporting levels, all countries were interested in harnessing the potential and capabilities available to them in order to achieve their goals and compete with each other to achieve sporting achievements. Perhaps the continuous development in all sports came as a result of interest in scientific research and solid studies in order to reach the desired goal. Volleyball is one of the games that... It requires a high level of physical and skill performance, and this cannot be achieved without using modern methods, as motor learning gives the learner a large space to learn the skill to be learned on a regular basis, which results in linking concepts to each other in a sequential and complementary manner according to the learner's level by increasing his level of awareness and the nature of His understanding of performance, and storing information in a way that ensures its retrieval when needed, especially at the advanced level of learning stages.(Ameer et al., 2021)(Hassan & Musharef, 2024)

After the researchers reviewed most of the literature and previous research, it was found that improving performance in volleyball skills depends on two basic factors, the method and style of teaching first, and the biomechanical variables affecting performance second, and many studies in the game of volleyball have dealt with important topics related to motor learning, teaching methods, and the most important mechanical indicators, and the most important of them must be mentioned. Briefly.

**study**(Lazem et al., 2024)so the researchers concluded that curriculum engineering witnessed an improvement of 88.35%, that artificial intelligence strategies witnessed an improvement of 67.5%, and that the digital methodology witnessed an improvement of 70.28%. The researchers recommend always striving to use these standards in building the digital methodology in the various games in the subject of physical education and science. Sports.

**As for studying**(Ali & Qasim,2024) concluded the two researchers that the effect of applying the learning method for mastery by applying the Bloom model in learning the basic skill in volleyball. The researchers recommend a set of recommendations, the most important of which is the necessity of using the problem-solving method in learning the basic skills in volleyball in the educational curriculum for colleges of physical education and sports sciences...

**As for studying**(amr et al., 2024)The researchers concluded that the self-regulated learning method helps with the freedom of self-regulation in improving the reflective thinking of female learners of skill performance in volleyball. The researchers recommended that it is necessary to

pay attention to individualizing education in scientific lessons in volleyball and integrating cognitive and behavioral learning in order to better achieve the goals of skill learning.

**As for studying**((2021)The researcher concluded that the player in the handball shooting skill of jumping forward or high performs the shot at a point lower than the maximum height of the center of mass, that is, after starting the descent. It was found that in the skills of the ace and the ace, the performance of hitting the ball is performed after the descent process begins from the maximum height of the center of mass in the flight path. The researcher recommended emphasizing that the performance of the main section usually occurs after the athlete descends from his maximum height, which causes a drop in the aiming point or hitting the ball. Therefore, attention must be paid to increasing the maximum height in a way that is commensurate with the type of skill and preparing exercises that contribute to increasing the athlete's ability to speed. Performing the shot or hitting the ball so that the drop in the center of mass does not increase significantly, which causes an inappropriate height for the starting point of the ball, especially for the ace and the ace. Finally, study(Ibrahim, 2020)The experiment fulfilled the research hypotheses and results were reached Positive.

**Importance** and purpose Search in preparation Corrective exercises (mechanical feedback) in some kinematic indicators to improve learning to perform the spiking hit Volleyball for third-year students in colleges of physical education and sports sciences and mastery of technical performance in which Using theoretical and applied mathematical sciences and achieving all general and specific means and requirements for success for students.

We realize that this is one of the most important of these methods and requirements is the science of biomechanics and how to invest mechanical indicators in diagnosis first and then treatment second through the application the conditions and the laws of movement sciences (corrective exercises) which the researcher considers one theoretical science that can be applied in practice.

### **Research problem**

Through the researchers' simple experiment in the ball game volleyball and their observation of volleyball lessons in colleges of physical education and sports sciences found that the importance of learning to perform the most important offensive skill in volleyball, namely (crushing), through which round points are most often decided, is limited to the extent of the possibility of analyzing it and identifying the stages of its performance (approaching, getting up, hitting). ) and identifying the numerical values of the indicators and the mechanical conditions in them, especially when leaving the ground so that the student turns into a projectile, not to mention choosing the teaching method and the optimal method for providing feedback of all kinds to correct the student's position and the path of the ball in a skill that we often notice a lack of mastery due to the requirements of its rapid performance, which creates an atmosphere of confusion. difficulty among students therefore, the researchers considered this to be one of the most important problems that hinder students' learning of this skill, which led to seeking and researching a solution to this problem by preparing corrective exercises accompanied by mechanical feedback and giving

repetitions at a moderate level of difficulty for the purpose of learning the three sections of the skill (preparatory, main, and final).

#### **research aims.**

- 1- Identifying some kinematic indicators affecting learning to perform crushing multiplication for students at the college of physical education and sports sciences/University of Kufa.
- 2- Preparing corrective exercises accompanied by mechanical feedback that target some kinematic indicators and learning to perform the spiking hit for students at the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Kufa.
- 3-Recognize the effect corrective exercises accompaniment to feed the coming back the mechanical which is targeted some kinematics indicators and learning to perform crushing hit.

#### **Hypothetical search**

- 1- It is there statistically significant differences between the pre-post tests for the two research groups (experimental and control) in some kinematic indicators and learn to perform a spiking for students of the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Kufa.
- 2- There are statistically significant differences between the post-tests of the two research groups (experimental and control) in some kinematic indicators and learn to perform a spiking in favor of the experimental group. As in a study(Karim & Al-Diwan, 2024) conclude that there is a correlation between the flexibility test and the forward jump shot of the emerging wing players and the motor balance test and the forward jump shot of the hand wing players.

#### **Research areas**

- 1- Human Field: Students at the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Kufa/third stage/for the academic year (2023-2024)
- 2-Field Temporal:(1/2/2024) M up to (25/4/2024) AD.
- 3-Field Location: Volleyball court / Great indoor hall / College of Physical Education and Sports Sciences / University of Kufa.

#### **Method and tools:**

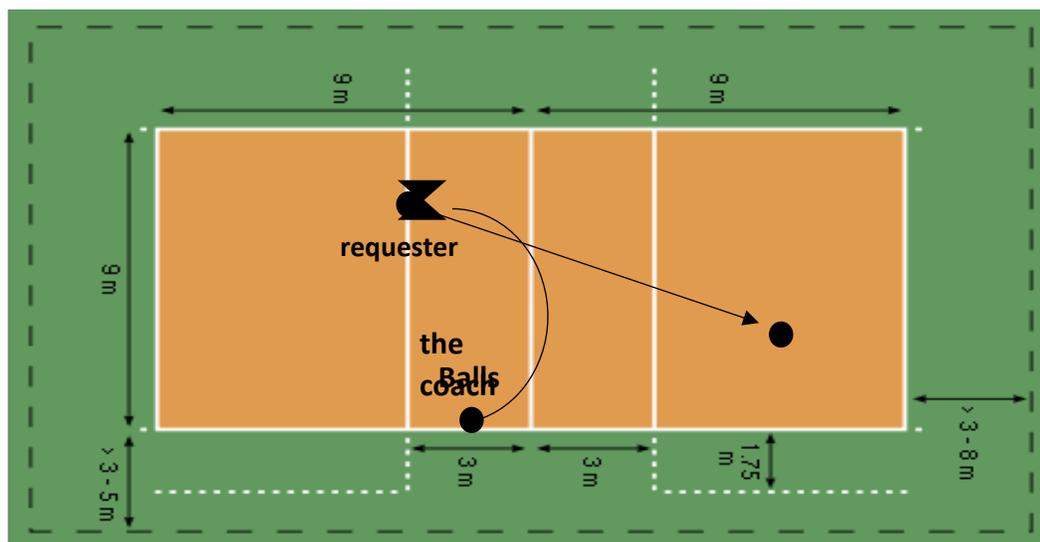
Experimental approach fig the equal (Dhafer, 2012)And it was done to choose Community And a sample Search using the intentional method with students from the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Kufa, the sample number was (24), they were divided by lottery into two groups (experimental and control) and each group had (12) students for the academic year 2023-2024 AD.

The researchers experience reconnaissance on the research sample on a day For anyone 18/2/2024 AD in 8:30 in the morning volleyball court/large indoor hall, College of Physical Education and Sports Sciences/University of Kufa, two students from outside the sample the main experiment was then conducted on sunday25/2/2024Min 8:30 am on the volleyball court/large indoor hall on the research sample through a procedure Crushing multiplication test, individually for students, so that kinetic analysis cameras can measure the variables with high accuracy. (2) cameras were installed for kinetic analysis of the type (CASIO FH13.5) At a speed of 120 frames per second, the first camera is at a height of 1.3 meters, perpendicular to the distance of the last step to approach and rise, and at a distance of 4 meters from the field of movement, and the second camera is at a

height of 2.1 meters, perpendicular to the field of movement at the moment of the crushing blow, for the purpose of analyzing the kinematic indicators and calculating their numerical values, and then developing the appropriate educational program as follows following:

**Pre-test/crushing multiplication test: a test technical performance of the spiking skill rectum in volleyball and calculating the most important variables kinematics influencing it:**

- ✓ **The point of the test:** Evaluation of technical performance (technique): straight spiking.
- ✓ **Tools used:** Legal volleyball court, legal volleyballs, analysis camera (2).
- ✓ **Performance Description:** The tester performs the skill of hitting the straight spiking, from the designated area to the opposite court, provided that the ball crosses the net into the opponent's areas legally.
- ✓ **Registration method:** Three evaluators (Prof. Dr. Firas Kasoub, Prof. Dr. Mahmoud Amoush, and Prof. M. Ahmed Bandar) evaluate the three attempts for each laboratory, and the final score for each laboratory student is extracted from 10 marks. Figure (1) shows how the test is conducted.



**Figure (1)**

**Explains how to perform the overwhelming multiplication test.**

**How to calculate kinematic indicators with a program analysis (Kenova):**

**1-Length of last step:** It is the line connecting the fulcrum of the front leg and the back leg to student the moment the back leg leaves the ground and makes the first touch for earth from the front leg, as shown in Figure (2).(Al-Azzawi, 2014)



**Figure (2)**

**Explains how to measure the length of the last step.**

**2- The time of the last step:** The time taken by the body's transitional movement to cover the distance in the last step is determined and is measured (in seconds and its parts) by: Program analysis (Kenova) Asin picture(3)



**Image (3)**

**Shows how to calculate time.**

**3-Approach speed on the last step:** It is a resultant result portion, the horizontal distance between the front of the foot at the beginning of the last step to the front of the foot at the moment fulcrum on the Earth over its time, ( $x = m/n$ ) as shown in the figure (4).(Al-Azzawi, 2014)



**Image (4)**

**Shows how to calculate the approach speed in the final step.**

**4- The distance between leaving the land and returning to it:** It is measured from the moment you leave the ground when you get up to the moment you touch the ground when you first get up landing as shown in Figure No.5).(Akour, 2000)



Figure (5)

Explains how to measure **the distance between leaving the earth and returning to it.**  
**5-corner Starting the body:** The angle between the line passing from the center of mass of the body before the moment of leaving the earth to the center of mass of the body student after leaving the ground with the line that passes through the center of mass of the student's body and is horizontally parallel to the ground, it is measured by degrees as shown in the figure (6)(Akour, 2000)



Figure (6)

Explains how to measure **corner body starting.**  
**6-Maximum rise to hip point of the moment of hitting the ball:** It is measured from the center point the mass of the body to the ground, as shown in the figure (7)(Akour, 2000)



**Figure (7)**

**Explains how to measure maximum height point of hip to hit the ball.**

7- **Angles:** It is the angle between the line connecting from the point of the shoulder joint to the point of the center of mass of the body and the line connecting from the point of the center of mass of the body to the point of the knee joint, and it is measured from the front as shown in the figure (8)(Akour, 2000)



**Figure (8)**

**Explains how to measure corner the Arch Tight**

8- **Ball launch speed:** and the linear velocity of the ball's launch was calculated by determine the scale of the drawing and the time in which the ball moves from one point to another, as in the figure (9)(Akour, 2000)



**Figure (9)**

**Explains how to measure Speed Starting the ball.**

**Homogeneity and equivalence of the two research groups:**

Before implementing corrective exercises for the research sample, two important things must be done: The first is to find homogeneity among the sample members, as the skewness coefficient was calculated to find homogeneity among the sample members, that is, a normal distribution within the moderate curve for the variables related to anthropometric measurements, and Table (1) shows this.

**Table (1)**

**It shows the homogeneity of the sample members.**

<b>Torsion coefficient</b>	$\pm p$	<b>Mediator</b>	<b>s-</b>	<b>measuring unit</b>	<b>Statistical features</b> <b>pain Indicators</b>
----------------------------	---------	-----------------	-----------	-----------------------	---

<b>0.720</b>	<b>2.21</b>	<b>175.5</b>	<b>175</b>	<b>poison</b>	<b>Height</b>
<b>- 0.388</b>	<b>2.72</b>	<b>71.5</b>	<b>71.33</b>	<b>kg</b>	<b>Bloc</b>
<b>0.441</b>	<b>1.25</b>	<b>21.5</b>	<b>21.33</b>	<b>year</b>	<b>Chronological age</b>

As for equivalence, the researcher resorted to: One To verify Equality of the two groups Experimental and controlled, "The researcher must form groups equivalent at least regarding the variables that are relevant to the research"(Vandalen, 1985)In order to control the variables that affect the accuracy of search results and to return Differences in effect only to the variable the independent (Exercises Corrective), the researchers conducted an operation Equality between the two groups in the pre-test using a test (T-test for two independent samples for all variables investigated in the study, as shown in the table (2).

**Table (2)**

**It shows the process of equivalence between the pre-tests of the two research groups.**

Type of significance	value Sig	value calculated	Control group pre-test		Experimental group pre-test		measuring unit	Search variables
			A	s-	A	s-		
Insignificant	0.675	0.411	0.036	1.66	0.045	1.65	meter	The length of the last step
Insignificant	0.624	0.495	0.043	0.460	0.042	0.461	second	Time of the last step
Insignificant	0.729	0.351	0.080	3.23	0.12	3.24	m/s	Speed of the last step
Insignificant	0.455	0.760	0.054	1.19	0.062	1.17	meter	The distance between leaving the ground and landing
Insignificant	0.661	0.442	5.19	146.8	6.68	147.1	poison	Maximum hip point height
Insignificant	0.612	0.564	3.17	42.4	2.50	42.2	degree	The starting angle of the body
Insignificant	0.632	0.484	11.73	115.4	9.25	117.1	degree	Tight arc angle
Insignificant	0.219	1.276	0.59	12.61	0.75	12.30	m/s	The starting speed of the ball
Insignificant	0.266	1.151	0.28	4.59	0.39	4.71	degree	Evaluation of the technical performance of spiking hit
<b>Significant at percentage error <math>\geq (0.05)</math> and in front of degrees of freedom (22)</b>								

**Exercises Corrective mechanical feedback:**

The exercises prepared by the researchers were applied starting on Sunday, February 25, 2024, AD, with two educational units per week. The Sunday unit represents the official lesson for volleyball within the vocabulary of the third stage curriculum in the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Kufa. As for the educational unit The second was conducted on

Thursday, which is an additional session in agreement with the research sample of the two groups (experimental and control) and the subject teacher after the end of the students' lectures at twelve and a half in the afternoon, as the researchers were keen to prepare corrective exercises in a way that was compatible with the sample members by achieving the conditions the internal these are conditions specific to the learner, such as his abilities and skills, And his motivation as well as achieving the conditions the external these are conditions specific to the external educational environment, such as skill progression, presentation, etc.

The researchers worked on a combination of exercises that could help learners correct errors after each repetition performed, by filming it with a mobile phone and making it customary to photograph it, as well as by attract and control the learner's attention and telling the learner what type of educational outcomes are desired and arousal ability to remember the information and presentation of the learned skill and guiding learners as needed and conduct feedback (mechanical) occasion and encouraging methods of self-evaluation of performance and The performance with reinforcement retention informative theme learning and incentivize learning transitional. the prepared exercises included (16) educational units for two months, and the total time of the lecture was (90) minutes (15) minutes introductory part and (65) minutes main part, including (10) minutes educational assignment and (55) minutes applied homework at a rate of (5) exercises only, and the concluding part is (10) minutes, as the researchers designed (20) exercises related to (crushing multiplication), that is, for each educational unit (5) exercises that differ from one week to another, that is, after the end of the first (4) units, the exercises are repeated in the same sequence for (4) the second units, while changing the number of repetitions and increasing the difficulty of the exercise, then the third (4) units and the fourth (4) units are changed by moving the exercises in a random sequence that serves the goal of each educational unit, whether it is (the preparatory, main, or concluding part). of the skill as a whole, or (approaching, getting up, hitting), and so on. The number of minutes for the curriculum is 90 minutes x 16 weeks = 1440 minutes. The researchers were keen to carry out experimental control through the following:

1. The teacher implements and applies the educational units for the research sample Under his supervision for both for two groups (experimental and control).
2. Teaching the experimental and control groups the skills the same (Overwhelming beating) with volleyball exclusively.
3. The researchers used the principle of grading the difficulty of the exercises from easy to difficult according to the units prepared for the experimental group.
4. The teacher gives feedback to the experimental and control groups, with emphasis on mechanical feedback exclusively for the experimental group, which is the emphasis on appropriate body positions and angles and the application of mechanical conditions for the skill.
5. Use tools and methods in exercises that help students make the educational unit more interesting to achieve the desired goal of the learning process.

The researchers considered the use of less-than-maximal movements to address and correct movement imbalances and the specificity of the working muscles in order to improve the quality of movement during performance. Corrective exercises are used to determine the cause of any imbalances that lead to problems in strength, balance, and general coordination of the body's shape. The actual exercise movements used are like the same methods of restoring Information programming in which slow, controlled movements are designed to align the body correctly. Although the goal of corrective exercise is to modify performance, it increases flexibility, increases muscle activation, increases stability, improves neuromuscular efficiency (coordination), reduces

the risk of injury, improves movement patterns, and increases the ability to recover. It prepares the body for high-intensity exercises.

**The post -test:**

After the expiration of a period application Exercises Corrective Stomach of researchers the post-test was conducted on the research sample on the day of OneOK4/21/2024 In full Half past eight AM on Volleyball court In the College of Physical Education/University of Kufa, the conditions were the same as during the pre-test, and at the end of the experiment the analysis was done Photography Computer-Mediated do the extraction the variables kinematics to compare it with the pre-test and between the two tests dimensions for the two groups.

**means Statistics:** Researcher statistical bag ((spss Issuance (17)

**Results:**

**Table (3)**

**Shows the significance of the differences between the pre-tests and the dimension of the experimental group**

Search variables	Value Sig	valuet calcula ted	Control group posttest		Experimental group posttest		measruing unit	Type of significance
			A	s-	A	s-		
The length of the last step	0.021	2.741	0.069	1.74	0.045	1.65	meter	moral
Time of the last step	0.011	3.197	0.045	0.400	0.042	0.461	second	Insignif icant
Speed of the last step	0.015	2.920	0.39	3.59	0.12	3.24	m/s	Insignif icant
The distance between leaving the ground and landing	0.045	2.243	0.065	1.24	0.062	1.17	meter	moral
Maximum hip point height	0.043	2.271	4.58	153.2	6.68	147.1	poison	moral
The starting angle of the body	0.002	3.173	1.64	45.15	2.50	42.2	degree	moral
Tight arc angle	0.000	4.327	4.58	107.7	9.25	117.1	degree	moral
The starting speed of the ball	0.185	1.899	1.18	13.26	0.75	12.30	m/s	Insignif icant
Evaluation of the technical performance of spiking hit	0.015	3.157	0.91	8.45	0.39	4.71	degree	moral
<b>Significant at percentage error <math>\geq</math>(0.05) and in front of degrees of freedom (22)</b>								

The results showed significant differences between the pre- and post-tests and in favor of the post-tests in all variables except for the variable (ball launch speed), which was statistically non-significant despite there being an improvement of approximately 0.75 m/s in favor of the post-test. The researchers attribute the reason for these significant differences to their corrective exercises prepared on According to solid scientific foundations in order to achieve their desired goal. With

regard to the variables of approach and speed, the researchers believe that the length of the step is one of the important factors for increasing the speed of this step, especially the last step before getting up, as it indicates the student's ability to maintain the level of speed at which he came. It is known that every high horizontal speed gives, as a result, when braking, a good height for the spiking skill player. The last step must be emphasized to a certain extent, as the shorter and deeper the time of the last step, the better the speed and the better the accuracy of the crushing hit (Saad & Walid, 2009). "The horizontal speed of the body's center of gravity is related to increasing the speed of movement and obtaining acceleration, and the greater the horizontal speed, the To increase jumping and convert horizontal speed to vertical speed after braking" (Hamed, 2001). (Malih, 2015) Hochmuth points out that there is a direct relationship between increasing the speed of the body and its extension, which requires synchronization of performance and motor coordination between parts of the body and propulsion at the same time and the shortest time possible (Qasim & Iman). (1998), and (Suleiman, 1980) believes that the correlation and compatibility between the player's movement and progress, as well as the application of biomechanical conditions in the shortest possible time, is what achieves good achievement. This is consistent with the mechanical principle that time is a criterion for differentiation between the movement of bodies, and this is what the students achieved in the experimental group tried to achieve the shortest possible time. As for speed, it is the final result of the relationship between distance and time. The approximate distance for students in volleyball is very important for the preparatory stage, provided that it is covered at a high speed, that is, in a short time, especially in the last step, and that a good approach rhythm should start from Slow to fast rhythm, so that the first step is the slowest step and the last step is the fastest, so the rhythm is basically (right, left, right, left) and the last two steps are performed almost together, although some high-level players take these steps at a very high speed and from outside. The limits of the field and this depends on the player's physical ability and experience. (Othman Idham et al., 2023)

Regarding the rise and fall, researchers believe that increasing the vertical speed achieves an increase in obtaining the vertical distance by increasing the speed of the rise and reducing the time of the rise. Qasim Hassan and Iman Shaker point out that the vertical speed is related to the body's starting angle, which is directly proportional to it. Determining the horizontal distance achieved by the student's body and the projectile in the air depends on the horizontal component of its launch speed at the moment of leaving the ground. The greater the horizontal component of the launch speed, the greater the horizontal distance that the projectile can achieve (Talha, 2014). (Malih, 2016)

The height of the body's center of mass is related to the time at the moment of push and the speed of the body during the launch, through which the body gains great momentum during the decrease in push time, and this indicates the use of high amounts of force in a short moment, which causes the player to obtain the highest height. (Yasser, 2007)." In all sporting movements, the forces exerted by the athlete should be in one direction, and in return, he receives a counter force from the ground" (Al Hashemi, 2000). Accordingly, the greater the angle of the drawn arc, the greater the force exerted at the moment of full extension during the strike. As for the evaluation of performance by the residents, the results were consistent with the improvement that occurred in all kinematic indicators, which is a natural reflection of the improvement in performance and thus led to the current results.

**Table (4)**

**Shows the significance of the differences between the tests The pre and post For the control group**

Search variables	Value Sig	value calculated	Control group posttest		Control group pre-test		measuring unit	Type of significance
			A	s-	A	s-		
The length of the last step	0.044	2.278	0.047	1.69	0.036	1.66	meter	moral
Time of the last step	0.041	2.329	0.038	0.421	0.043	0.460	second	moral
Speed of the last step	0.008	3.235	0.30	3.54	0.080	3.23	m/s	moral
The distance between leaving the ground and landing	0.365	0.958	0.048	1.21	0.054	1.19	meter	Insignificant
Maximum hip point height	0.235	1.266	6.27	148.2	5.19	146.8	poison	Insignificant
The starting angle of the body	0.904	0.150	2.26	42.6	3.17	42.4	degree	Insignificant
Tight arc angle	0.046	2.165	8.49	112.1	11.73	115.4	degree	moral
The starting speed of the ball	0.491	0.719	0.64	12.72	0.59	12.61	m/s	Insignificant
Evaluation of the technical performance of spiking hit	0.041	2.158	0.77	7.28	0.28	4.59	degree	
<b>Significant at percentage error <math>\geq</math>(0.05) and in front of the degree of freedom (11)</b>								

I showed the results are significant, the differences between the pre- and post-tests are in favor of the tests Dimensionality consists of five variables:(The length, time and speed of the last step, in addition to the angle of the pulled arc and performance evaluation) As for the remaining four variables, they are (The distance between leaving the ground and landing And Maximum hip point height And The starting angle of the body and the speed of launching the ball), its statistical significance was not significant, although there was a slight improvement in almost all of them and in favor of the post-test.(Al-Jadaan et al., 2020)The researchers attribute The reason for this the significant differences and noticeable improvement of the non-significant variables to the curriculum exercises prepared by the subject teachers, who are an elite group of specialized professors, in addition to the commitment of the control sample members to their formal and additional academic classes. One of the most important reasons for the success of any educational, training, or rehabilitation curriculum or program is precision work and sound scientific planning that seeks to achieve the desired goal.(Ghazi et al., 2024)(Alsaeed et al., 2023)In this regard, researchers agree with what Saad Mohsen asserts: “Opinions, no matter how different the curricula of their scientific and practical culture, are that the educational program inevitably leads to the development of achievement, if it is built on a scientific basis in organizing and programming the education process, using appropriate and gradual intensity, observing individual differences, as well as using optimal repetitions and periods.” Effective interpersonal comfort under the

supervision of specialized teachers and trainers under educational or training conditions Good in terms of place, time and tools used.”

**Table (5)**

**Shows the significance of the differences between the tests - between two groups Search**

Search variables	Value Sig	value calculated	Control group posttest		Experimental group posttest		measuring unit	Type of significance
			A	s-	A	s-		
The length of the last step	0.033	2.290	0.047	1.69	0.069	1.74	meter	moral
Time of the last step	0.265	1.159	0.038	0.421	0.045	0.400	second	Insignificant
Speed of the last step	0.547	0.615	0.30	3.54	0.39	3.59	m/s	Insignificant
The distance between leaving the ground and landing	0.044	2.144	0.048	1.21	0.065	1.24	meter	moral
Maximum hip point height	0.048	2.118	6.27	148.2	4.58	153.2	poison	moral
The starting angle of the body	0.016	3.562	2.26	42.6	1.64	45.15	degree	moral
Tight arc angle	0.045	2.160	8.49	112.1	4.58	107.7	degree	moral
The starting speed of the ball	0.495	0.715	0.64	12.72	1.18	13.26	m/s	Insignificant
Evaluation of the technical performance of spiking hit	0.050	2.113	0.77	7.28	0.91	8.45	degree	moral

**Significant at percentage error  $\geq (0.05)$  and in front of degrees of freedom (22)**

I showed The results are significant Differences between tests Dimensionalism - Dimensionalism between two groups The research is in favor of the post-tests in six variables:(Step length The latter and the angle of the taut arc and the distance between leaving the ground and landing and maximum hip point height and the starting angle of the body and performance evaluation) As for the remaining three variables (time and speed of the last step and speed of launching the ball), their statistical significance was not significant, although there was a slight improvement in almost all of them and in favor of the experimental group.

Excellence lies in the corrective exercises prepared and accompanied by mechanical feedback, which precisely and with high accuracy determine what and what is required is to correct the performance and how to give immediate (immediate) feedback, in addition to giving a complete visualization of the movement and how to divide the skill into parts and then give a part after which the skill is linked sequentially.(Kadhim, 2020)(Hassan & Musharef, 2024)The researchers worked on gradating their prepared exercises from easy to difficult within the range of (performance correction review).It has a role in organizing the educational material in a gradual

manner, which helps in learning the required material, One of the factors in the learner's acquisition of movements is the guidance provided by the teachers.(Obaid, 2006)(Kadhim et al., 2024)

Researchers confirm that Process based Educational helps to arm the players with knowledge and capabilities and creating new and creative ideas to raise their practical interests in an organized and directed manner task resolution In their prepared exercises, the researchers took into account all mechanical aspects and conditions this was reflected in their results on! the process of learning skills aims to teach, master and consolidate motor skills for the purpose of reaching the best possible level through the method used that the coach plans and implements in teaching the players.”(Al-Kazemi & Al-Taie, 2012)(Muhannad, 2023)

Finally attributes the researcher reason the excellence to the posttest the importance of instilling deep knowledge and understanding in their students. “Knowledge is a revolution in the learner’s understanding and learning, transforming the learner from passive and marginal to effective and active. Knowledge is also one of the doors of study and research to understand the learner’s learning methods and process and organize information.”(Muhammad, 2007)Thus, the research hypotheses were achieved by the presence of significant differences between the pre-tests and the post-tests, as well as between the post-post tests, and the desired research goal was achieved.

### **Conclusions:**

- 1-Exercises demonstrated Corrective mechanical feedback impact positive in some kinematic indicators and learning the skill of crushing multiplication Volleyball for students.
- 2- The results of the improvement of some kinematic indicators (experimental group) were reflected in the results of the virtual evaluation of the form of the skill in front of the experts evaluating the performance.
- 3- The results showed improved performance also for the group members Control) as a result of the subject teachers’ dedication to their work and their extreme care.

### **Recommendations:**

- 1- Emphasis on preparing exercises Corrective Accompanying mechanical feedback because of its positive impact on learners.
- 2- The necessity of applying targeted exercises Mechanical indicators Because of their effective role and basis in learning performance the technician.
- 3- The possibility of applying these exercises to other samples of students or youth for other events or games.

### **Thanks, and appreciation.**

We register our thanks to the research sample, which is the students of the first stage Third / University Kufa College of Education Physical sciences Sports

### **Conflict of interest**

The authors declare that there are no conflicts of interest

Ameer Jaber Mushref <https://orcid.org/0009-0001-7471-4335>

## References

- Akour, A. A. (2000). Kinematic analysis and its relationship to the accuracy of hitting low and high hits in volleyball [Master's thesis]. University of Baghdad.
- Al Hashemi, S. M. (2000). Sports biomechanics. Ministry of Higher Education Press.
- Al-Azzawi, B. F. (2014). Quantitative analysis of some biokinetic variables and the accuracy and speed of the serving and spiking skills in volleyball [Unpublished master's thesis]. University of Baghdad.
- Ali, H. F. S., & Qasim, M. A. (2024). The effectiveness of the mastery learning method on developing the level of students' volleyball skill performance. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.498>
- Al-Jadaan, DAN, Zaalán, MS, & Ali, IA (2020). Analytical Study to Indicate the Comparison in Biomechanical Variables of Handball Scoring. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(02), 160–171.
- Al-Kazemi, D., & Al-Taie, M. (2012). Tennis - technical preparation and tactical performance (education - development - training - rules). Dar Al-Dhia.
- Alsaeed, R., Hassn, Y., Alaboudi, W., & Aldywan, L. (2023). Biomechanical analytical study of some obstacles affecting the development of football players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 10 (23), 342–346 <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3e.2967>.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 3(32), 9.
- amr, ZH, Al-Alwani, YMM, & Al-Alwani, SMM (2024). The effect of self-organized learning according to the double coding in improving contemplative thinking, performing the walls of the wall and defending the stadium in volleyball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2), 258–272. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.515>
- Dhafer, H-K. (2012). Practical applications for writing educational and psychological dissertations and dissertations. University of Baghdad.
- Dikh, Y. A. B. (2021). A comparative analytical study of the variable of the maximum height reached by the center of mass in the flight path and its height at the moment of performing the main part of the movement in the shooting skills of jumping forward and high with handball and hitting and aces with volleyball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 31(3), 123–132. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/112>
- Ghazi, M. A., Kadhim, M. A. A., Aldewan, L. H., & Almayah, S. J. K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite).
- Hamed, Y. H. (2001). Studying some biomechanical variables for the rise phase and their relationship to achievement in the high jump (Fosbury Flop) [Unpublished doctoral thesis]. University of Baghdad.
- Hassan, M. M., & Musharef, A. J. (2024). The effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the forward roll diving movement in artistic gymnastics for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). [10.55998/jsrse.v34i1.473](https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.473)
- Ibrahim, S. (2020). The effect of jumping box exercises in the development of some biomechanical variables and their relationship to the accuracy of the crushing frontal hitting for youth in volleyball. *Journal of*

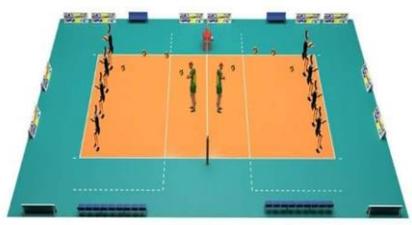
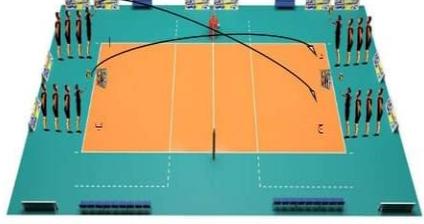
Studies and Researches of Sport Education, 30(1), 77–89.  
<https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/187>

- Kadhim, M.A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discus effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(4).  
<https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Kadhim, MA, Mashi, AAA, Al-Diwan, LH, & Ghazi, MA (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12.  
<https://doi.org/10.11648/j.ijeeu.20241301.12>
- Karim, H. A. A., & Al-Diwan, L. H. M. (2024). The relationship of flexibility and motor balance to the accuracy of shooting from jumping in front of young wing players in handball. *Albaydha University Journal*, 6(1). <https://doi.org/10.56807/buj.v6i1.558>
- Lazem, M. A., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). The Impact Of Curriculum Engineering, Artificial Intelligence Strategies, And Digital Methodology On Teaching Physical Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>
- Malih, F. A., & Kadhim, M. J. (2016). Design and manufacture of the electronic device to measure the compatibility and speed of motor response lower limbs fencing. *The Swedish Journal of Scientific Research*, 7.
- Malih, F. A., & Sadeq, S. (2015). DESIGNING AND MAKING DEVICE RUBBER ROPES TO DEVELOP THE SPECIAL STRENGTH FOR FENCING PLAYERS. *The Swedish Journal of Scientific Research*, 7.
- Muhammad, O. (2007). *Learning difficulties (theory and practice)* (2nd edition). Dar Al-Maysara.
- Muhammad, K. J. (2023). The effect of exercises according to the partial and total training methods in learning the skill of hitting volleyball for beginners. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2), 156–169. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.463>
- Obaid, R. M. (2006). The effect of cooperative learning on the acquisition of some offensive skills in fencing. *Journal of Physical Education Sciences, University of Babylon*, 5(2), 12.
- Othman Idham, A., Hammadi, J. N., & Ameer Jaber, M. (2023). the performance of the skill of receiving the transmission of first-class clubs of Anbar province and its relationship to the speed of kinetic response among the players of the player (libero) in volleyball. *Kufa Journal Physical Education Sciences*, 1(6). <https://www.iasj.net/iasj/article/273090>
- Qasim, H. H., & Iman, S. (1998). *Research methods in biomechanics*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Saad, N., & Walid, G. (2009). Studying the accuracy of hitting a volleyball spiking and its relationship to some kinematic variables. *Al-Qadisiyah Journal of Sports Education Sciences*, 9(3).
- Suleiman, A. H. at al. (1980). *Track and field competitions*. Dar Al-Maaref.
- Talha, H-D. (2014). *ABCs of movement sciences functional descriptive kinesiology* (1st edition). Modern Book Center.
- Vandalen. (1985). *Research methods in education and psychology* ((translated) by Muhammad Nabil and others, Ed.). Anglo-Egyptian Library.
- Yasser, A. M. (2007). Comparing some biomechanical variables for the skill of high front and back stability and jumping in volleyball [Doctoral thesis]. University of Baghdad.

**Model to One HEducational and exercises Week Five 3/24/2024**

Notes	Organization	Content of the educational unit	Time	Sections of the educational unit	T
			15 minutes	Preparatory section	
Emphasis on performing physical exercises correctly.	xxxxxxxxx ▲	Standing together to give some directions	3 minutes	the introduction	1
	xxxxxxxxx xxxxxxxxx ■	General preparation for all body organs to raise the body's basic physical capabilities.	5 minutes	General warm-up	
		Various and comprehensive exercises for the whole body serve the main part of the unit Educational and exercises Special warm-up with balls.	7 minutes	Special warm-up	
			65 minutes	Main section	2
Emphasis on clarification and simplification of explanation and students' understanding of the technical aspects of the performance	xxxxxxxxx xxxx ■ xxxx	Explanation and presentation of the skill Model of Researchers And a quick return Illustration of what was discussed in the previous unit	10 minute	Educational aspect	
Emphasis on performing exercises well and correcting errors that occur	xxxxxxxxx ■ xxxxxxxxx	Content of the educational unit	Time	Sections of the educational unit	
		Exercises: (P,P,P,P,P) Students perform the exercises as many repetitions as possible within the specified time for each exercise, 11 minutes	55 minutes The time for each exercise ranges from 11 minutes	The applied aspect	

Commitment to the system.	×××××××× ▲	Conduct a test to determine the players' understanding of performing this level of exercises to move them to a higher level Corrective feedback and dismissal.	10 minute 5 minutes  5 minutes	Concluding section	3
---------------------------	---------------	---	--	--------------------	---

		
<p>The five exercises are performed sequentially, and each exercise has 10 minutes of work and one minute of rest.                  Note that correcting any performance is done with low to medium effort and many repetitions.</p>		



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of using the pentagram strategy in learning some grips in freestyle wrestling for students

Jalal Abdel Zahra Kanaan<sup>1</sup> Fatima Hassan Muhammad<sup>2</sup> Qusay muhammad hussein<sup>3</sup>

Department of Student Activities / University of Basra<sup>1,3</sup>

University of Basra / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 2/5/2024

Accepted 4/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

pentagram strategy, grabs, free wrestling, teaching methods, motor learning.

### Abstract

This study aimed to identify the effect of using the pentagram strategy in learning some freestyle wrestling holds for students. The experimental method was used, as the study was conducted on a sample of 40 students registered for the wrestling course. The sample was chosen intentionally, and an educational program was prepared using Pentagram model (strategy).

Accordingly, it was concluded: The pentagram strategy achieved the educational goals and helped in learning some freestyle wrestling holds for the students. It was recommended: Adopting the pentagram strategy because it achieved the educational goals and helped in learning some freestyle wrestling holds for the students

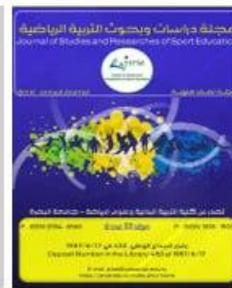


website



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## أثر استخدام استراتيجية البنتاجرام في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب

قصي محمد حسين<sup>3</sup>

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

فاطمة حسن محمد<sup>2</sup>

جلال عبد الزهرة كنعان<sup>1</sup>

جامعة البصرة / قسم النشاطات الطلابية<sup>1,3</sup>

### الملخص

هدفت هذه الدراسة التعرف على أثر استخدام استراتيجية البنتاجرام في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة لدى الطلاب، وتم استعمال المنهج التجريبي، حيث اجرت الدراسة على عينة بلغت 40 طالبا مسجلين لمساق المصارعة، حيث تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وتم اعداد برنامج تعليمي باستعمال نموذج (استراتيجية) البنتاجرام. وعليه تم الاستنتاج: استراتيجية البنتاجرام حقق الاهداف التعليمية وساعد في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للطلاب، وتم التوصية: اعتماد استراتيجية البنتاجرام لأنه حقق الاهداف التعليمية وساعد في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للطلاب.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/5/2

القبول: 2024/6/4

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

### الكلمات المفتاحية:

استراتيجية البنتاجرام، المسكات، المصارعة الحرة، طراق التدريس، تعلم حركي.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

الانجازات العلمية لها اهمية كبيرة في التطور والتقدم في مختلف المجالات، ولهذا نجد البلدان المهتمة بالعلم والمعرفة لديها انجازات متعددة وهذا يعكس على صورة مدى تقدم بلدهم وازدهار الحضارة لديهم، والتي نلتمسها في النتائج المتنوعة سواء اقتصادية او تربوية او اجتماعية وحتى الرياضية. (Lazem et al., 2024)

وفي الجانب الرياضي فان الانجازات العلمية ساعدت في تهيئة جميع الظروف التعليمية من وسائل وادوات واساليب وطرائق مختلفة تعمل على رفع مستوى التعليم في مختلف المهارات والحركات للألعاب الرياضية، ولهذا نجد التعليم اساسه يبدأ بالمبتدأ وهنا نحتاج الى طرائق تعليمية تسهل فهم الطلاب للحركة وتنشط افكاره في التعليم والاداء الصحيح. (Aldiwan et al., 2013) (Abdulrasool et al., 2024)

ولهذا تم وضع نماذج تعليمية متنوعة تعمل على سرعة التعلم لأصعب المهارات والحركات مثل انموذج البناتجرام الذي ساعد تنشيط افكار المتعلم في فهم المادة التعليمية وحل الصعوبة والمشاكل في التعلم اذ يرى كل من (Abdel Aziz & Morsi, 2017) ان انموذج البناتجرام " يستند تطبيق هذا النموذج إلى التعلم النشط لتنمية مهارات التفكير العليا وحل المشكلات، من خلال مجموعة من الإجراءات التفصيلية الخاصة التي يتبعها المعلم في تدريس الطالب، وتدريبهم على مهارات التفكير العلمي والمنطقي، بذكر مسألة او موقف غير مألوف يتحدى بيئتهم المعرفية، ويحتاج الى تأمل وتفكر وبحث، وصولا الى ايجاد حل مناسب وغير مألوف يتميز بالأصالة بالجدة والاصالة والمرونة " (Khazal et al., 2024)

واكثر تطبيقا لهذا النموذج يكون في المهارات والحركات الصعبة مثل المسكات في المصارعة الحرة اذ تعد لعبة المصارعة الحرة من الألعاب المرغوبة في الممارسة للأغلبية ومحبين لها مما يتطلب تعليمها بصورة علمية وممارستها بدون اخطاء وهذا يتم في المراحل الاولى للتعلم. (Ameer et al., 2021)

ومن هنا تتضح أهمية البحث في الارتقاء بمستوى التعليم والاداء الصحيح للمساكات في مادة المصارعة الحرة للطلاب وفق تطبيق انموذج واستراتيجية تساعدهم في حل المشكلات والصعوبات في الاداء وينمي افكارهم في تطبيق المسكات الصحيحة نحو الأفضل ولهذا يعد انموذج البناتجرام من النماذج المناسبة لهذا التعليم والاداء.

### 1-2 مشكلة البحث:

اداء الحركات ضمن الدرس العملي للطلاب في المسكات المتنوعة بالمصارعة الحرة يتطلب اداءها بصورة صحيحة وبدون اخطاء فنية وقانونية وهنا لابد من التعليم وفق انموذج يساعد في تقليل تلك الاخطاء وينمي الافكار لديهم في التطبيق مثل انموذج البناتجرام.

ومن خلال خبرة الباحثون المتواضعة في التعليم وطرائق التدريس وكذلك لعبة المصارعة الحرة وجدا هناك مستويات تعليمية واداء من قبل المتعلم متدني ومتذبذب اثناء تطبيق المسكات بالمصارعة الحرة والتي يراها الباحثون بسبب الطرائق التدريسية المتبعة التي ربما لا تساعد على الوصول في حل مشكلة تحسن الاداء ولهذا فان استخدام النموذج الصحيح مثل استراتيجية البناتجرام ربما يساعد في حل تلك المشكلة ويرفع من مستوى التعليم لديهم.

### 1-3 أهداف البحث:

1- التعرف على تأثير استخدام استراتيجية البناتجرام في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب.

2- التعرف على نتائج الفروقات بين الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب.

3- التعرف على نتائج الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب.

#### 1-4 فروض البحث:

1- وجود تأثير ايجابي لاستراتيجية البنترام في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب.

2- وجود فروقات معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب.

3- وجود فروقات معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم بعض المسكات في المصارعة الحرة لدى الطلاب.

#### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة.

1-5-2 المجال المكاني: قاعة المصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة

1-5-3 المجال الزمني: الفترة الممتدة من 2023/10/10 ولغاية 2023/12/19.

#### 1-6 تعرف المصطلحات:

##### - أنموذج البنترام التعليمي:

" تنبثق فلسفة استراتيجية البنترام من خلال نظرية تريز (TRIZ) التي عرفت باسم نظرية الحل الابداعي للمشكلات، وتستخدم نظرية (TRIZ) عدة ادوات لجعل الابداع عملية منتظمة، وتقوم نظرية (TRIZ) على افتراضات اساسية مفادها: ان التصميم المثالي هو النتيجة المرغوبة تحقيقها والوصول اليها، وان التناقضات تؤدي دورا "اساسيا" في حل المشكلات ابداعيا"، وان الابداع عملية منظمة تسير وفق خطوات محددة، تسهم في تطور النظم، والتنبؤ بالأخطاء المنطقية " (Al Amer, 2009) اهمية انموذج البنترام تنبثق " من كونها نظاما ديناميكيا " محددًا"، يبدأ من البناء البسيط وصولًا الى بناء معرفي شبه معقد، يعتمد على التكامل بين مكوناته " (Glick & Pylyavskyy, 2016)

##### 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

##### 1-3 منهج البحث:

استعمل الباحثون المنهج التجريبي بتصميم (المجموعات المتكافئة) (الضابطة والتجريبية) لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

##### 2-3 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بطلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة والبالغ عددهم (144) طالب يمثلون (6) شعب دراسية، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (40) طالب يمثلون شعبتين والتي شكلت نسبة (27.77%) من المجتمع الأصلي، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بحيث أصبحت كل مجموعة (24) طالب يمثلون شعبة واحدة وتم أيجاد التجانس باستخدام معامل الاختلاف بين أفراد كل مجموعة والتكافؤ باستخدام اختبار (t) بين المجموعتين وكما في الجدول (1).

جدول (1)

يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيم ت المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			التقييم
		معامل الاختلاف	ع	س-	معامل الاختلاف	ع	س-	
غير معنوي	0.181	0.974	1.662	170.52	1.023	1.745	170.42	الطول/ سم
غير معنوي	0.303	1.329	0.954	71.745	1.25	0.896	71.654	الوزن / كغم
غير معنوي	0.432	14.549	0.513	3.526	15.401	0.542	3.452	مسكة الميزان/ عدد
غير معنوي	1.536	12.526	0.474	3.784	13.006	0.462	3.552	مسكة السكيف/ عدد
غير معنوي	0.655	17.34	0.562	3.241	10.98	0.345	3.142	مسكة تك رجل / عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) وتحت مستوى دلالة (0.05) = 1.684

3-3 وسائل جمع المعلومات وأدوات البحث:

- المصادر العربية والأجنبية ، الملاحظة العلمية ، ساعة توقيت ، شريط قياس ، ميزان طبي ، بساط مصارعة.

4-3 إجراءات البحث:

1-4-3 تحديد متغيرات البحث:

قام الباحثون وحسب منهاج مادة المصارعة لتدريس طلبة المرحلة الثالثة في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة وعلى ضوءها تم تحديد المسكات الضرورية للاعب المصارعة وهي (مسكة الميزان، ومسكة الكسيف ، ومسكة تك رجل).

2-4-3 تقييم المسكات:

اعتمد الباحثون على تقييم المسكات من قبل لجنة تحكيم وتم وضع (10) درجات مقسمة على أجزاء الحركة بكل مسكة

وكما في الجدول (2) الآتية:

جدول (2)

يبين تقييم أقسام كل مسكة من المسكات المستخدمة

ت	اسم المسكة	الجزء الابتدائي	الجزء الرئيسي	الجزء الختامي	الدرجة الكلية للتقييم
1	مسكة الميزان	4	2	4	10
2	مسكة السكيف	4	4	2	10

10	2	4	4	مسكة تك رجل	3
----	---	---	---	-------------	---

### 3-4-4 التجربة الاستطلاعية:

أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2023/10/10 على عينة البحث الأصلية وذلك بتطبيق بعض التمرينات لغرض تقنينها ومعرفة مدى ملائمة لعينة البحث وإيجاد ومعرفة الصعوبات التي تواجه البحث في تطبيقها.

### 3-5 التجربة الميدانية:

3-5-1 الاختبارات القبليّة: أجري الاختبار القبلي بتاريخ 2023/10/17

3-5-2 التجربة الرئيسية (استراتيجية البناتجرام) :

تم وضع مجموعة من التمرينات التعليمية الخاصة بمسكات المصارعة المستخدمة وتوجد خمس خطوات لتنفيذ استراتيجية البناتجرام حسب رأي (Abdel Aziz, 2016) وهي:

1- **مرحلة المعرفة:** هي مرحلة محورية، ينطلق خلالها الطالب لبلوغ نتائج المهام موفراً الخلفية المعرفية للموضوع او القضية التي يدرسها، بشكل يثير دافعيته للبحث والتعلم ويهدف إلى تقديم السياق العام والصورة المجملّة للمهمة المطلوبة من الطالب القيام بها، بدءاً من تحديد فكرة البحث عن المعلومات، وتحديد الاهداف بطرح الاسئلة الجوهرية، وطريقة السير فيها باستخدام التصميم.

2- **مرحلة التخطيط:** فيها يتم تنظيم المعرفة السابقة، مع البيانات والمعلومات السابق تجميعها في المرحلة السابقة، لمساعدة الطالب في وضع تصور لخطوات تنفيذ المهمة، وتحديد الخطوات الواجب اتباعها للإجابة عن الاسئلة السابق طرحها في مرحلة المعرفة وتحديد الطرائق، والوسائل التي تساعده في تحقيق الهدف المطلوب من المهمة.

3- **مرحلة اتخاذ القرار:** يختار الطالب الطريقة المثلى للقيام بالمهمة، واختيار السبل التي تسهل عليه اتمامها، وترتبط هذه السبل بالأسئلة المحورية للمهمة.

4- **مرحلة التطبيق:** يتم فيها تنفيذ أفضل الفروض المختارة، والمخطط لها، عبر اتخاذ القرار المناسب، وبذلك تكون المهمة قابلة للتطبيق، وهي مرحلة حاسمة للنجاح في المهمة، حيث ينخرط الطالب في الأنشطة، بغرض الوصول الى حل للمهمة.

5- **مرحلة التقويم:** وهي مرحلة القياس في التغيير.

وبلغت عدد الوحدات التعليمية (8) وحدة وبواقع وحدتين كل أسبوع وكما في ملحق (1)، وقد استمر المنهاج لمدة (8) أسابيع، اي المدة من 2023/10/24 ولغاية 2023/12/12.

6- **المنهاج التعليمي:** تضمن المنهاج التعليمي 8 أسابيع في كل أسبوع وحدة تعليمية واحدة، وكان زمن الوحدة التعليمية 90 دقيقة وعليه يكون زمن جميع الوحدات 720 دقيقة وتاريخ بداية التطبيق 2023 /10/24 واخر وحدة تعليمية 2023/12/12.

3-5-3: الاختبارات البعدية: أجري الاختبار البعدي بتاريخ 2023/12/19.

3-6 الوسائل الإحصائية: تم الاعتماد على نظام SPSS لإيجاد.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول (3)

يبين الفروقات في قيم (ت) بين التقييم القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في أنواع المسكات قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدي		القبلي		التقييم
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	2.4	0.662	0.745	5.041	0.542	3.452	مسكة الميزان/ عدد
معنوي	3.597	0.437	0.895	5.124	0.462	3.552	مسكة السكيف/ عدد
معنوي	3.724	0.511	0.678	5.045	0.345	3.142	مسكة تك رجل / عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (19) وتحت مستوى (0.05) = 1.729

جدول (4)

يبين الفروقات في قيم (ت) بين التقييم القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أنواع المسكات قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	البعدي		القبلي		التقييم
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	3.959	0.896	0.895	7.074	0.513	3.526	مسكة الميزان/ عدد
معنوي	3.974	0.891	0.784	7.325	0.474	3.784	مسكة السكيف/ عدد
معنوي	3.891	0.991	0.861	7.068	0.562	3.241	مسكة تك رجل / عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (19) وتحت مستوى (0.05) = 1.729

جدول (5)

يبين الفروقات في قيم (ت) للتقييم البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في أنواع المسكات قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		التقييم
		ع	س-	ع	س-	
معنوي	7.614	0.895	7.074	0.745	5.041	مسكة الميزان/ عدد
معنوي	8.091	0.784	7.325	0.895	5.124	مسكة السكيف/ عدد
معنوي	8.059	0.861	7.068	0.678	5.045	مسكة تك رجل / عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (38) وتحت مستوى (0.05) = 1.684

من خلال ملاحظة الجدولين (3) و (4) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي والمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار المستخدم ولصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على أن المجموعتين قد تعلمت في الأداء المهاري (أنواع المسكات) بالمصارعة الحرة قيد الدراسة وكانت نتائجهم نحو الأفضل وبالتأكيد فان اعطاء الحرية للمعلم في استخدام الاسلوب كما يراه هو ذو اهمية ويعطي النتائج المطلوبة ولهذا ترى عفاف عبد الكريم " ان الغاية من سلسلة أساليب التدريس هو إبراز

مكانة كل أسلوب ومعرفة علاقته بالأساليب الأخرى وأفضل هدف لسلسلة الأساليب هو إعطاء المدرسين نظرية كاملة عن التدريس تمكنهم من ان يكونوا أكثر مرونة وأكثر تأثيراً على التعلم " (Abdel Karim, 1996) وهذا ما يتفق عليه الباحثون بان إعطاء المعلم المساحة الكافية في اختيار الأساليب التدريسية يرتقي بمستوى العملية التعليمية نحو الأفضل. (Kazem Abdelkader, 2023)

من خلال ملاحظة جدول (5) تبين هناك فروق معنوية في تقييم الأداء الفني للمسكات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، وهذا يرجع إلى الاستراتيجية التعليمية المستخدمة والذي اثبتت النجاح في التدريس والتعليم وهو نموذج البناتجرام اذ ترى كل من فاطمة بنت علي ،وداد عبد الحليم احمد " ان استراتيجية البناتجرام ومن خلال خطوات الاستراتيجية المتمثلة في المهمات والأنشطة التي يقوم بها الطالب، والتي تتطلب جمع اكبر عدد من المعلومات والمعارف من خلال مصادر المعرفة المتاحة، والتي تقوم على التعلم النشط والتركيز على الطالب كمحور للعملية التعليمية والحرص على أن يشارك بفاعلية في الأنشطة ، (Kadhim et al., 2024) وتعمل الاستراتيجية لدى الطلاب على اختصار الوقت في اكتساب العلم والمعرفة وتنمية المهارات" (Aldewan et al., 2013) (Muhammad & Ahmed, 2022), وهذا ما يراه الباحثون , من ان أساس التعلم الجيد يبنى على اكبر حصيلة من المعلومات والمعارف للشيء المراد تعلمه

ونتيجة الاهتمام بإيجاد بالخطوات الصحيحة بالتعليم وتطبيقه النموذج الصحيح ساعد في عملية التعلم إذا يرى ظاهر هاشم "إن من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم انه لا بد إن يكون هناك تطور في التعلم ما دام المدرس يتبع الخطوات الأساسية السلمية للتعلم والتعليم والتمرن على الأداء الصحيح والتركيز على المحاولات والتكرار متواصل لحين ترسيخ وثبات الأداء" (Ismail, 2002) وهذا ما يراه الباحثون من ان التكرار المستمر في التعلم من الخطوات الصحيحة من قبل المعلم والذي يسهم بتطور التعليم نحو الأفضل. (Ghazi et al., 2024)

بالإضافة فان اسباب نجاح التعليم هو الدافع الذي نشطته استراتيجية البناتجرام اذ يرى احمد عبد الله، إن دوافع المتعلم هي عوامل أساسية في غاية الأهمية لا تقل عن قدراته العقلية ومهارات التفكير لديه، لأنه بدون الدافعية لن يبذل أي جهد في سبيل تعلمه، حتى وإن امتلك القدرة على الدراسة والفهم والتحصيل، فالدافعية هي إحدى مبادئ التعلم الجيد، حيث تدفع المتعلم نحو بذل مزيد من الجهد والطاقة لتعلم مواقف جديدة، " (Abdullah, 2018) , وهذا ما يراه الباحثون من ان الأصل بالتعلم هو دافعية المتعلم للشيء المراد تعلمه. (ZGHAIR & MUSLM, 2023)

كما ان هذه الاستراتيجية تساعد على تنمية التفكير الضرورية في تطبيق المهارات والمسكات المطلوبة اذ يرى قيس علي، وليد حموك " تنمية التفكير العلمي من استراتيجيات الذكاء المنطقي، في تنمية الرغبة في التفكير فيحتاج الطلبة لقدر كبير من التدريب على التفكير العلمي في الأمور بمنطق علمي حواري، ولتحقيق ذلك عند الطلبة لا بد من إثارة الطلبة لانخراطهم في التفكير العلمي الفعال والمثمر " (Ali & Hammouk, 2014)، وهذا ما يتفق معه الباحثون اذ ان عملية التعلم ينبغي ان تكون مبنية على أساس التفكير العلمي الرصين.

كما ان عمل استراتيجية البناتجرام مختصة في الدافعية والتفكير وهذان العاملين مهمين في التعلم ويرى كل من شلش، وصبحي "لكي نحصل على تعلم أفضل لا بد إن يكون هناك تجديد في طبيعة المهارة وطبيعة أدائها وممارستها، وهذا كله تحت إشراف وتوجيه المعلم عن طريق التغذية الراجعة من خلال جو من التفاعل مع المهارة والربط بين أجزائها " (Shalash & Sobhi, 2000)، وهذا ما يتفق معه الباحثون والذي يرى ان التغذية الراجعة هي شرط أساسي ومهم في عملية التعلم. (Kadhim, 2020) (Hassan & Musharef, 2024)

#### 5-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-5 الاستنتاجات:

- 1- استراتيجية البنتاجرام حقق الاهداف التعليمية وساعد في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للطلاب.
- 2- ضمن استراتيجية البنتاجرام في تطبيق المسكات الصعبة لدى الطلاب ساعد على اختصار الوقت في اكتساب العلم والمعرفة وتنمية المهارات.

##### 2-5 التوصيات:

- 1- اعتماد استراتيجية البنتاجرام لأنه حقق الاهداف التعليمية وساعد في تعلم بعض المسكات بالمصارعة الحرة للطلاب.
- 2- التأكيد على استراتيجية البنتاجرام في تطبيق المسكات الصعبة لدى الطلاب لأنه يساعد على اختصار الوقت في اكتساب العلم والمعرفة وتنمية المهارات.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة.

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

جلال عبد الزهرة كنعان <https://orcid.org/0000-0001-6345-1536>

## References

- Abdel Aziz, A. (2016). The effectiveness of a training program based on the Pentagon strategy to develop problem-solving skills in creative ways among gifted students in light of TRIZ theory. *He Third Forum of the National Center for Giftedness and Creativity Research Talents between Discovery and Investment, King Faisal University*, 53.
- Abdel Aziz, A., & Morsi, N. Q. (2017). *The Pentagon Strategy and TRIZ Theory for Solving Problems in a Creative Way* (p. 46). Anglo-Egyptian Library.
- Abdel Karim, A. (1996). *Teaching for teaching in sports and physical education* (p. 91). Alexandria Knowledge Establishment Press.
- Abdullah, A. (2018). *The effect of an educational program based on identifying mathematical problems on developing mathematical thinking and motivation among tenth grade students in Jordan* [Master's thesis]. Al Al-Bayt University.
- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Al Amer, H. (2009). *Theory of Creative Solution to Problems TRIZ* (p. 86). Debono Printing, Publishing and Distribution.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41. <https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Aldiwan, L. H., Abdul, J. A. Z. K. J., & Canaan, Z. (2013). Find extract Impact multimedia system integrated collaborative learning style in the education of the technical performance of the elevation jerk and the cognitive level of weightlifting. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 35.
- Ali, Q., & Hammouk, W. (2014). *Mental Motivation, A New Vision* (p. 86). Debono Center for Teaching Thinking.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 3(32), 9.
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Glick, M., & Pylyavskyy, P. (2016). Y-meshes and generalized pentagram maps. *Proceedings of the London Mathematical Society*, 112(4), 753–797.

- Hassan, M. M., & Musharef, A. J. (2024). The effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the forward roll diving movement in artistic gymnastics for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). 10.55998/jsrse.v34i1.473
- Ismail, Z. H. (2002). *The cross-training method and its impact on education and development through spatial organizational options for the tennis teaching environment* [Doctoral dissertation]. University.
- Kadhim, M. A. A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discus effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(4). <https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeeedu.20241301.12>
- Kazem Abdelkader, A. (2023). The Effect of Karen’s Model on Teaching Some Grips in Wrestling for Students Journal of Studies and Researches of Sport Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.382>©Authors
- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self-scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1).
- Lazem, M. A., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). The Impact Of Curriculum Engineering, Artificial Intelligence Strategies, And Digital Methodology On Teaching Physical Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.480>
- Muhammad, F. bint A. bint, & Ahmed, W. A. H. (2022). The effectiveness of teaching science using the Pentagram strategy in developing life skills among middle school students. *Scientific Journal for Scientific Publishing*, 28.
- Shalash, N. M., & Sobhi, A. M. (2000). *Motor learning* (p. 65). University of Mosul.
- ZGHAIR, A. R., & MUSLM, A. J. (2023). The relationship between performance endurance and some functional and chemical indicators and attention acuity among competitive and non-competitive wrestlers. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2).

**ملحق (1)**

نموذج من الوحدات التعليمية

هدف الوحدة التعليمية: تعلم الأداء الفني للمسكات بالمصارعة الحرة

الأسبوع: الأول

الوحدة التعليمية: 1

الملاحظات	التكرارات	التفاصيل والتمرينات	الزمن	أقسام الوحدة
				القسم التمهيدي
-التأكيد على حل المشكلات في تنفيذ المسكات -التأكيد على التفكير والابداع .	2×3  3×3  3×3  3×3	1-شرح المسكات قيد الدراسة. 2-عمل نموذج . 3-عرض بالحاسوب الحركات واداء واجبات بيتية للاطلاع 4-باستخدام الدمية ومن وضع الوقوف مسك الدمية من ذراع واحد وحملها على الكتف الأيسر وثني ومد الجذع للأسفل والأعلى. 5- باستخدام الحقيبة البلغارية ومن وضع الوقوف وفتح الساقين مسك الحقيبة باليدين وتدويرها إمام وخلف الجسم من الأعلى ابتداء من جهة اليسار إلى اليمين. 6-مع الزميل ومن وضع الوقوف فتحا مع وضع الزميل في وضعية الميزان على الكتفين ثم يتم قتل الجذع إلى الجهتين اليسار واليمين. 7- باستخدام الدمية مسك الرأس والذراعين بوضعية القفل ومن تحت الإبط ثم يتم قتل الجذع إلى الأمام والخلف.	60 دقيقة	القسم الرئيسي: 1-التعليمي 2-التطبيقي
				القسم الختامي



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of hypoxic training on some indicators of functional, physical, and skill performance among basketball players

Omar Ahmed Musleh<sup>1</sup>  

Anbar University / College of Physical Education and Sports Sciences

### Article information

#### Article history:

Received 28/5/2024

Accepted 18/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Hypoxic training, performance indicators, sports training, basketball



website

### Abstract

The current study aims to reveal the effect of hypoxic exercises on some functional, physical and skill indicators, which led to an improvement in the research variables in varying proportions. The researcher used the experimental method in a one-group design with pre- and post-measurement in a way that suits the nature and problem of the research. The study was applied to a sample of Heat Sports Club players in the First Division. Basketball for the sports season (2023–2024). The size of the basic sample was (12) players representing the experimental group and constituting (75%) From the research community, the number of the exploratory sample was (4) players from outside the basic sample. The most important results were an improvement in functional and physical variables, which was reflected in an improvement in skill performance, as the training had a positive impact on the basic research variables. The researcher recommends the necessity of using hypoxic training on football players. The basket has a noticeable effect on raising the level of physical, skill and tactical performance in all different types of activities.

DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.746> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## على بعض مؤشرات الاداء الوظيفي والبدني والمهاري لدى لاعبي كرة السلة Hypoxic تأثير تدريبات

عمر احمد مصلح<sup>1</sup>  

جامعة الانبار / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### الملخص

هدف الدراسة الى الكشف عن تأثير تمارين نقص الاوكسجين على بعض المؤشرات الوظيفية والبدنية والمهارية والتي ادت الى تحسن متغيرات البحث وبنسب متفاوتة واستعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة بالقياس القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث وطبقت الدراسة على عينة من لاعبي نادي هيت الرياضي الدرجة الاولى بكرة السلة للموسم الرياضي (2023-2024) وبلغ حجم العينة الاساسية (12) لاعب يمثلون المجموعة التجريبية ويشكلون نسبة (75%) من مجتمع البحث وبلغ عدد العينة الاستطلاعية (4) لاعبين من خارج العينة الاساسية وكانت اهم النتائج وجود تحسن في المتغيرات الوظيفية والبدنية مما انعكس هذا الى تحسن الاداء المهاري حيث كان للتدريبات تأثيرا ايجابيا على متغيرات البحث الاساسية ويوصي الباحث بضرورة استخدام تدريبات نقص الاوكسجين على لاعبي كرة السلة لما لها من تأثير ملحوظ لرفع مستوى الاداء البدني والمهاري والخططي وعلى جميع انواع الانشطة المختلفة.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/5/28

القبول: 2024/6/18

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024

### الكلمات المفتاحية:

تدريبات Hypoxic , مؤشرات الأداء , التدريب الرياضي , كرة السلة

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن كلمة هيبوكسيا Hypoxia يتكون من مقطعين الأول Hypo وهذا المقطع يعني نقص أو أدنى أو تحتاني أما المقطع الثاني oxia فهو اختصار لكلمة الأوكسجين Oxygen ولقد مر مصطلح الهيبوكسيا Hypoxia بمراحل عدة بدأت منذ أطلق عليه (باركروفت) أسم أنوكسيميا Anoxaemia لوصف حالة نقص الأوكسجين في الدم ثم أطلق (فان سليك) مصطلح أنوكسيا Anoxia بمعنى بدون أوكسجين No Oxygen إلى أن أصبح حالياً المصطلح الشائع هو الهيبوكسيا Hypoxia. (Taha, 2021) (Salim et al., 2022)

وعليه فإن المختصين في فلسجة الطب العام أطلقوا مصطلح كلمة (Hypoxia) على النقص في الأوكسجين نتيجة لإصابة الجسم ببعض الأمراض أو التعرض إلى أجواء تتخفف فيها نسبة الأوكسجين في الجو فيؤدي إلى عدم مرور الأوكسجين بصورة طبيعية إلى خلايا الجسم ولذلك فإن كلمة هيبوكسيا (Hypoxia) تعني انخفاض نسبة تحرير الأوكسجين إلى أنسجة الجسم. (Muhammad & Abu Al-Ela, 2000)

أما في المجال الرياضي فقد عرف (بسطويسي) مصطلح هيبوكسيا (Hypoxia) بأنه نقص في الأوكسجين عند قيام اللاعب بأداء مجهود بدني متواصل حيث يؤدي ذلك إلى زيادة الدين الأوكسجيني إذ يقل توتر الأوكسجين نتيجة انخفاض سرعة انتشاره من الدم إلى أنسجة العضلات. (Bastawisi, 1999)

ومما تقدم نلاحظ أن الهيبوكسيا جاء في التعريف الأول هو حدوث نقص الأوكسجين بصورة لا ارادية بسبب إصابة الفرد ببعض الأمراض أو التعرض إلى أجواء مختلفة التي تسبب انخفاض نسبة الأوكسجين في الدم مما يؤدي إلى عرقلة عمل أجهزة الجسم بصورة طبيعية. (Ahmad, 2010)

أما التعريف الثاني الذي جاء به المختصون بالفلسجة الرياضية فقد تناول ذلك من الناحية الرياضية هو النقص بالأوكسجين الذي يحدث للرياضي في أثناء التدريب نتيجة لرفع الجهد والذي يمكن أن يتحكم به المدرب في تدريباته للاعبين من أجل رفع مستوى أداء الرياضي. (Abaza et al., 2021)

وقد ظهر اهتمام كبير من المدربين بتدريبات الهيبوكسيك في كثير من البلدان ومن خلال الدراسات والبحوث المطبقة في هذا المجال سواء باستعمال تقليل عدد مرات التنفّس في أثناء الأداء أو كتم النفس أو استنشاق هواء يحتوي على كمية أقل من الأوكسجين قد توصلت إلى استنتاجات فسيولوجية غاية الأهمية. (Ghazi et al., 2024)

حيث ان تدريبات الهيبوكسيك ازدهرت حتى أصبحت من أكثر الأساليب استعمالاً في برامج التدريب المعاصر بواسطة استعمال أجهزة مختلفة وتقنيات عالية لما تمتلكه تلك التدريبات من فائدة كبيرة في تطوير الأجهزة الوظيفية في الكثير من الفعاليات الرياضية حيث قام العديد من الباحثين بدراسة هذه الطريقة واتفقوا على أهمية استعمال تدريبات الهيبوكسيك في التدريب نظراً لتأثيراتها الإيجابية في تنمية النواحي الفسيولوجية والتي ينعكس تأثيرها على مستوى الأداء الرياضي ويعتبر التدريب تحت ظروف نقص الأكسجين من الوسائل الهامة لتنمية تحمل السرعة والتي تعد واحدة من عناصر اللياقة البدنية الهامة للاعب كرة السلة فهو يحتاج أن يؤدي المهارات الهجومية بسرعة عالية. (E. A.-S. Ali, 2003) (Kadhim et al., 2024)

ولتحمل السرعة دوراً هاماً ومؤثراً في أداء اللاعبين طوال زمن المباراة نظراً لما يتطلبه الأداء من كثرة الانطلاق وكفاءة عالية واقصى سرعة لمسافات مختلفة وخاصة في الدقائق الأخيرة من المباراة وهي المقدر على مواصلة النشاط الرياضي لفترات طويلة بسرعه عالية دون هبوط في مستوى الاداء الرياضي (Hammad, 1998) (Mushref et al., 2024)

حيث أن التعرض المنتظم والقصير إلى نقص الاكسجين يؤدي إلى استجابات فسيولوجية تطور من قدرة الأداء البدني كما أنها تؤدي إلى تحسين التحمل الهوائي واللاهوائي وأن التدريب الرياضي يؤدي الى حدوث تغيرات فسيولوجية مختلفة تشمل جميع أجهزة الجسم تقريباً ويتقدم مستوى الأداء الرياضي كلما كانت هذه التغيرات ايجابية بما يحقق التكيف الفسيولوجي لأجهزة الجسم لأداء الحمل البدني وتحمل الاداء بكفاءة عالية مع الاقتصاد في الجهد وتتمثل هذه التغيرات في معدل النبض - ضغط الدم - السعة الحيوية وتختلف هذه التغيرات تبعاً لعناصر الحمل البدني (Muhammad & Abu Al-El, 2000) وتعتبر لعبة كرة السلة من الأنشطة الرياضية التي تحتل مكان الصدارة بين الألعاب الجماعية حيث أخذت مكانها المرموق في الدورات الأولمبية والمحافل العالمية بعد أن كانت مجرد لعبة ترويحية ونتيجة لهذا التطور تطرق الكثير من الخبراء والمهتمين في لعبة كرة السلة لدراسة ومعالجة مشكلاتها المختلفة بالأسلوب العلمي السليم التي تهدف إلى إعداد اللاعب اعدادا شاملا لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية. (N. S. Hamid et al., 2024) (Khazal et al., 2021)

وان التطور في الالعاب الجماعية ومنها كرة السلة يعتمد على مدى إتقان وإجادة المهارات الاساسية للعبة ومنها الهجومية ولكي يصبح اللاعب جيدا عليه ان يتدرب على المهارات الاساسية حتى يصبح أداء المهارة مثل عادة اخرى اعتاد عليها وان إتقان لاعب كرة السلة للمهارات الهجومية وأداءها بسرعة ودقة ويتوافق فهذه ميزة تجعل منه لاعب من الصعوبة على المدافع ان يتنبأ بطريقة أداءه الهجومي وبذلك سيصبح اللاعب الاساس الذي لا يمكن الاستغناء عنه ضمن تشكيلة الفريق الاساسية فضلا عن ذلك الوصول الى المستوى العاليي (Khdhim et al., 2023) يتطلب من المدربين بعدم الاكتفاء بتدريب الناشئين على مهارات المحاورة او المناولة او التصويب بل يجب ان يستخدم ظروف تدريبية أخرى تتلاءم مع مواقف المباراة الحقيقية من خلال التنوع في المهارات الحركية وربطها مع بعض (Dhurgham, 2017) (.Al-Din Ahmed et al., n.d).

ومن هنا جاءت اهمية البحث باستخدام طريقة تدريبية حديثة بديلة لطريقة تدريب المرتفعات وهي تدريبات الهيبيوكسيك باستعمال (الكمامات) التي تعمل على نقص كمية الاوكسجين وما لهذه التدريبات من اهمية في تطوير بعض القدرات الوظيفية والبدنية والمهارية و لرفع مستوى لاعب كرة السلة الوظيفية حيث يتعرض فيها اللاعب لظروف تنافسية مختلفة حيث يبذل جهداً كبيراً يتطلب كفاءة العديد من الأجهزة الحيوية خاصة الجهاز الدوري التنفسي والذي يجب تنميته والارتقاء به لتحسين القدرة على الاستمرار في المجهود البدني في حالة غياب الاكسجين مما يظهر لنا مدى الاستفادة من فاعلية تطبيق تدريبات التحكم في التنفس. (Shatnawi et al., 2022)

## 2-1 مشكلة البحث

أن طبيعة لعبة كرة السلة تحتاج الى تكامل مكونات التدريب الرياضي وخصوصا الجانب البدني وانعكاسه على الجانب المهاري اصبح من المهم البحث في تطوير الجانب البدني وهذا واقع حال اللعبة حديثا حيث يتطلب طاقة وجهد عالي من قبل اللاعبين طوال فترة المباراة لأداء مهاراتها على احسن وجه لتحقيق الفوز لذا من المهم التدريب بطريقة ملائمة لمتطلبات اللعبة من حيث السرعة والتحمل طول فترة المباراة.

وقد لاحظ الباحث عند متابعته للكثير من مباريات الدوري العراقي لكرة السلة للرجال تأثر المستوى البدني والوظيفي لدي اللاعبين وظهور ذلك في اختلاف قدرات اللاعبين على الاداء بكفاءة طوال زمن المباراة بالإضافة الى ان اللاعب يبدا بقدر عالي من الكفاءة وتتحفض في الفترات الثالثة والرابعة مما يترتب عليه قلة تركيزهم وزيادة عدد الأخطاء وتذبذب مستوى الأداء وزيادة الفرص الضائعة في تسجيل النقاط ويظهر ذلك بوضوح في نهاية المباراة ،، ويرى الباحث ان هذا نتيجة لاستمرار الجهد البدني مع هبوط في الإمكانات الوظيفية لأجهزة الجسم ويقابل هذا ارتفاع تدريجي في درجة التعب إلى أن يصل الفرد إلى مرحلة الإنهاك، حيث يعقبها توقف الفرد عن الاستمرار في الأداء. لذا قام الباحث بإجراء دراسة ميدانية باستخدام تمارينات (الهيبيوكسيك) باستعمال جهاز الأوكسيمتر

لقياس نسبة النقص بالأكسجين وكذلك استعمال كمادات للغم والأنف لإعاقة استنشاق الهواء فضلاً عن استخدام راحة قليلة بين التمرينات بمؤشر معدل ضربات القلب الذي لا يتم رجوعه على نحو يسد حاجة الجسم من الأوكسجين المستهلك . ومن خلال ذلك يرى الباحث أن التدريب بنقص الاوكسجين أحد الطرق التدريبية الحديثة التي تعمل على رفع مستوى الأداء الرياضي باعتبار أن التدريب بنقص الاوكسجين يؤدي إلى زيادة الدين الأوكسجيني مع تقليل عدد مرات التنفس مما يؤدي إلى نقص الاوكسجين حتى على مستوى الخلية ولكن إلى حد معين يضمن كفاية إمداد الخلايا بالأكسجين في الأنسجة.

ومن هنا جاءت مشكلة البحث ورغبة الباحث في اجراء دراسة ميدانية باستخدام تمرينات (الهيبيوكسيك) لتطوير القدرات الوظيفية والبدنية والمهارية للاعب كرة السلة .

### 3-1 اهداف البحث

1. مؤشرات الاداء الوظيفي (الحد الاقصى لاستهلاك الاوكسجين- السعه الحيوية- معدل ضربات القلب- لكتات الدم)
2. مؤشرات الاداء البدني ( تحمل السرعة - السرعة الانتقالية)
3. مؤشر الاداء المهاري ( المناولة - المحاوره- التصويب)

### 4-1 فروض البحث

1. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في بعض مؤشرات الاداء الوظيفي لصالح القياس البعدي.
2. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في بعض مؤشرات الاداء البدني لصالح القياس البعدي.
3. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في بعض مؤشرات الاداء المهاري لصالح القياس البعدي.

### 4-1 مصطلحات البحث

#### تدريبات نقص الاوكسجين: Hypoxic training

هو التدريب بكم التنفس وذلك بتقليل عدد مرات التنفس مما ينشأ عنه نقص في مقدار الاوكسجين اللازم لخلايا الجسم مما يؤدي الى زيادة قدرة الجسم على التكيف للدين الأوكسجين (Allawi & Abdel Fattah, 2009)

#### الهيبيوكسيك : Hypoxic

هو مصطلح يطلق على الظروف التي يحدث فيها تعرض الجسم الى نقص الاوكسجين نقص محتوى الاوكسجين بالدم ويحدث ذلك نتيجة تعرض الجسم لبيئة غير طبيعية كالانتقال في الاماكن التي تعلوا على سطح البحر او الصعود الى المرتفعات ( M. H. Hamid, 2003)

#### تعريف اجرائي

هو التدريب على تقليل نسبة الاوكسجين الداخلة الى جسم اللاعب بواسطة التحكم في نقص الاوكسجين اثناء التدريب مما يحدث نقص في كمية الاوكسجين اللازم لخلايا الجسم يؤدي بدوره الى تقوية عضلات القفص الصدري وزيادة قدرة اللاعب على التكيف للدين الأوكسجيني

### 5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال الزمني: المدة من 15 \ 8 \ 2023 الى 16 \ 11 \ 2023

1-5-2 المجال المكاني: القاعة المغلقة (منتدى شباب هيت)

1-5-4 المجال البشري: لاعبين نادي هيت الرياضي للموسم 2023 \ 2024

## 2- إجراءات البحث

### 2-1 منهج البحث

تم استعمال المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة وبتطبيق القياس القبلي - البعدي لكونه أكثر أنواع المناهج ملائمة لمشكلة البحث.

### 2-3 مجتمع وعينة البحث

بلغ حجم مجتمع البحث الكلي (16)، لاعب كرة السلة في محافظة الانبار تحت (20) سنة والمسجلين في الاتحاد العراقي المركزي لكرة السلة للموسم الرياضي (2023 - 2024 م).  
عينة البحث الأساسية: بلغ حجم عينة البحث الاساسية (12) لاعب يمثلون المجموعة التجريبية حيث يشكلون نسبة (75 %) من مجتمع البحث.

عينة الدراسات الاستطلاعية: بلغ حجم عينة البحث الاستطلاعية (4) لاعبين للدرجة الأولى في محافظة الانبار ومن خارج عينة البحث الأساسية.

### 2-4 تجانس عينة البحث

#### جدول (1)

الدلالات الاحصائية في المتغيرات الاساسية لعينة البحث من لاعبي كرة السلة

ت	القياسات الاساسية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
1	السن	سنة	18.17	17.5	1.50	0.49	1.20-
2	الطول	سم	177.00	178	6.71	0.50-	0.09
3	الوزن	كجم	65.03	65.50	2.34	0.23	0.60-

يوضح جدول (1) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري في القياسات الاساسية حيث جاءت معاملات الالتواء تقترب من الصفر ومعاملات التفلطح تنحصر ما بين  $(\pm 3)$  مما يدل على عدم التشتت واعتدالية القيم وتجانس أفراد عينة البحث من لاعبي كرة السلة.

### 2-5 المتغيرات المستخدمة قيد البحث

#### 2-5-1 المؤشر الوظيفية المستخدمة: مرفق (1)

- جهاز فت مت برو ( Fit mate Pro ) لقياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين  $vo2max$  .
- جهاز الاسبرو بالم ( Spiropalm ) لقياس السعة الحيوية.
- جهاز لاكتات برو ( Lactat Pro ) لقياس نسبة تركيز حامض اللاكتك بالدم.
- منظومة قياس الجهد بيورر ( Beurer ) لقياس النبض .
- جهاز الأوكسيمتر لقياس نقص الأوكسجين.

تم استخدام هذه الاجهزة في القياس القبلي لعينة البحث الاساسية واخذ البيانات الخاصة التي تخص المؤشرات الوظيفية لكل لاعب ومن ثم تطبيق البرنامج التدريبي عليهم باستخدام تدريبات الهيبوكسيك وبعد انتهاء البرنامج التدريبي اخذ القياسات البعيدة لعينة البحث الاساسية

## 2-5-2 الاختبارات البدنية المستخدمة: مرفق (2)

- تحمل السرعة (اختبار الركض المكوكي 8×25م من البدء العالي)
- السرعة الانتقالية (اختبار السرعة الانتقالية لمسافة (30 م) من البدء العالي)
- القوة المميزة بالسرعة للذراعين ( اختبار الاستناد الامامي لمدة 10 ثواني )
- القوة المميزة بالسرعة للرجلين (اختبار ثلاث حجلات بالتعاقب لأكبر مسافة كل رجل على حدة)

## 2-5-3 الاختبارات المهارية المستخدمة: مرفق (3)

- التصويب من اسفل السلة: (اختبار سرعة التصويب من اسفل السلة)
- سرعة المحاورة : ( اختبار سرعة المحاورة حول مجموعة من العوائق)
- سرعة التمرير : ( اختبار قدرة المختبر على سرعة التمرير واستلام الكرة)

## 2-6 الأدوات والاجهزة المستعملة

- جهاز فت مت برو ( Fit mate Pro ) , جهاز الاسبرو بالم ( Spiropalm ) , جهاز لاكتات برو ( Lactat Pro ) , منظومة قياس الجهد بيورر ( Beurer ) , جهاز الأوكسيميتر , كرات سلة قانونية , ملعب قانوني لكرة السلة , شريط قياس متري , صافرة , جهاز الطول والوزن , ساعة إيقاف , طباشير , اقماع , وبناء على تحليل البرامج التدريبية التي اختصت بتدريبات نقص الأوكسجين (Hypoxic) وكذلك المراجع العلمية والدراسات المرجعية العربية والأجنبية وشبكة المعلومات الدولية وبعد الاسترشاد بتعليمات ومحاذير تدريبات نقص الأوكسجين (Hypoxic) راع الباحث الأسس التالية عند وضع البرنامج التدريبي
- أن تتناسب تدريبات نقص الأوكسجين (Hypoxic) مع خصائص المرحلة السنية.
- مراعاة توافر عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق التدريبات.
- التأكد من الحالة الصحية للاعبين.
- ألا يزيد عدد الوحدات التدريبية عن ثلاثة وحدات تدريبية في الأسبوع.
- مراعاة ان لا يزيد زمن تدريبات نقص الأوكسجين عن (٢٥-٢٠) دقيقة بالوحدة التدريبية .
- مراعات التدرج بمكونات حمل التدريب .
- يراعى الحذر الشديد وعدم استخدامه لفترات طويلة والملاحظة الدائمة خلال الأداء .
- عدم الوصول باللاعبين عينة البحث إلى مرحلة الإجهاد.
- ضرورة التوقف عند ملاحظة شعور اللاعب بالتعب أو الصداع أو الدوار أو الغثيان أو الصعوبة في التنفس.

## 2-7 وفيما يلي وصف لمراحل بناء البرنامج التدريبي

- اشتمل البرنامج على (8) اسابيع
- بلغت عدد الوحدات التدريبية الاسبوعية (3) وحدات تدريبية
- تراوح زمن الوحدة التدريبية اليومية ما بين (60- 90) دقيقة
- عدد الوحدات التدريبية خلال الفترة الكلية للبرنامج (24) وحدة تدريبية
- الزمن الكلي للبرنامج (2160) دقيقة بواقع (36) ساعة تدريبية
- طرائق التدريب المستخدمة بالبرنامج هي ( طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة - طريقة التدريب التكراري .

التوزيع الزمني للوحدة التدريبية

اجزاء الوحدة	الاحماء	الجزء الرئيسي		الاجمالي
		تدريبات نقص الاوكسجين	الجزء المهاري	
الزمن	20ق	25-20ق	40-30ق	90-80ق

8-2 المعالجات الاحصائية

المتوسط الحسابي , الانحراف المعياري , معامل الالتواء , معامل التقلطح , ت الفروق , نسبة التحسن.

3- عرض النتائج ومناقشتها

3-1 عرض النتائج

الجدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واوساط الفروق وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التحسن للقياس القبلي والبعدي في المتغيرات الوظيفية للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات الوظيفية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق		قيمة ت المحسوبة	نسبة التحسن
			ع	س	ع	س	ع	س		
1	vo2max	ملي لتر/كجم/ق	5.52	48.31	8.04	54.10	9.84	5.79	3.41	20.99
2	السعة الحيوية	ملي لتر	0.82	4.38	0.82	5.11	0.64	0.73	3.60	16.71
3	لكتات الدم ملي مول/لتر	قبل	0.25	1.65	0.82	1.83	0.88	0.18	0.65	9.84
		بعد	2.09	10.14	2.99	14.29	2.87	4.15	4.57	41.72
4	معدل ضربات القلب (نبضة/ق)	قبل	3.75	72.90	5.50	73.00	6.87	0.10	0.05	0.16
		بعد	4.20	185.40	3.41	195.10	4.95	9.70	6.203	5.32

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية 12 - 1 = 11 ومستوى دلالة 0.05 = 2.20

يتضح من الجدول (2) ان قيمة (ت) المحسوبة لمتغيرات البحث كانت اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 لذا فالفرق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية .

الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واوساط الفروق وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التحسن للقياس القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		س ف	قيمة ت المحسوبة	نسبة التحسن
			ع	س	ع	س			
1	تحمل السرعة	زمن	2.23	50.82	1.83	43.14	7.68	7.46	15.11
2	السرعة الانتقالية	زمن	0.31	3.43	0.46	2.64	0.79	5.77	23.03

20.58	3.57	1.75	0.45	10.25	1.51	8.5	عدد	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	3
6.92	3.36	0.8	0.84	12.36	0.67	11.56	سم	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	4

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية 12 - 1 = 11 ومستوى دلالة 0.05 = 2.20  
يتضح من الجدول (3) ان قيمة (ت) المحسوبة لمتغيرات البحث كانت اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 لذا  
فالفروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية .

#### الجدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واوساط الفروق وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التحسن للقياس القبلي والبعدية  
في المتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن
			ع	س	ع	س	
1	سرعة المحاوره	زمن	0.64	8.83	1.03	7.80	11.66
2	سرعة التمرير	زمن	0.63	14.12	0.75	14.87	6.93
3	التصويب من اسفل السلة	زمن	2.56	11.05	4.74	16.25	41.30

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية 12 - 1 = 11 ومستوى دلالة 0.05 = 2.20  
يتضح من الجدول (4) ان قيمة (ت) المحسوبة لمتغيرات البحث كانت اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 لذا  
فالفروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية.

#### 3-2 مناقشة النتائج

مناقشة نتائج الفرض الاول الذي ينص وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في بعض مؤشرات الاداء الوظيفي  
لصالح القياس البعدي

يتضح من (2) والخاصة ببعض مؤشرات الاداء الوظيفي للاعبين كرة السلة والتي أظهرت تحسن بعض المؤشرات الوظيفية (الحد  
الاقصى لاستهلاك الاوكسجين - السعة الحيوية - لكتات الدم - معدل ضربات القلب) بنسبة (5.32% : 41.72%)

ويرجع الباحث هذا التحسن في مستوى المتغيرات الوظيفية إلى الانتظام في تدريبات نقص الاوكسجين وكذلك التدريب بمعدل ثلاث  
مرات في الأسبوع مع أداء التدريبات البدنية العامة والخاصة مما كان له تأثير إيجابي على المتغيرات الوظيفية بشكل متباين حيث  
أن البرنامج الرياضي الذي عمل على مزيج من التدريبات الهوائية واللاهوائية ، يؤدي إلى تحسن في الكفاءة الوظيفية للجسم وتوصيل  
الاكسجين للعضلات العاملة مما يؤدي إلى زيادة مقدرة الجسم للعمل بكفاءة عالية

وتشير (Abdel Rahman, 2000) حيث أكدت نتائج الدراسة على أن البرنامج التدريبي الذي يحتوى على مزيج من التدريبات  
يؤدي إلى تحسن في الكفاءة الوظيفية للجسم وتوصيل الأكسجين للعضلات العاملة مما يؤدي إلى زيادة مقدرة الجسم للعمل بكفاءة  
عالية .

ويؤكد على ذلك كل من (Al-Khatib & Al-Nimr, 2008) من أن زيادة الأحمال تؤدي إلى حدوث تغيرات تهدف إلى مساعدة  
الجسم في التغلب على الأعباء المتزايدة على العضلات والأجهزة الأخرى في الجسم والتي تشمل الجهاز العصبي والذي يقوم بدوره

في توظيف الألياف العضلية بطريقة أكثر فعالية كما تشمل الجهاز الدوري والذي بدوره يكون أكثر قدرة على دفع كمية أكبر من الدم للعضلات العاملة . (Abdulrasool et al., 2024)

ويعزو الباحث هذا التقدم الحادث في المتغيرات الوظيفية قيد البحث إلى الإسلوب العلمي في تقنين الحمل الخاص بتدريبات نقص الاوكسجين واتباع طريقة التدريب الفئري والمستمر لما لها من تأثير إيجابي في تحسين السعة الحيوية للعمل اللاهوائي وبذلك يتحقق صحة الفرض الاول .

**مناقشة الفرض الثاني الذي ينص على :** وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في بعض متغيرات الاداء البدني لصالح القياس البعدي. يتضح من (3) والخاصة ببعض القدرات البدنية للاعب كرة السلة والتي أظهرت تحسن بعض القدرات البدنية ( تحمل السرعة - السرعة الانتقالية - القوة المميزة بالسرعة للذراعين - القوة المميزة بالسرعة للرجلين) بنسبة (6.92% : 23.03%) ويرجع ذلك إلى ان تدريبات نقص الاوكسجين التي تعتمد بشكل أساسي على السرعة مما أدى إلى تحسن اشكال السرعة للاعب كرة السلة حيث تعتبر السرعة أحد المتطلبات الرئيسية للأداء في كرة السلة لما لها من أهمية في ارتباطها بباقي عناصر القدرات البدنية الخاصة الأخرى حيث تؤثر فيها (Rasoul et al., 2024) وتتأثر بها ، كذلك فإن المتطلبات الفنية المهارية والخططية تعتمد اعتمادا كبيرا على السرعة .

أن القدرات البدنية الخاصة تشكل عاملا هاما وأساسيا لرفع مستوى الاداء المهارى حيث تعتبر الحالة البدنية للاعب أحد الاسس التي تحدد كفاءة الاداء المهارى والخططي ولا يمكن تنفيذ الاداء المهارى بطريقة الية بدون امتلاك اللاعب للسمات والخصائص البدنية التي تخدم الاداءات الحركية الأساسية للمهارات (Lamyaa & ruaa, 2015) اذ ان التدريب الرياضي يسعى الى تنمية وتحسين جميع العناصر البدنية، كما ان التدريب المتنوع والمستمر يحسن من الصفات البدنية الخاصة بالأداء . (Othman et al., 2023) .

ويعزو الباحث هذه النتائج الى خضوع لاعبي المجموعة التجريبية الى التدريب الرياضي المنظم والذي ادى الى كفاءة الجهاز العضلي وظهر ذلك بصورة مباشرة في قدرة العضلة على الانقباض بمعدل اسرع خلال المدى الحركي للمفصل ومن خلال ما سبق اظهرت النتائج ان تدريبات نقص الاوكسجين ادت الى تحسن بعض القدرات البدنية لعينة البحث من لاعبي كرة السلة ، وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني .

**مناقشة نتائج الفرض الثالث الذي ينص على** وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في بعض المهارات الهجومية لصالح القياس البعدي. يتضح من (4) والخاصة ببعض المهارات الهجومية للاعب كرة السلة والتي أظهرت تحسن (سرعة المحاور - سرعة التمير - التصويب ) بنسبة (6.93% : 41.30%) اسفرت نتائج الدراسة باستعمال تدريبات الهيبوكسيك المطبق على عينة البحث الاساسية تحسنا معنويا في المستوى المهاري وبنسب متفاوتة وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره (Abdel Dayem & Hassanein, 1999b) التي أكدت على أهمية المهارات الأساسية التي تتاولها الباحث وأهمية إتقان جميع لاعبي كرة السلة للمهارات الأساسية وان يصل اللاعب إلى درجة إتقانها المهارات الأساسية المطلوبة في تلك اللعبة بحيث يستطيع بواسطتها تنفيذ طرق اللعب المختلفة وانجازها على الوجه الكامل. (F. F. Ali & Montazer, 2022)

أن إتباع الخطوات الصحيحة في تعليم المهارات والعمل على تطبيقها تطبيقا صحيحا وإتقانها وتعويد اللاعب على الأداء الصحيح ودعم العملية التعليمية والتدريبية بالوسائل والأساليب المساعدة وفق أسسه الصحيحة ويعزز الجانبالعقلي للمتعلم وبيني لديه قاعدة

من المعلومات النظرية المرتبطة بأسلوب الأداء الصحيح ومساراته وإيقاعاته الصحيحة مع تكوين خيال معلوماتي يستطيع من خلاله أن يبدع ويبتكر أساليب متميزة في الأداء المهاري وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث .

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات

##### 1-4 الاستنتاجات

في ضوء اهداف البحث وفي حدود عينة البحث ومن واقع البيانات والمعلومات التي توصل اليها الباحث وفي ضوء المعالجة الاحصائية تم استخلاص الاتي:

- 1- ادى استخدام تدريبات نقص الاوكسجين في تحسن مؤشرات الاداء الوظيفي ( الحد الاقصى لاستهلاك الاوكسجين - السعة الحيوية - لكتات الدم - معدل ضربات القلب) وحققت نسبة تحسن تراوحت بين (5.32% : 41.72%)
- 2- ادى استخدام تدريبات نقص الاوكسجين في تحسن مؤشرات الاداء البدني ( تحمل السرعة - السرعة الانتقالية - القوة المميزة بالسرعة للذراعين - القوة المميزة بالسرعة للرجلين) وحققت نسبة تحسن تراوحت بين (6.92% : 23.03%)
- 3- ادى استخدام تدريبات نقص الاوكسجين في تحسن مؤشرات الاداء المهاري (سرعة المحاوره - سرعة التمرير - التصويب) وحققت نسبة تحسن تراوحت بين (6.93% : 41.30%)

##### 2-4 التوصيات

- 1- الاهتمام بتدريبات نقص الاوكسجين للاعبين كرة السلة على المراحل السنوية الاخرى
- 2- اجراء دراسات اخرى حول تاثير تدريبات نقص الاوكسجين في التخصصات الرياضية الاخرى
- 3- الاستفادة من نتائج الدراسة في اقامة دورات تدريبية وورش عمل للمدربين عن اهمية تدريبات الهيبوكسيك والتعرف على الوسائل التدريبية الحديثة
- 4- تقنين تدريبات نقص الاوكسجين بما يتناسب مع المرحلة السنوية وعدم المبالغة في استخدامها خاصة عند ظهور اعراض التعب - الصداع - الغثيان - انخفاض مستوى الأداء

##### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبين نادي هيت الرياضي للموسم 2023 \ 2024

##### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

عمر احمد مصلح <https://orcid.org/0000-0002-3005-067X>

## References

- Abaza, H. D., Abdel Qader, A. I., Adly, A. E., & Nusrat, H. M. (2021). The effect of hypoxic training on developing the physical and physiological capabilities and digital level of 50 m swimmers. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 26(14), 110–132. 10.21608/SJES.2021.261769
- Abdel Dayem, M. M., & Hassanein, M. S. (1999a). *Hadith on Basketball* (2nd edition, p. 117). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Abdel Dayem, M. M., & Hassanein, M. S. (1999b). *Hadith on basketball, scientific and applied foundations* (2nd edition). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Abdel Rahman, N. A. (2000). *Aerobic activities*. Al-Ma'arif facility.
- Abdul-Jabbar, Q. N., & Bastawisi, A. (1987). *Tests and principles of statistics in the mathematical field* (Higher Education Press, Ed.).  
<https://www.iraqna.gov.iq/opac/fullrecr.php?nid=148086&hl=ara>
- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Ahmad, T. A. E. (2010). The effect of hypoxic training on speed endurance and some physiological variables and their relationship to the level of performance of some offensive and defensive skills in basketball. *Faculty of Physical Education for Boys in Al-Haram – Helwan University*.  
<http://www.publications.zu.edu.eg/Pages/PubShow.aspx?ID=14318&&pubID=18>
- Al-Din Ahmed, D., Rahim Nouri Harbi, A., Jaber Musharraf, A., & Firas Abdullah Al-Rawe, M. (n.d.). Mental Motivation and its Relationship to the Students' Performance of Gradable Scoring Skill in Basketball. In *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE)* (Vol. 14).
- Ali, E. A.-S. (2003). *The effect of using self-control exercises on some physiological and physical variables and the digital level of weightlifting quadriplegians* [Unpublished master's thesis]. Alexandria University.
- Ali, F. F., & Montazer, H. S. (2022). The effect of educational units according to the McCarthy model on learning some wrestling holds for students. *Journal of the College of Basic Education*, 1–349. <https://doi.org/10.35950/cbej.v1iSI.5981>

- Al-Khatib, N., & Al-Nimr, A.-A. (2008). *Sports Training*. Al-Ustad Sports Book.
- Allawi, M. H., & Abdel Fattah, A. A.-A. A. (2009). *Physiology of Sports Training* (4th edition, p. 310). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Bastawisi, A. (1999). *Foundations and theories of sports training* (p. 30). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Dhurgham, A. N. (2017). A Comparative Analytical Study of Some Biomechanical Variables for the Skill of Remote Shot Via Jumping of Basketball and Handball Youth Players. *Marathon, 9*(2), 127–136.
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*.  
<https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Hamid, K. A., & Hassanein, M. S. (1980). *Measurement in handball* (p. 287). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Hamid, M. H. (2003). *Hypoxic training and its effect on the development of speed in the 100m sprint* (p. 4).
- Hamid, N. S., Mushref, A. J., AHMED, D. M. A., & Abdullah, F. (2024). The effect of the active discussion strategy on psychological stability and the development of some offensive skills in basketball for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(2).  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.485>
- Hammad, M. (1998). *Modern Sports Training, Planning, Application and Leadership*. Arab Thought House, Cairo.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education, 13*(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Khazal, H. J., Abdel Razzaq, Z. S., & Kazem, H. A. R. (2021). The effect of mental training in developing some basic skills for wheelchair basketball players. *Journal of Physical Education Studies and Research, 31*(1), 134–145. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/85>
- Khdhim, M. A. A., Abdulrasool, T. H., & Aldewan, L. H. (2023). The Effect of Using Wheatley's Strategy in Learning the Technical Performance of the Javelin Throwing Event for Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 33*(1), 20–30.  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.395>

- Lamyaa, H. M., & ruaa, M. A. (2015). The impact of a proposed curriculum lessons Educational motor using effective teaching In the development of creative thinking for the children of the preparatory stage. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 42, 32–48. <https://www.iasj.net/iasj/article/104025>
- Majeed, R. K. (2000). *Encyclopedia of Measurements and Tests in Physical Education and Sports* (Part One, p. 260). Higher Education Press.
- Muhammad, H. A., & Abu Al-Ela, A. A. F. (2000). *Physiology of Sports Training* (p. 13). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Mushref, A. J., Hummadi, J. N., & Bouslah, N. (2024). The effect of exercises using the 4D Pro tool on developing a number of special physical variables and some skills on the artistic gymnastics jumping table for men. *Rawafed Journal for Studies and Research in Sports Sciences*, 4(1), 12–20. <https://scholar.google.com/citations?user=HVXKHBEAAAAJ&hl=ar>
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Qais Naji, & Bastawisi Ahmed. (1987). *Tests, measurement, and principles of statistics in the mathematical field*. Baghdad University Press.
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, 19(2), 160–176. DOI: <https://doi.org/10.31185/wjoss.464>
- Salim, A. T., Kareem, M. A., & Alwan, S. A. (2022). The effect of (HIT) training on immune globulins and white blood cells for amateur weightlifters after the return of activity from the mandatory quarantine for the Covid-19 epidemic. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 17(5), 328–331.
- Shatnawi, M. M., Al-Saeedin, M. S., & Al-Hasanat, O. A. (2022). The Impact of a Training Program on Some Anthropometric and Physiological Variables among the Players of Basketball Team at Mu'tah University. *Open Access Repository*, 8(05), 35–42.
- Taha, S. M. K. D. A. (2021). Hypoxic exercises by using (training mask) and its effect on the (PMA) and some physiological indicators and achievement for 1500m runners. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 66.

مرفق (1) اجهزة القياسات الوظيفية



جهاز الاسيرو بالم ( Spiropalm ) لقياس السعة الحيوية.



جهاز فت مت برو ( Fit mate Pro ) لقياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين vo2max .



منظومة قياس الجهد بيورر ( Beurer ) لقياس

النبض .



جهاز لاكتات برو ( Lactat Pro ) لقياس نسبة تركيز حامض اللاكتك بالدم.



جهاز الأوكسيمتر لقياس نقص الأوكسجين

## مرفق (2) الاختبارات البدنية

### 1- اختبار تحمل السرعة: (K. A. Hamid & Hassanein, 1980)

اسم الاختبار: اختبار الركض المكوكي 25×8م من البدء العالي.

الغرض من الاختبار: قياس تحمل السرعة.

الأدوات المستخدمة: ملعب كرة سلة ، شريط قياس ، ساعة الكترونية، طباشير ، صافرة لإعطاء إشارة البدء .

طريقة الاداء :

يتخذ اللاعبان وضع البدء العالي خلف أحد الخطيين الموازيين مباشرة .

إعطاء إشارة البدء للاعبين اللذين يقومان بالركض بأقصى سرعة متجهين الى خط الموازي الآخر ليلمساها بقدمهما ثم يستديرا

بسرعة للعودة الى الخط الموازي الأول والذي انطلقا منه، يستمر اللاعبان في تكرار هذا الأداء ثماني مرات لتصبح المسافة

المقطوعة (8×25) مرات وتساوي 200م.

شروط الاختبار :

أخذ اللاعبين الوضع الصحيح (البدء العالي خلف خط البدء مباشرة).

يجب لمس الخطيين الموازيين المحددين بالقدمين في كل مرة يصل إليهما اللاعبان.

الاستمرار وعدم التوقف عند إشارة البدء ولغاية لمس اللاعبين خط البدء الذي انطلقا منه مرة أخرى في نهاية المرة الثامنة.

السرعة في الأداء ويتم اختبار لاعبين في الوقت نفسه لضمان عامل المنافسة.

يعلن الرقمان اللذان يسجلهما اللاعبان على اللاعبين اللذين يليهما لضمان عامل المنافسة

التسجيل:

يحتسب الزمن الكلي الذي استغرقه اللاعب في قطع المسافة بين الخطيين ذهاباً وإياباً (8) مرات أو الزمن الذي سجله في قطع

المسافة 25×8م 8 مرات .



2- اختبار السرعة الانتقالية (Majeed, 2000)

اسم الاختبار : اختبار السرعة الانتقالية لمسافة (30 م) من البدء العالي

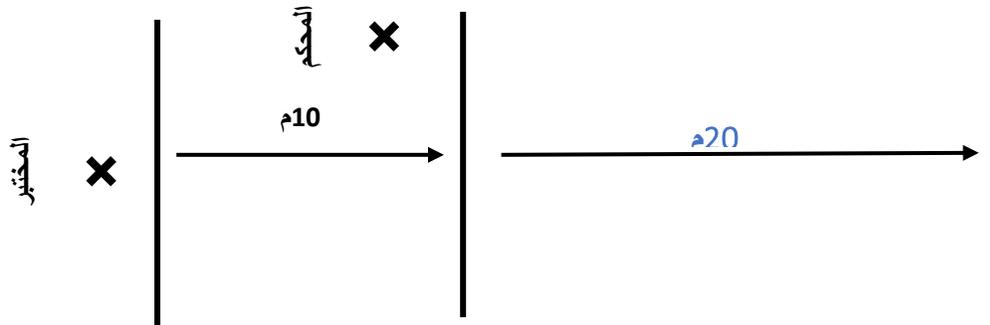
الغرض من الاختبار : قياس السرعة الانتقالية القصوى.

الأجهزة والأدوات:

ساعة توقيت ، ثلاث خطوط متوازية مرسومة على الأرض المسافة بين الخط الأول والثاني (10م) والخط الثاني والثالث (20م) ، طباشير .

طريقة الأداء :

يقف المختبر خلف الخط الأول، عند سماع إشارة البدء يقوم بالعدو إلى إن يتخطى الخط الثالث، على إن يحتسب زمن المختبر ابتداء من الخط الثاني وحتى وصوله الخط الثالث (20م)



3- اختبار ثلاث حجلات بالتعاقب لأكثر مسافة كل رجل على حدة (Qais Naji & Bastawisi Ahmed, 1987)

الغرض من الاختبار :

قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين.

الأدوات:

شريط قياس، ارض ملعب بحدود (20-25) متراً.

طريقة الأداء والقياس:

يقف المختبر على خط البداية وهو مرتكز على القدم اليمنى تؤدي الثلاث حجلات بالقدم اليمنى يتبعها بثلاث حجلات بالقدم اليسرى ولأكثر مسافة ممكنة باستخدام الخطوط المستقيمة المرسومة على الأرض مع الالتزام بهذه الخطوط وعدم الخروج عنها إنشاء الحجل وعدم ملامسة أي جزء من أجزاء الجسم بغير قدم الحجل للأرض ، تقاس المسافة لأكثر مسافة قطعها بالرجل اليمنى تتبعها الرجل اليسرى ويتم التسجيل بجمع ما قطعه المختبر بالرجل اليمنى واليسرى لأقرب 10سم .

4- قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين. (Abdul-Jabbar & Bastawisi, 1987)

الأدوات اللازمة: منطقة مستوية (فضاء)، ساعة إيقاف، صافرة لإعطاء إشارة البدء .

مواصفات الأداء: يتخذ المختبر وضع الاستناد الأمامي على الأرض بحيث يكون في وضع مستقيم وليس في تقويس للأسفل أو أعلى، وبعد إعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بثني الذراعين لملامسة الصدر بالأرض ثم الرجوع بمدّها كاملاً هذا الأداء إلى أقصى عدد من المرات لمدة (10) ثانية.

الشروط: أخذ المختبر الوضع الصحيح (الاستناد الأمامي).

يجب أن يلمس المختبر بصدرة الأرض في كل مرة يقوم بثني الذراعين ثم مدهما كاملاً.  
السرعة في الأداء .

الاستمرار وعدم التوقف في إنشاء الأداء عند إعطاء إشارة البدء ولغاية إعطاء إشارة النهاية  
لكل مختبر محاولة واحدة .

يعلن الرقم الذي سجله كل مختبر على المختبر الذي يليه لضمان عامل المنافسة .

### مرفق (3) الاختبارات المهارية

#### 1- اختبار التمرير السريع (Abdel Dayem & Hassanein, 1999a)

الغرض من الاختبار: قياس قدرة المختبر على سرعة تمرير واستلام الكرة

الأدوات: أرض مسطحة- حائط مسطح واملس - ساعة إيقاف - كرة سلة

مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف خط مرسوم على الأرض وعلى بعد (270سم) من الحائط عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بتمرير الكرة الى الحائط ( بالطريقه التي يريدها) على ان يكون هذا التمرير في مستوى رأس المختبر وبأسرع ما يمكن ثم يقوم باستقبال الكرة بعد ارتدادها من الحائط ليعاود تكرار العمل الى ان يؤدي عشرة تمريرات سليمة

#### الشروط:

1- يجب اداء جميع التمريرات من خلف الخط المرسوم على الارض

2- غير مسموح بضرب الكرة بعد ارتدادها من الحائط اذ يجب اولا استقبالها ثم معاودة تمريرها

3- مسموح بملامسة الكرة للحائط عند أي ارتفاع

4- في حالة سقوط الكرة على الأرض عند الاداء للمختبر ان يعاود الاستحواذ على الكرة والاستمرار في الاداء من خلف الخط على ان لا تحسب سوى التمريرات الصحيحة التي يكون مسارها من المختبر الى الحائط ثم الى المختبر مباشرة دون ملامسة الكرة للأرض

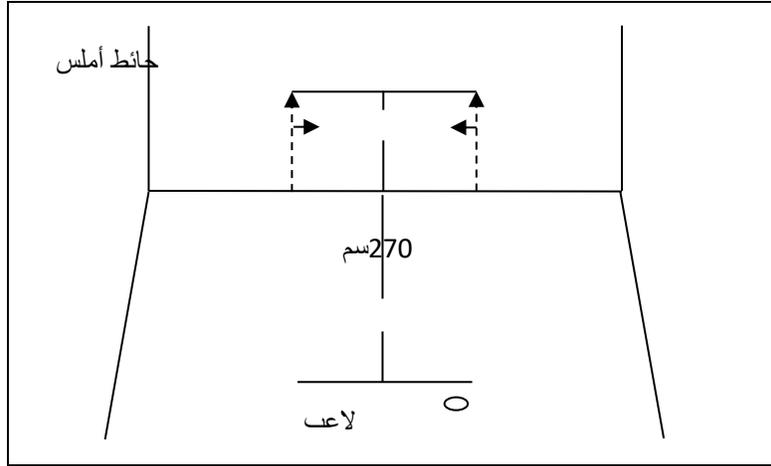
5- يسمح للمختبر محاولتين على الاختبار على ان تحسب له افضلهما

#### التسجيل:

- يحسب زمن اداء الاختبار من لحظة ملامسة الكرة للحائط في التمريرة الاولى الناجحه وحتى ملامسة الكرة للحائط في التمريرة العاشرة الناجحه

- هذا ويحسب الزمن بالتواني وعشر الثانيه على ان تسجل للمختبر المحاولتان المصرح له بهما مع ملاحظة ان تحسب للمختبر المحاولة التي سجل فيها زمنا اقل

- ويجب ملاحظة ان الاختبار يتطلب حساب زمن اداء عشر تمريرات ناجحة



2- اختبار المحاورة (Abdel Dayem & Hassanein, 1999b)

الغرض من الاختبار : قياس سرعة المحاورة حول مجموعة من العوائق

الأدوات: كرة سلة، ساعة إيقاف، (6) كراسي، خطين للبدائية والنهائية يبعد الكرسي الأول عن خط البدائية بمسافة (1.5م) والمسافة بين الكراسي (240 سم) كما موضح بالشكل (5).

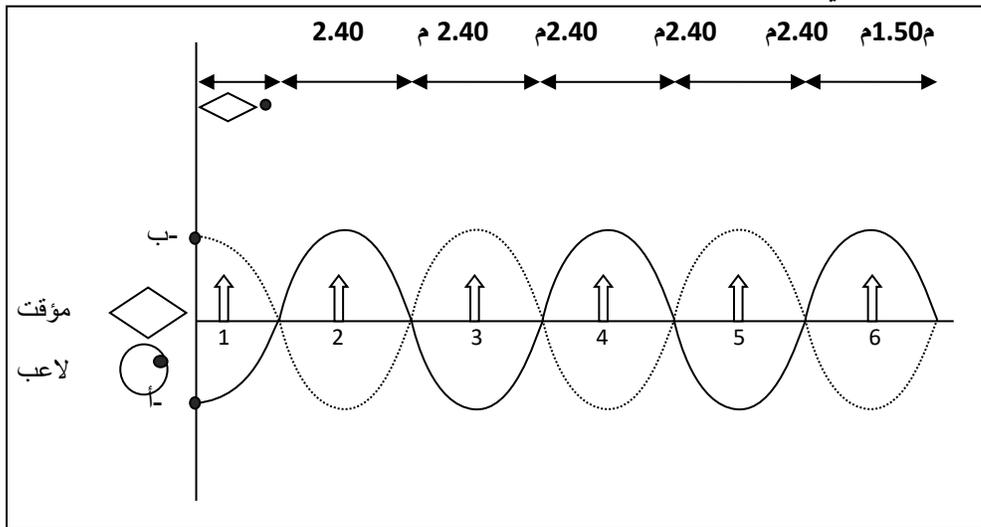
مواصفات الاداء: يقف المختبر خلف خط البدائية ومعه الكرة عند سماع إشارة البدء يقوم بالجري الزكزاكي بين الكراسي مع المحاورة المستمرة بالكرة على أن يؤدي هذا العمل ذهاباً وإياباً إلى أن يتجاوز خط البدائية حيث يحتسب الزمن الذي قطع فيه المسافة. ويسمح بالتدريب على الاختبار قبل الأداء.

الشروط:

1- للمختبر الحق في استخدام أي البيدين في المحاورة. وبطريقة قانونية

2- يسمح لمختبر بأداء محاولتين في الاختبار. وتحسب أفضلها.

التسجيل : يحسب الوقت الذي يؤدي فيه المختبر العمل من لحظة ورود الإشارة وحتى تجاوزه لخط البدائية بعد أداء الاختبار. ويسجل له الزمن الذي استغرقه في المحاولتين وتحسب له اقلها زمناً.



### 3- اختبار التصويب من اسفل السلة (Abdel Dayem & Hassanein, 1999b)

الغرض من الاختبار: قياس سرعة التصويب من اسفل السلة.

الادوات : ملعب كرة السلة ، كرة سلة ، ساعة توقيت

طريقة الاداء والقياس :

يقف المختبر اسفل السلة مباشرة وهو ممسك بالكرة وعند سماع اشارة البدء ، يقوم بالتصويب على السلة (بيد واحدة او باليدين) محاولا اصابة الهدف ثم استعادة السيطرة على الكرة بسرعة (سواء حقق الهدف ام لا يحقق) لمعاودة التصويب وهكذا يكرر العمل باسرع ما يمكن مع محاولة اصابة اكبر عدد ممكن من الاهداف خلال (30) ثانية وهي الفترة الزمنية المحددة للاداء على ان يتوقف المختبر عند سماع اشارة النهاية .

**الشروط**

- 1- للمختبر الحق في التصويب بأي طريقة يريد
  - 2- على المختبر ان يعاود الاستحواذ على الكرة عقب كل محاولة تصويب ليعاود التصويب ويستمر في ذلك
  - 3- اذا فقد المختبر الكرة كلية له ان يبدأ الاختبار من جديد مع ملاحظة ان لا يكرر ذلك اكثر من مرة واحدة فقط
  - 4- يسمح باداء محاولتين كاملتين على الاختبار على ان تحيب له المحاولة الافضل
- التسجيل:** يحسب للمختبر درجة واحدة لكل هدف يحققه خلال الفترة الزمنية المحددة



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of anaerobic exercises to develop some physiological abilities and physical fitness for junior basketball players

Zahad Fawzi Najji Al-Jumaili <sup>1</sup>  

University of Baghdad/Student Activities Department

### Article information

#### Article history:

Received 2/5/2024

Accepted 1/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

anoxic exercises, physiological abilities, physical fitness, basketball



### Abstract

The research aimed to know the effect of anoxic exercise in developing the physiological capabilities and physical fitness of young basketball players, as the experimental method was used to suit it in solving this problem. The research sample was the emerging players at Al-Kafil Sports Club for the 2022–2023 season, and a sample was selected by a simple random method with a number of (16) players. The researcher came up with the most important conclusions that applying anoxic exercises helped develop the physiological capabilities and physical fitness of emerging basketball players.

It recommended: The necessity of regulating training loads according to energy systems, due to their importance in developing the physiological capabilities and physical fitness of emerging basketball players



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير تمارينات لااوكسجينية لتطوير بعض القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية للاعبين الناشئين بكرة السلة

زهاد فوزي ناجي الجميلي<sup>1</sup>  

جامعة بغداد/قسم النشاطات الطلابية

#### الملخص

هدف البحث الى معرفة تأثير التمارينات اللااوكسجينية في تطوير القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية للاعبين كرة السلة الناشئين ، اذ تم استعمال المنهج التجريبي لملائمته في حل هذه المشكلة. وكانت عينة البحث هم اللاعبون الناشئون في نادي الكفل الرياضي للموسم 2022-2023م وتم اختيار عينة بالطريقة العشوائية البسيطة بعدد (16) لاعباً. وخرجت الباحثة بأهم الاستنتاجات ان تطبيق التمارينات اللااوكسجينية ساعدت على تطوير القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين بكرة السلة. واوصت: ضرورة تقنين الأحمال التدريبية وفق أنظمة الطاقة، لأهميتها في تطوير القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين بكرة السلة.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/5/2

القبول: 2024/6/1

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024

#### الكلمات المفتاحية:

تمارين لااوكسجينية، القدرات الفسيولوجية، اللياقة البدنية، كرة السلة

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعتبر طرق التدريب من الأمور الأساسية في إعداد الرياضيين ورفع مستوى لياقتهم البدنية وقدراتهم الفسيولوجية والمهارية والخطوية. وان ترابط مفاهيم العلوم الأخرى في التدريب أعطت دعماً في تطوير هذه الاستعدادات ومن هذه العلوم فلسفه التدريب لما لها من دور في تقنين الحمل لتدريبي على ضوء العمل الوظيفي والأجهزة الداخلية والعمليات الأيضية التي تحدث لإنتاج الطاقة بقدراتها الاوكسجينية واللاأوكسجينية. وهي تكامل مفاهيم العلوم الأخرى مع التدريب، مثل فسيولوجيا التدريب، بناءً على الوظائف الداخلية والعمليات الأيضية التي تحدث لإنتاج الطاقة وتشمل هذه التدريبات الأوكسجينية واللا أوكسجينية، التي تُعد من الأساليب التدريبية العامة، على وفق أساليب تدريبية مقننة تتناسب مع متطلبات كل نشاط رياضي. إذ نلاحظ تباين نسب القدرات في جميع الألعاب الرياضية، وخاصة كرة السلة التي تتميز بشعبيتها الواسعة وطول مدة منافساتها. لذا، تحتاج فرق كرة السلة إلى استراتيجيات تدريبية تساهم في تحقيق إنجازات ملموسة من خلال تخطيط علمي طويل الأمد يشمل خططاً تدريبية مقننة تتناسب مع مراحل التطوير لتحقيق الأهداف المرجوة للفرق، مما يستدعي وضع برامج تدريبية علمية ومدروسة تهدف إلى تطوير لياقة اللاعبين البدنية وقدراتهم الفسيولوجية بما يتماشى مع طبيعة الجهد المطلوب في اللعبة. فاللاعب الذي يمتلك قدرات بدنية عالية وقدرات فسيولوجية مناسبة يمكنه اللعب طوال المباريات دون تراجع في مستوى الأداء البدني والمهاري (Othman et al., 2023)، مما يتيح له تنفيذ جميع الواجبات المطلوبة منه. وبما أن لعبة كرة السلة تتميز بالإيقاع السريع في الأداء والانتقال السريع بين الدفاع والهجوم، (Sabet & Ali, 2012) فإن ذلك يتطلب جهداً بدنياً كبيراً وقدرات فسيولوجية عالية للتعامل مع حالة التعب الناتجة. لذا، يقتضي أن يمتلك اللاعب قدرات بدنية وقدرات فسيولوجية تمكنه من اجتياز مثل هذه المواقف. من خلال التمارين الخاصة بهما، وذلك بهدف رفع مستوى القدرات البدنية والقدرات الفسيولوجية لدى لاعبي كرة السلة. (Al-Din Ahmed et al., n.d). لذلك عملت الباحثة على اعداد هذه التمارين اللاأوكسجينية لكي تساعد اللاعبين على التكيف مع متطلبات اللعبة القانونية والفنية، حيث يتعين على اللاعب بذل جهد بدني مستمر تتخلله حركات مفاجئة تحتاج إلى قدرات أوكسجينية ولا أوكسجينية. من هنا جاءت أهمية البحث في دراسة تأثير التمارين اللا أوكسجينية على تطوير بعض القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين في كرة السلة. (Hamid et al., 2024)

### 1-1 مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحثة ومتابعتها الى الفرق الناشئة لاحظت الباحثة ان هناك تفاوت وتباين ببعض القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية للاعبين الناشئين بكرة السلة إذ تعد هي الأساس تكوين مهارات لاعبي كرة السلة والتي يمكن تدريبها من خلال تمارينات خاصة مقننة يلجأ إليها بعض المدربين عند تنفيذهم لمفردات مناهجهم التدريبية مركزين على ناحية تدريبية واحدة في تطوير القدرات الفسيولوجية كل ذلك ولد للباحثة مشكلة حاولت دراستها وعملت على معالجتها من خلال تمارينات لا أوكسجينية خلال الوحدة التدريبية لرفع مستوى أو حالة اللاعب خلال المنافسات أو مباريات كرة السلة، ضمن الوحدات التدريبية وتنفيذها بصيغة اقتصادية بالجهد والزمن خلال العملية التدريبية لتعطي الحالة الحقيقية لظروف المنافسات لدى لاعب كرة السلة. (Dhurgham, 2017).

### 1-2 أهداف البحث:

1. اعداد تمارينات لأوكسجينية في تطوير القدرات الفسيولوجية واللياقة الدنية للاعبين كرة السلة الناشئين.
2. معرفة تأثير التمارينات اللاأوكسجينية في تطوير القدرات الفسيولوجية واللياقة الدنية للاعبين كرة السلة الناشئين.

3-1 فرض البحث:

- 1- هناك فروق دالة احصائيا بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- هناك فروق دالة احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدي ولصالح احدى المجموعتين

4-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: اللاعبين الناشئون في نادي الكفل الرياضي للموسم 2022-2023م

1-5-2 المجال الزمني: للمدة من 2022/10/10 لغاية 2023/3/10.

1-5-3 المجال المكاني: القاعة المغلقة في بابل.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث: تم استعمال المنهج التجريبي لملائمته في حل هذه المشكلة.

2-3 مجتمع البحث عينته:

تحدد مجتمع البحث اللاعبين الناشئون في نادي الكفل الرياضي للموسم 2022-2023م والبالغ عددهم (20 لاعبا) وتم اختيار عينة بالطريقة العشوائية البسيطة بعدد (16) لاعباً.

3-3 الأدوات المستخدمة في البحث:

جهاز الكتروني لقياس النبض (EC 3200) (ياباني المنشأ). و جهاز لقياس القدرة اللا اوكسجينية (عراقي المنشأ). وساعة الكترونية عدد (2) (om3-060) (Diamond). وصندوق خشبي بارتفاع (51) (صنع محلي). ومسطرة قياس مترية. وشواخص عدد (20). وكرات سلة عدد (10). وميزان طبي مع مسطرة لقياس الطول والوزن نوع (peas personae) (ايطالي الصنع). وشريط قياس معدني بطول (50)م نوع (Eston) (ياباني الصنع).

4-3 اجراءات البحث الميدانية:

1-4-3 تحديد اهم القدرات الفسيولوجية للاعبين الناشئين بكرة السلة:

بعد الاطلاع على أهم المصادر العلمية المتخصصة في مجال الاختبارات والقياس للتربية الرياضية واستطلاع رأي الخبراء والمختصين، وضع الباحثة استبيانات إلى أهم القدرات الفسيولوجية ، وتم اختيار الاختبارات التي حصلت على نسبة (70%) من استطلاع رأي الخبراء والمختصين، كما مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين النسب المئوية لاختيار المختصين والخبراء

النتيجة	النسب المئوية	المكون	العنصر
✓	%100	القدرة اللاوكسجينية الطويلة	أنظمة الطاقة
x	%50	القدرة اللاوكسجينية القصيرة	
✓	%100	القدرة اللاوكسجينية	

3-4-2 تحديد اهم اختبارات القدرات الفسيولوجية للاعبين الناشئين بكرة السلة:

تم استطلاع رأي الخبراء والمختصين على استبيان القدرات الفسيولوجية وتمت الموافقة (100%):

1- اختبار القدرة اللاوكسجينية (القفز للأعلى لمدة 15 ثانية) (Komi & Komi, 2003)

3- اختبار القدرة الاوكسجينية (هارفرد) (Abu Al-Ala & Muhammad, 1997)

3-4-3 تحديد اهم عناصر اللياقة البدنية للاعبين الناشئين بكرة السلة:

قامت الباحثة بتحليل الدراسات السابقة والمصادر المختلفة ثم حدد عناصر اللياقة البدنية وعلى ضوء ذلك قامت بتوزيع استبيان على السادة الخبراء والبالغ عددهم (13) لتحديد أهم عناصر اللياقة البدنية وهي المكونات التي حصلت على نسبة أكثر من (25%) التي تمثل أهمية جوهرية بالنسبة لتباين الظاهرة المدروسة والجدول (3) يوضح نسب الاتفاق .

الجدول (3)

يوضح نسب الاتفاق حول عناصر اللياقة البدنية

ت	عناصر اللياقة البدنية	عدد الاختيارات	النسبة المئوية	النتيجة
1	القوة المميزة بالسرعة	3	%23	x
2	القوة الانفجارية للذراعين	13	%100	✓
3	مطاوله القوة لعضلات البطن	8	%61	✓
4	السرعة الحركية	2	%15	x
5	السرعة الانتقالية	10	%76	✓
6	القوة الانفجارية للرجلين	11	%84	✓
7	المرونة	9	%69	✓
8	الرشاقة	8	%61	✓

وبناءً على الجدول (3) فقد تم حذف عنصري القوة المميزة بالسرعة والسرعة الحركية ثم قامت الباحثة بعد ذلك بعرض استبيان آخر على السادة الخبراء لترشيح اختبار واحد لكل عنصر من العناصر التي اعتمدها الباحثة بعد الاستبيان وقد تم الحصول على الاختبارات الآتية وكما مبين في الجدول (4) .

الجدول (4)

يوضح الاختبارات المرشحة لعناصر اللياقة البدنية

ت	عناصر اللياقة البدنية	الاختبارات
1	القوة الانفجارية للذراعين	اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغم من الجلوس
2	السرعة الانتقالية	ركض 30م من البدء العالي
3	القوة الانفجارية للرجلين	الوثب الطويل للأمام من الثبات
4	مطاوله القوة لعضلات البطن	الجلوس من الرقود والركبتين مثنية حتى التعب

5	المرونة	ثني الجذع للأمام من الوقوف
6	الرشاقة	الركض المكوكي

### 3-5 التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بالتجربة الاستطلاعية بتاريخ (18-19/10/2022) على عينة من (4) لاعبين في تمام الساعة الرابعة عصرا في القاعة المغلقة لاختبارات اللياقة البدنية والقدرات الفسيولوجية وتم اعدت التجربة بعد مرور (10) ايام بتاريخ (28-2022/10/29)

### 3-6 الاسس العلمية للاختبارات:

**اولا: صدق الاختبار :** يعد الصدق واحداً من أهم معايير جودة الاختبار إذ يشير إلى الحقيقة أو مدى الدقة التي تقيس بها أداة القياس الشيء أو الظاهرة التي وضع لقياسها ، فالصدق لا يعني ارتباط الاختبار بنفسه كما في الثبات ولكنه يعني الارتباط بين الاختبار وبعض المحكات الخارجية التي تتميز بأنها مستقلة عن الاختبار أو أداة القياس ( N. al-D. R. Muhammad, 2006), إذ استخدم الباحثة صدق المحتوى الذي يشير إلى المدى الذي يقيس بموجبه الاختبار ما وضع لقياسه, إذ تم عرض الاختبار عن طريق استبانة خاصة اعدتها الباحثة على نفس الخبراء والمختصين اللذين تم عرض الاختبارات عليهم وتم الأخذ بنظر الاعتبار اراءهم حول الاختبار.

**ثانيا: ثبات الاختبار :** يعني ثبات الاختبار "مدى الدقة التي يقيس بها الاختبار الظاهر موضوع القياس" (Farhat, 2001), وبغية استخراج معامل الثبات ومعرفة استقرار نتائج القياس لابد من تطبيق مبدأ الاختبار الثابت "وهو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة" (Fahmy & Alian, 2005). إذ تم استخراج معامل ثبات الاختبار عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة الاختبار بين التطبيقين الأول والثاني لفترة زمنية مقدارها 10 ايام ، وكما مبين في جدول (5).

**ثالثا: موضوعية الاختبار:** يقصد بموضوعية الاختبارات هي "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين" (Bahi & Imran, 2007), تم إيجاد معامل الموضوعية عن طريق ايجاد معامل الارتباط بين درجات محكمين اثنين\* لأداء العينة الواحدة في الوقت نفسه وكل على حده "اذ ان ، وكما مبين في جدول (5).

### الجدول (5)

#### يبين الثبات ولموضوعية للاختبارات

ت	الاختبار	الثبات	sig	الموضوعية	sig
1	القوة الانفجارية للذراعين	0,88	0.000	0,88	0.000
2	السرعة الانتقالية	0,85	0.002	0,90	0.000
3	القوة الانفجارية للرجلين	0,92	0.000	0,89	0.004
4	مطاولة القوة لعضلات البطن	0,82	0.000	0,85	0.000
5	المرونة	0,85	0.003	0,92	0.002
6	الرشاقة	0,84	0.000	0,86	0.000

\* أ.م.د. بشار عبد اللطيف، أ.م.د. سامر احمد

0.000	<b>0.91</b>	0.000	<b>0.89</b>	القدرة اللاوكسجينية (كغم.سم/ثانية)	7
0.000	<b>0.86</b>	0.000	<b>0.83</b>	القدرة اللاوكسجينية(هارفرد)(كغم.سم/ثانية)	8

### 3-6 الاختبارات القبلية:

قامت الباحثة بأجراء الاختبارات القبلية بتاريخ (4-2022/12/5) في القاعة المغلقة محافظة بابل على مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية.

### 3-2-1 تجانس العينة وتكافؤ المجموعتين :

لاستكمال متطلبات التصميم التجريبي المتبع قامت الباحثة بالتحقق من تجانس أفراد عينة البحث في الاختبارات باستخدام اختبار (Levene) الذي ظهرت فيه قيمة مستوى الدلالة (Sig.) أكبر من (0,05) ولجميع الاختبارات، مما يدل على التجانس بين أفراد عينة البحث ولكي يعزو الباحثة الفروق إلى العامل التجريبي أجرى التكافؤ بين مجموعتي البحث في الاختبارات قبل البدء بتنفيذ بالتمرينات، إذ تم استخدام الوسيلة الإحصائية المناسبة والمتمثلة باختبار (t) للعينات المستقلة المتساوية العدد التي ظهرت فيه قيمة مستوى الدلالة (sig.) أكبر من (0,05) ولجميع الاختبارات مما يؤكد تكافؤ مجموعتي البحث، وكما هو مبين في الجدول (6)

### الجدول (6)

يبين تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المبحوثة

ت	الاختبارات	قيمة F	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
1	القوة الانفجارية للذراعين	0,005	0,945	0,37	0,717	عشوائي
2	السرعة الانتقالية	0,118	0,763	0,398	0,697	عشوائي
3	القوة الانفجارية للرجلين	0,419	0,59	0,223	0,827	عشوائي
4	مطاوله القوة لعضلات البطن	0,002	0,96	0,003	0,99	عشوائي
5	المرونة	1,929	0,187	1,213	0,245	عشوائي
6	الرشاقة	0,137	0,717	0,301	0,786	عشوائي
7	القدرة اللاوكسجينية (كغم.سم/ثانية)	0,78	0,38	0,68	0,5	عشوائي
8	القدرة اللاوكسجينية(هارفرد)(كغم.سم/ثانية)	0,65	0,43	0,64	0,52	عشوائي

### 3-7 التمارين اللاوكسجينية:

إذ قامت الباحثة بتنفيذ هذه التمرينات المتداخلة في الوحدة التدريبية على المجموعة التجريبية وذلك بتاريخ (2022/12/10) ولغاية (2023/2/11) وتم تخصيص (30-45) دقيقة من مجمل الوحدة التدريبية البالغة (120) دقيقة لإجراء التمارين المقترحة اللاوكسجينية في الوحدة التدريبية، وشمل تطبيق التمارين مدة (8) أسابيع بواقع ثلاثة وحدات تدريبية في الأسبوع، واعتمدت الباحثة على شدة وحجم هذه التمارين على حساب الوقت والنبض بعد الاتفاق مع الخبراء والمختصين .

## الجدول (7)

## يبين التمارين اللاوكسجينية

الراحة بين السيت	حجم التمرين		شدة القدرة اللاوكسجينية	اسم التمرين	التمارين المقترحة	عدد الوحدات التدريبية المستخدمة خلال الأسبوع	التسلسل
	سيت	تكرار					
3 دقيقة	2	3	%80	تمرين بدني 1 تمرين بدني 5	2	3	الأسبوع الأول
3 دقيقة	2	3	%80	تمرين بدني 2 تمرين بدني مهاري 5	2	3	الأسبوع الثاني
4 دقيقة	3	1	%85	تمرين بدني 3 تمرين بدني مهاري 6	2	3	الأسبوع الثالث
4 دقيقة	3	2	%80	تمرين بدني 4 تمرين بدني مهاري 6	2	3	الأسبوع الرابع
3 دقيقة	3	2	%90	تمرين بدني 1 تمرين بدني مهاري 7	2	3	الأسبوع الخامس
3 دقيقة	2	3	%90	تمرين بدني 2 تمرين بدني مهاري 7	2	3	الأسبوع السادس
4 دقيقة	3	2	%85	تمرين بدني 3 تمرين بدني مهاري 8	2	3	الأسبوع السابع
4 دقيقة	2	3	%85	تمرين بدني 4 تمرين بدني مهاري 8	2	3	الأسبوع الثامن

## 3-8 الاختبارات البعدية:

قامت الباحثة بتاريخ 13-14/2/2023 قامت بإجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث وأخذت الباحثة بعين الاعتبار الظروف المشابهة التي أجريت بها الاختبارات وفق الترتيب والإجراءات التي تمت فيها الاختبارات القبلية.

## 3-9 الوسائل الإحصائية:

- الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء، اختبار (t) للعينات الغير متناظرة، اختبار (t) للعينات المتناظرة.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-4 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة للاختبارات بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	المجموعة	قبلي		بعدي		(t) الجدولية	النتيجة
		ع	س	ع	س		
القدرة اللاوكسجينية(كغم.سم/ثانية)	تجريبية	1.67	24.48	1.24	26.96	0.001	معنوي
	ضابطة	1.3	25.2	1.16	25.8	0.000	معنوي
القدرة اللاوكسجينية(كغم.سم/ثانية)	تجريبية	1.28	35.13	2.55	39.55	0.000	معنوي
	ضابطة	1.14	34.6	1.06	35.21	0.000	معنوي
القوة الانفجارية للذراعين متر	تجريبية	0.163	6.55	0.074	6.898	0.000	معنوي
	ضابطة	0.160	6.520	0.100	6.677	0.000	معنوي
السرعة الانتقالية ثا	تجريبية	0.126	4.618	0.086	4.436	0.001	معنوي
	ضابطة	0.111	4.642	0.101	4.596	0.000	معنوي
القوة الانفجارية للرجلين متر	تجريبية	4.862	186.7	5.18	207.3	0.000	معنوي
	ضابطة	6.266	186.12	5.289	194.62	0.002	معنوي
مطاولة القوة لعضلات البطن تكرر	تجريبية	7.24	24.33	7.12	32.17	0.000	معنوي
	ضابطة	8.65	25.90	6.37	27.84	0.002	معنوي
المرونة سم	تجريبية	0.834	7.125	0.834	10.125	0.000	معنوي
	ضابطة	1.195	6.500	0.707	7.750	0.000	معنوي
الرشاقة ثا	تجريبية	0.082	13.128	0.149	12.645	0.002	معنوي
	ضابطة	0.099	13.142	0.315	12.892	0.001	معنوي

يبين الجدول (6) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة ولكل المتغيرات ومن خلال قيم (t) المحسوبة للمتغيرات وهي اكبر من قيم مستوى دلالة (0.05) عليه هنالك افضلية للاختبار البعدى. اما قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية ولكل المتغيرات ومن خلال قيم (t) المحسوبة للمتغيرات وهي اكبر من قيم مستوى دلالة (0.05) عليه هنالك افضلية للاختبار البعدى.

## 3-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

## الجدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة للاختبارات بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية

النتيجة	مستوى الدلالة	(t) المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الاختبار
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	4.09	1.24	26.96	1.16	25.8	القدرة اللاوكسجينية (كغم.سم/ثانية)
معنوي	0.000	5.26	2.55	39.55	1.06	35.21	القدرة اللاوكسجينية (هارفرد)(كغم.سم/ثانية)
معنوي	0.000	5.00	0.074	6.898	0.100	6.677	القوة الانفجارية للذراعين متر
معنوي	0.004	3.392	0.086	4.436	0.101	4.596	السرعة الانتقالية ثا
معنوي	0.000	4.871	5.18	207.3	5.289	194.62	القوة الانفجارية للرجلين سم
معنوي	0.000	9.91	7.12	32.17	6.37	27.84	مطاولة القوة لعضلات البطن تكرر
معنوي	0.000	6.141	0.834	10.125	0.707	7.750	المرونة سم
معنوي	0.000	4.577	0,149	12.645	0.315	12.892	الرشاقة ثا

يبين الجدول (7) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولكل المتغيرات ومن خلال قيم (t) المحسوبة للمتغيرات وهي اكبر من قيم مستوى دلالة (0.05) عليه هناك افضلية للمجموعة التجريبية.

## 3-4 مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج من خلال الجداول السابقة بوجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اللياقة البدنية والقدرات الفسيولوجية جميعها، وهذا ما أعطى للعمل أن يكون بشكل علمي مدروس وعلى وفق الإمكانيات الفردية والفسيولوجية التي تحقق التكيف الوظيفي للارتقاء بالمستوى البدني والصحي للاعب ولتحقيق متطلبات الإعداد الفسيولوجي للاعب كرة السلة، (Kadhim et al., 2024) وينبغي أن يكون الإعداد باتجاه تدريب القدرات الفسيولوجية، إذ يشير (Al-Basati, 2001) إلى أنه " عند تدريب القدرات الفسيولوجية يجب تحديد اتجاه التدريب كماً وكيفاً وأسلوباً وفقاً للنظام الأساس للامتداد بالطاقة " ولكون لعبة كرة السلة تتطلب مواقف متغيرة في إثراء المباريات مما تعطي خاصية في تنوع نظم الطاقة بالجسم ما بين النظام الهوائي والنظام اللاوكسجينية، إذ يشير (H. A. Muhammad & Abu Al-Ela, 2000) إلى أنه " يعتمد التمثيل الحيوي للطاقة بكرة السلة على التنوع المستمر في نظم إنتاجها التي هي مزيج من الطاقة اللاوكسجينية واللاوكسجينية " أن الطاقة المستخدمة من لاعبي كرة السلة هي مزيج بين الطاقة

اللاوكسجينية والطاقة اللاوكسجينية بنسبة (70%) طاقة لاوكسجينية و(30%) طاقة اوكسجينية " وتعزو الباحثة ذلك إلى تقنين التمارين المعدة وفق أنظمة الطاقة اللاوكسجينية بما يتلاءم مع الحالة الوظيفية التي خضعت إليها المجموعة التجريبية وساعد على تطوير هذه القدرات الفسيولوجية، (Rasoul et al., 2024) إلى أن نجاح المنهج التدريبي يكمن في تقنين حمل التدريب الذي يتلاءم مع الحالة الفسيولوجية للجسم (H. A. Muhammad & Abu Al-Ela, 2000). كما ان تدريب العينة وفق تمارين مبنية على أنظمة الطاقة أعدها الباحثة ضمن مناهج تدريبي لعينة البحث وهي تمارين لاوكسجينية وهذا ما ساعد على تطوير مستوى اللياقة البدنية لعينة البحث للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة كذلك ويعود السبب ذلك إلى أن الهدف التدريبي في تطوير اللياقة البدنية التي يتصف أداؤها بشدة عالية ومدة زمنية اقل كمتطلبات تدريب القدرات اللاوكسجينية التي تميزت بها التمارين اللاوكسجينية المعدة لعينة البحث وهذا ما تسبب في تقارب نتائج تلك اللياقة البدنية.(Abdulrasool et al., 2024) وعلى هذا الأساس يعد مفهوم القدرة اللاوكسجينية من المفاهيم الأكثر دقة لوصف اللياقة البدنية والتي تتضمن صفتي السرعة والقوة ذات الطبيعة الفسيولوجية المتشابهة (Shatnawi et al., 2022)

## 5 - الاستنتاجات والتوصيات

### 5 - 1 الاستنتاجات:

- 1- إن التدريب المنظم من خلال تقنين التمارين وفق أنظمة الطاقة يسهم في تطوير الحالة القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين بكرة السلة.
- 2- ان اعتماد تطبيق التمرينات اللاوكسجينية المعدة لعينة البحث، والتي تم تقنينها وفق أنظمة الطاقة ساعدت على تطوير القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين بكرة السلة.
- 3- إن المدة الزمنية في تطبيق التمارين اللاوكسجينية المعدة من الباحثة هي (8) أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريبية كافية في إظهار تطور القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين بكرة السلة.
- 4- إن النتائج التي ظهرت في عينة البحث الضابطة أسهمت في تطور القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين بكرة السلة.

### 5- 2 التوصيات:

1. ضرورة تقنين الأحمال التدريبية وفق أنظمة الطاقة، لأهميتها في تطوير القدرات الفسيولوجية واللياقة البدنية لدى اللاعبين الناشئين بكرة السلة.
2. استخدام التمارين اللاوكسجينية المعدة ضمن الوحدات التدريبية للاعبين الناشئين بكرة السلة.
3. الاعتماد على الاختبارات الفسيولوجية التي يمكن من خلالها تقييم القدرات اللاوكسجينية لدى اللاعبين ليصبح معياراً يمكن الكشف عن حقيقة مستوى اللاعبين.
4. ضرورة اطلاع المدربين على أهمية التمارين اللاوكسجينية ضمن وحداتهم التدريبية لما تحمله خاصية وطبيعة أداء لعبة كرة السلة من قدرات اوكسجينية ولاوكسجينية.
5. توجيه الاهتمام إلى إجراء بحوث مماثلة مستقبلية تكشف عن تداخل التمارين اللاوكسجينية ضمن فئات عمرية أخرى ومدى ملائمة المدد الزمنية لتدريبها.

**الشكر والتقدير**

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبو الناشئين في نادي الكفل الرياضي للموسم 2022-2023م

**تضارب المصالح**

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

زهاد فوزي ناجي <https://Orcid.org/0009-0001-4362-0061>

## References

- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Abu Al-Ala, A. A. F., & Muhammad, S. H. (1997). *Physiology and morphology of the athlete and methods of measurement and evaluation: Vol. 1st edition* (Dar Al-Fikr Al-Arabi, Ed.). <https://www.sport.ta4a.us/books/1910-sports-physiology-morphology.html>
- Al-Basati, A. a. (2001). *Physical – functional training in football – planning – training – measurement*. (p. 49). New University Publishing House.
- Al-Din Ahmed, D., Rahim Nouri Harbi, A., Jaber Musharraf, A., & Firas Abdullah Al-Rawe, M. (n.d.). Mental Motivation and its Relationship to the Students' Performance of Gradable Scoring Skill in Basketball. In *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE)* (Vol. 14).
- Bahi, M., & Imran, P. (2007). *Tests and standards in physical education* (1st edition, p. 91). Anglo-Egyptian Library.
- Dhurgham, A. N. (2017). A Comparative Analytical Study of Some Biomechanical Variables for the Skill of Remote Shot Via Jumping of Basketball and Handball Youth Players. *Marathon*, 9(2), 127–136.
- Fahmy, N., & Alian, H. A. (2005). *Principles of measurement and evaluation in education* (3rd edition, p. 145). Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution.
- Farhat, L. E.–S. (2001). *Measurement and testing in physical education*. Cairo: Book Center for Publishing.
- Hamid, N. S., Mushref, A. J., AHMED, D. M. A., & Abdullah, F. (2024). The effect of the active discussion strategy on psychological stability and the development of some offensive skills in basketball for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Komi, P. V., & Komi, P. V. (2003). *Strength and power in sport*.

- Muhammad, H. A., & Abu Al-Ela, A. A. F. (2000). *Physiology of Sports Training* (p. 13). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Muhammad, N. al-D. R. (2006). *Introduction to Measurement in Sports and Physical Education* (1st edition, p. 49). Al-Kitab Publishing Center.
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, *33*(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, *19*(2), 160–176. DOI: <https://doi.org/10.31185/wjoss.464>
- Sabet, S. H., & Ali, M. M. (2012). Effect of exercise on the level of learning some skills of basketball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, *32*.
- Shatnawi, M. M., Al-Saeedin, M. S., & Al-Hasanat, O. A. (2022). The Impact of a Training Program on Some Anthropometric and Physiological Variables among the Players of Basketball Team at Mu'tah University. *Open Access Repository*, *8*(05), 35–42.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of endurance exercises on some physical and skill abilities and functional indicators of the heart muscle for young football players

qamar laftat safi <sup>1</sup>✉  Naseer Touma Malik<sup>2</sup> ✉  Aqeel Hassan Falih <sup>3</sup> ✉ 

General Directorate of Basra Education<sup>1,2</sup>

University of Basra – College of Education and Sports Sciences<sup>3</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 29/4/2024

Accepted 12/6/2024

Available online 15,July,2024

#### Keywords:

endurance exercises, physical abilities,  
functional aspects, football



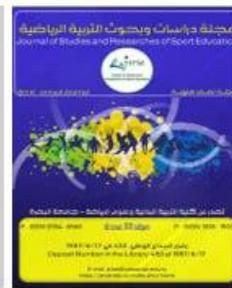
### Abstract

The research aimed to: identify the effect of endurance on some physical and skill abilities and functional indicators of the heart muscle. The method used was the experimental method with two equal groups because it suits the nature of the research problem. The research sample is Al-Bahri Club youth players for the 2023–2024 season, and the researchers concluded that it is special endurance exercises. It leads to functional adaptations better and faster than other exercises because it is similar to the movements that occur in matches. The researchers recommended adopting the training curriculum prepared by the researchers in developing special endurance in football.



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## تأثير تمارين التحمل الخاص ببعض القدرات البدنية والمهارية والمؤشرات الوظيفية لعضلة القلب للاعبين كرة القدم الشباب

قمر لفتة صافي<sup>1</sup>   نصير طعمة مالك<sup>2</sup>   عقيل حسن فالح<sup>3</sup>  

المديرية العامة لتربية البصرة<sup>1,2</sup>

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة<sup>3</sup>

### المخلص

هدف البحث الى : التعرف على تأثير التحمل الخاص ببعض القدرات البدنية والمهارية والمؤشرات الوظيفية لعضلة القلب وكان المنهج المستعمل هو المنهج التجريبي ذات المجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة مشكلة البحث اذا ان عينة البحث هم لاعبو شباب نادي البحري للموسم 2023-2024 , واستنتج الباحثون بانه تمارين التحمل الخاص تؤدي الى احداث تكيفات وظيفية بشكل افضل واسرع من بقية التدريبات كونها مشابهة لما يحدث من تحركات في المباريات وأوصى الباحثون اعتماد المنهج التدريبي المعد من قبل الباحثون في تطوير التحمل الخاص في كرة القدم.

### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/4/29

القبول : 2024/6/12

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024,

### الكلمات المفتاحية :

تمارين التحمل ، القدرات البدنية ، النواحي الوظيفية , كرة القدم

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة واهمية البحث

ان جميع المجتمعات ترتقي بحركة البحث العلمي التي توظف مختلف العلوم لتحقيق اهدافها ولذا ان التقدم في المستويات لجميع الالعاب الرياضية هو نتيجة ما نلمسه من تنافس كبير بين الباحثين من اجل الحصول على افضل نتائج في المنافسات الرياضية والتي منها لعبة كرة القدم التي تحظى باهتمام بالغ من الباحثين بإيجاد افضل الوسائل والاساليب لتطوير اللعبة فنيا وخطيا. (Khazal et al., 2024)

تعد لعبة كرة القدم من الالعاب الرياضية ذات الجهد البدني العالي على اللاعبين مما يعكس ذلك على الاداء الفني والخطي لهم اثناء المباراة ونظرا لتطور اللعب خططيا بسرعة التحرك والتنقل داخل الملعب لتنفيذ ما مطلوب من اللاعب بصورة دقيقة وتحت الضغط المباشر من المنافس طيلة المباراة وهذا ما يشير له (Muhammad & Hassan, 2020) وهذا يكون ذات تغيرات وظيفية كبيرة في جسم اللاعبين نتيجة تلك المجهودات في المنافسة " ، ويؤكد (Abdel Hussein, 2015) حيث نشاهد الاهتمام الكبير في رفع مستوى اللاعبين بدنيا ومهاريا وخططيا وذهنيا ووظيفيا من قبل المدربين لكي يتم مواكبة الاحداث الفنية في المنافسة بين اللاعبين ، " مما حدى بالمدربين بالاهتمام بتطوير الجوانب البدنية والوظيفية للاعبين وخصوصا التحمل الخاص الصفة التي تعد من الركائز الهامة لرفع الكفاءة البدنية والمهارية والوظيفية للاعبين لمواجهة التعب الحاصل اثناء المنافسة وهذا ما يشير له (Ali & Aqeel, 2021) لما لتحمل الخاص اهمية بان يؤدي اللاعب بنفس المستوى من بداية المباراة الى نهايتها " وهذا يبين لنا دورها الكبير في مواجهة التعب وامتداد العضلات العاملة بالطاقة اللازمة بتوفير الاوكسجين عم طريق عضلة القلب التي تعد من اهم العضلات بالجسم وما يحصل لها متغيرات وظيفية بسبب التدريب (Alsaeed et al., 2023) وان عدم اكتسابها التكيف الخاص بها يؤدي الى تسبب خلل وظيفي وبالتالي ضعف بالأداء المهاري والخططي او فقدان الكرة مما يعني استغلال المنافس للموقف وخصوصا بان اللعب اصبح ذات طابع سريع ومفاجئ من قبل المنافس الامر الذي يعني امتلاك قدرات لاوكسجينية عالية ( تحمل خاص) لكل اللاعبين ومن هنا تجلت اهمية البحث في دراسة مدى تأثير تمارين التحمل الخاص على بعض القدرات البدنية الخاصة (Othman et al., 2023) والمهارات الاساسية وبعض المتغيرات الوظيفية لعضلة القلب عند لاعبي كرة القدم وما لهذه التمارين دور في صقل الاداء البدني والمهاري والوظيفي. (BadrKhalaf et al., 2021) (Rasoul, 2024)

### 1-2 مشكلة البحث

تتمثل مشكلة البحث بعدم الاهتمام من قبل بعض المدربين بان لتحمل الخاص اهمية كبيرة في تطور مستوى اللاعبين بدنيا ومهاريا ووظيفيا كونها من الصفات الخاصة والمؤثرة على بعض القدرات البدنية والاداء المهاري والوظيفي للاعبين الذي يكون واضحا اثناء الثلث الاخير من المباراة وعند الضغط العالي للمباراة وهذا ما تم ملاحظته ميدانيا عندما نشاهد ضعف الاداء البدني ببعض الاوقات من المباراة الذي قد يكون بسبب ضعف النواحي الوظيفية نتيجة عدم الاهتمام بتمارين التحمل الخاص للاعبين ومن هنا جاءت مشكلة البحث لوضع الحلول لها وجعلها تحت ايدي العاملين بكرة القدم.

### 1-3 اهداف البحث

1- اعداد تمارين التحمل الخاص للاعبين كرة القدم الشباب.

2- التعرف على تأثير التحمل الخاص ببعض القدرات البدنية والمهارية والمؤشرات الوظيفية لعضلة القلب.

2- التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة للقدرات البدنية والمهارية والمؤشرات الوظيفية لعضلة القلب وللمجموعتين التجريبية والضابطة.

3- التعرف على الفروق بين الاختبارات البعديّة للقدرات البدنية والمهارية والمؤشرات الوظيفية لعضلة القلب بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

#### 1-4 فروض البحث

1- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة بالقدرات البدنية والمهارية والنواحي الوظيفية لعضلة القلب ولصالح الاختبار البعدي.

2- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار البعدي بالقدرات البدنية والمهارية والنواحي الوظيفية لعضلة القلب بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

#### 1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري / لاعبو شباب نادي البحري للموسم 2023-2024.

1-5-2 المجال المكاني / ملعب نادي البحري

1-5-3 المجال الزمني/ للفترة من 2023/11/1 لغاية 2024/2 /15

#### 2-1 منهج البحث

تم استعمال المنهج التجريبي ذات المجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة مشكلة البحث .

#### 2-2 عينة البحث

تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية على لاعبي شباب نادي البحري بكرة القدم والبالغ عددهم (24) لاعبا من اصل (30) لاعبا بعد ان تم استبعاد حراس المرمى وافراد التجربة الاستطلاعية ,حيث بلغت النسبة المئوية لأفراد العينة (66%) من مجتمع الاصل وتم تقسيم العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة وكل مجموعة (12) لاعبا وتم اجراء التجانس بين المجموعتين كما في جدول (1)

### جدول (1)

يبين تجانس افراد العينة

معامل الالتواء	الضابطة			التجريبية			المتغيرات
	خ %	ع	س	خ%	ع	س	
0.56	4.3%	0.81	18.5	4.1%	0.77	18.6	العمر
0.76	18.2%	0.53	2.9	15.5%	0.42	2.7	العمر التدريبي
0.66	1.7%	2.8	165.2	1.5%	2.66	168.3	الطول
0.82	4.5%	2.9	63.6	4.1%	2.7	64.3	الوزن

قيمة (ت) الجدولية (1.89) عند درجة حرية(22) ومستوى دلالة (0.05)

اظهرت النتائج معامل الالتواء بان جميع القيم ضمن التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات الخاصة بالقياسات الانثروبومترية والتي حصلت بين (+1) (-3) مما يدل على انها داخل المنحنى الطبيعي .

جدول (2)

يبين تكافؤ أفراد العينة

المتغيرات	قبل	المنهاج	بعد	المنهاج	ت المحسوبة	Sig	الدلالة
العمر	18.6	0.77	18.5	0.81	1.3	1.345	غير معنوي
العمر التدريبي	2.7	0.42	2.9	0.53	0.98	0.789	غير معنوي
الطول	168.3	2.66	165.2	2.8	1.7	0.141	غير معنوي
الوزن	64.3	2.7	63.6	2.9	1.06	0.502	غير معنوي
تحمل الخاص / ثا	33.4	1.86	33.8	1.66	0.94	0.567	غير معنوي
القوة المميزة بالسرعة / ثا	7.2	0.5	7.3	0.53	1.5	0.761	غير معنوي
الرشاقة / ثا	6.33	0.25	6.87	0.21	1.7	0.141	غير معنوي
سرعة الاستجابة / ثا	2.61	0.28	2.68	0.26	1.06	0.502	غير معنوي

2-3 وسائل جمع المعلومات ادوات البحث

• المصادر والمراجع، المقابلات الشخصية (ملحق 1، فريق عمل مساعد ملحق 2) ، الاختبارات المستخدم

كرات قدم عدد (12)، شواخص بلاستيكية عدد (10)، شريط قياس

، حواجز عدد (12)، بورك، ساعة توقيت، جهاز النبض والضغط الالكتروني وجهاز الايكو

2-4 اجراءات البحث الميدانية

2-4-1 اختبارات القدرات البدنية المستخدمة

اولا/ اختبار تحمل الخاص اللاهوائي للاعب كرة القدم" (Aguiar et al., 2012a)

ثانيا / اختبار القوة المميزة بالسرعة

اختبار الحجل على ساق واحدة لمسافة 30م (Al-Hiti, 2013)

ثالثا / اختبار الرشاقة

اختبار الجري الزجاجي بين القوائم

رابعا / اختبار سرعة الاستجابة

اختبار نيلسون للاستجابة الحركية (Al-Hiti, 2013)

2-4-2 الاختبارات المهارية المستعملة

اولا/ اختبار المناولة نحو دوائر مرسومة على الارض (Al-Khashab, 1999)

ثانيا / اختبار الدرجة المتعرجة من بين القوائم (Al-Hiti, 2013)

ثالثا / اختبار سرعة المراوغة مع التحكم بالكرة بين عشرة قوائم

رابعا / اختبار الاخمد من مسافة 6م في مربع (ايقاف حركة الكرة).

## 2-4-3 القياسات الوظيفية المستخدمة

1- قياس النبض والضغط الدموي ويتم بواسطة جهاز قياس النبض والضغط الالكتروني لاستخراج النبض وضغط النبض من المعادلة الآتية  $PP = SBP - DBP$

2- شغل القلب (CW) (Cardiac Work) ومن تطبيق المعادلة الآتية  $CW = SV * MABP$

3- حجم الضربة (SV) (Stroke Volume) من تطبيق المعادلة الآتية  $SV = LVDV - LVSV$

4- الناتج القلبي (الخارج القلبي) (CO) (Cardiac Output) من تطبيق المعادلة الآتية  $CO = SV * HR$

علما بان جميع القياسات تم بواسطة جهاز الايكو.

## 2-5 التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 5/11/2023 في ملعب نادي البحري الرياضي وعلى أربعة لاعبين وقد تم استبعادهم من العينة الرئيسية وكان الهدف من التجربة التعرف على طبيعة الاجهزة المستخدمة وكذلك التمرينات المستخدمة ومدى ملائمتها لأفراد العينة.

## 2-6 التجربة الرئيسية

### 3-6-1 الاختبارات القبليّة

تم اجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ 10/11/2023 ولغاية 14/11/2023 وذلك قبل البدء بتطبيق المنهج التدريبي وكانت الاختبارات كما يلي:

اليوم الاول / قياس النواحي الوظيفية لعضلة القلب للمجموعة التجريبية

اليوم الثاني / اختبار المجموعة التجريبية لاختبار القدرات البدنية والمهارات الاساسية

اليوم الثالث / قياس النواحي الوظيفية لعضلة القلب للمجموعة التجريبية

اليوم الرابع / اختبار المجموعة الضابطة لاختبار القدرات البدنية والمهارات الاساسية

### 3-6-2 المنهج التجريبي

قام الباحثون بأعداد وتخطيط للمنهج التدريبي للحكام كرة القدم حيث تم تنفيذ المنهج بمدة شهرين من تاريخ 20/11/2023 ولغاية 20/1/2024 وبواقع (3) وحدات تدريبية في الاسبوع لأيام وتم اعتماد التدرج بالشدد المستخدمة بدءاً من 60% الى 80% وتم استخدام التشكيل (1:2) بين الوحدات التدريبية .

### 3-6-3 الاختبارات البعدية

تم إجراء الاختبارات البعدية بتاريخ 21/13/2024 ولغاية 25/1/2024 وبنفس الإجراءات والترتيبات في الاختبارات القبليّة .

## 3-7 الوسائل الإحصائية

تم استخدام الحقيبة الإحصائية SPSS اصدار 20 للحصول على النتائج

3-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين

جدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) المحسوبة بالاختبارات البدنية للمجموعة التجريبية

الدلالة	Sig	ت المحسوبة	المنهاج		المنهاج		المتغيرات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	3.7	0.88	29.88	1.86	33.4	تحمل الخاص / ثا
معنوي	0.000	2,47	0,98	5.44	0.5	7.2	القوة المميزة بالسرعة /ثا
معنوي	0.003	4,1	0,28	6.02	0,25	6.33	الرشاقة /ثا
معنوي	0.001	3,08	0,19	2.12	0,28	2,61	سرعة الاستجابة /ثا

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) المحسوبة بالاختبارات البدنية للمجموعة الضابطة

الدلالة	Sig	ت المحسوبة	المنهاج		المنهاج		المتغيرات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	2.3	0.42	30.01	1.66	33.8	تحمل الخاص / ثا
معنوي	0.002	2,2	0,38	6,76	0,53	7.3	القوة المميزة بالسرعة /ثا
معنوي	0.141	1.7	0,26	6.5	0,21	6.87	الرشاقة /ثا
غير معنوي	0.502	1.06	0,22	2.51	0,26	2,68	سرعة الاستجابة /ثا

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

من خلال جدل (3-4) نجد ان قيم(ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية اكبر من الجدولية البالغة (1.8) وكذلك للمجموعة الضابطة بالتحمل الخاص والقوة المميزة بالسرعة ونبين هذه المعنوية الحاصلة الى ان التدريب الهادف والمخصص وفق اسس علمية كان له التأثير المباشر بتطوير القدرات البدنية الخاصة للاعبين كرة القدم وكذلك الانتظام والاستمرار بالتدريبات ساعد بالارتقاء بها وهذا ما يعضده علي محمد وعقيل حسن " ان حركة الحمل التدريب المنسجمة مع قابلية اللاعبين من خلال التبادل بين الحمل والراحة التي لها الدور الاساسي في تطوير وتقدم الاداء البدني لهم (Ali & Aqeel, 2021)

جدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) المحسوبة بالاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية

الدلالة	Sig	ت المحسوبة	المنهاج		المنهاج		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.000	18.3	1.77	20	1.33	13.4	درجة	المناوله
معنوي	0.003	13.9	0.468	4.61	0.51	2.42	درجة	الاحماد
معنوي	0.000	12.8	0.49	11.7	0.55	14.3	زمن	الدرجة
معنوي	0.000	12.5	0.581	18.1	0.74	20.5	زمن	المراوغة

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

جدول (6)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بالاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة

الدالة	Sig	ت المحسوبة	بعد المنهاج		قبل المنهاج		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.000	11.4	0.82	18.3	1.05	12.16	درجة	المناوله
معنوي	0.000	8.9	0.221	3.01	0.33	2.15	درجة	الاخماد
معنوي	0.000	6.7	0.59	12.8	0.68	14.22	زمن	الدرجة
معنوي	0.006	5.6	1.9	19.91	0.68	20.2	زمن	المراوغة

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

من خلال جدول (4-5) نجد ان قيم (ت) المحسوبة للمجموعتين اكبر من الجدولية البالغة (1.8) مما يفسر معنوية المهارات الاساسية ونشير الى ان التمارين المستخدمة بالمنهاج التدريبي المعد بالتحمل الخاص وما يحتويه من تمارين مهارية مع صفة التحمل الخاص يؤدي الى الارتقاء بالأداء المهاري وبكل دقة وهي مشابهة لما يحدث او قريب منها في المباراة وهذا ما يتفق مع علي محمد وعقيل حسن ان التدريبات المستخدمة ذات طابع تخصصي التي تنفذ بشكل صحيح تؤدي الى التطوير بالاداء عند اللاعبين ويعضد ذلك (Buck) يجب ان تتطور استراتيجية التدريب لزيادة نسبة النجاح في اداء المهارات بالقدرات البدنية ويرتكز ذلك اساسا على استخدام تمارين مشابهة لحالة اللعب" (McKernan, 2007)

جدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للنواحي الوظيفية لعضلة القلب للمجموعة التجريبية

النتيجة	Sig	ت المحسوبة	بعد المنهاج		قبل المنهاج		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.102	5,07	1,77	54.6	2,3	58.6	ض/د	H.R
معنوي	0.054	2,49	1.9	43,08	0.73	46,64	ملم/ز	P.P
معنوي	0.008	3,53	0,61	5.08	0,53	4.14	سم3	S.V
معنوي	0.000	80,13	8,12	9054,8	10,23	8706,2	مليتر.ملم. ز	C.W
معنوي	0.000	2,05	0,92	12.2	1,59	13.1	ملم.ز.	CIRC
معنوي	0.000	5,8	22,04	5311,6	34,8	5231,5	لتر	C.O

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

## جدول (8)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للنواحي الوظيفية لعضلة القلب للمجموعة التجريبية

النتيجة	Sig	ت المحسوبة	بعد المنهاج		قبل المنهاج		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.008	6,96	0,98	56,06	2,8	59,3	ض/د	H.R
معنوي	0.002	4,9	1,04	44,3	0,62	47,43	ملم/ز	P.P
معنوي	0.000	3,38	0,22	4,66	0,26	4,22	سم3	S.V
معنوي	0.098	131,1	5,2	8987,6	8,9	8581,7	مليتر.ملم. ز	C.W
معنوي	0.000	2,17	0,54	12,83	1,09	13,7	ملم.ز	CIRC
معنوي	0.043	5,55	19,32	5288,1	29,3	5223,7	لتر	C.O

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

من خلال جدول (6-7) نجد ان قيم (ت) المحسوبة للمجموعتين اكبر من الجدولية البالغة (1.8) مما يفسر معنوية الفروق في النواحي الوظيفية لعضلة القلب وللمجموعتين ونفسر هذا الى طبيعة تمرينات التحمل الخاص وتحركات اللاعبين طيلة فترة المباراة بسبب مدة اللعب مما يحتم امتلاك اللاعبين قدرة تحمل عالية مع كفاءة وظيفية للقلب نتيجة تلك التحركات والتدريبات لتأمين الطاقة اللازمة لإدامة عمل العضلات ومجابهة المجهود البدني لأطول فترة ممكنة دون الشعور بالتعب وهذا ما يؤكد (Drust.Other) " إن لاعبي كرة القدم يقطعون مسافات كبيرة خلال المنافسة بسبب الربط الخططي لهذه المراكز وهذه المسافة المتزايدة تعزى بصورة كبيرة إلى كمية النشاط الواطي الشدة التي تؤثر على نشاط هوائي أكثر مما هو " (Drust et al., 1998) (Musharraf et al., 2022)

2-3 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية

## جدول (9)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) المحسوبة بالاختبارات

البدنية بين المجموعتين

الدالة	Sig	ت المحسوبة	الضابطة		التجريبية		المتغيرات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	3.2	0.42	30.01	1.77	20	تحمل الخاص / ثا
معنوي	0.004	2.1	0,38	6,76	0.468	4.61	القوة المميزة بالسرعة / ثا
معنوي	0.000	3.6	0,26	6.5	0.49	11.7	الرشاقة / ثا
معنوي	0.007	2.08	0,22	2.51	0.581	18.1	سرعة الاستجابة / ثا

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

من خلال جدول (9) نجد ان قيم (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية مما يعني وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة بالقدرات البدنية الخاصة ولصالح المجموعة التجريبية ونعزو هذه المعنوية الى دور تمرينات التحمل الخاص التي

تتسجم مع المتطلبات البدنية الأخرى من حيث مجابهة المجهود البدني للاعبين وما تتخلله تلك القدرات البدنية من اداءات تتطلب ان يكون لاعب على قدر عال من التحمل الخاص وهذا ما يؤكد كل من (C.Arthur and Robert) ان استخدام تدريبات تساعد المتدربين على وجود افكار متنوعة وحلول للمشكلات المصاحبة لها وقد تنجح هذه في الرقي بالأداء البدني والحركي " (Arthur, 2021) ويعضد ذلك ايضا (Macrdle) ان خصوصية التدريب تحدث تكيفات خاصة تتولد من تأثيرات خاصة لعملية التدريب البدني" (McArdle et al., 2010) (Mukhaif et al., 2023)

### جدول (10)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بالاختبارات

المهارية بين المجموعتين

المتغيرات	التجريبية		الضابطة		ت المحسوبة	Sig	الدلالة
	ع	س	ع	س			
المناوله	29.88	0.88	18.3	0.82	3.8	0.000	معنوي
الاخماد	5.44	0,98	3.01	0.221	1.7	0.231	غير معنوي
الدرجة	6.02	0,28	12.8	0.59	3.12	0.000	معنوي
المراوغة	2.12	0,19	19.91	1.9	2.74	0.000	معنوي

معنوي عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05)

من جدول (9) نجد ان قيم (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية بالمهارات الاساسية ولصالح المجموعة التجريبية ونعزو ذلك بان المنهاج التدريبي المعد وما يحتويه من تمارين متنوعة وباوقات زمنية منسجمة مع الاداءات المهارية للاعبين وهذا ما يؤكد ( Aguiar2012) مع بان استخدام الشروط والقيود وفقا للهدف ن التدريب كتحديد عدد لمسات الكرة والتحرك ضمن شروط معينة والازمنة المخصصة بطور كثيرا من عقلية اللاعب وزيادة سرعة اتخاذ القرار المناسب في الاداء المهاري والخططي ويؤدي حالة من التطبيق الحرفي لتوجيهات المدرب " (Kassem, 1818) (Aguiar et al., 2012b)

### جدول (11)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للنواحي الوظيفية

لعضلة القلب بين المجموعتين

النتيجة	Sig	ت المحسوبة	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.007	6,96	0,98	56,06	1,77	54.6	ض/د	H.R
معنوي	0.000	4,9	1,04	44.3	1.9	43,08	ملم/ز	P.P
معنوي	0.021	3,38	0.22	4.66	0,61	5,08	سم3	S.V
معنوي	0.033	131,1	5.2	8987,6	8,12	9054,8	مليتر.ملم.ز	C.W
معنوي	0.002	2,17	0,54	12,83	0,92	12.2	ملم.ز	CIRC
معنوي	0.011	5,55	19,32	5288,1	22,04	5311,6	لتر	C.O

من خلال جدول (10) نجد ان قيم (ت) لمحسوبة اكبر من الجدولة البالغة (1،73) مما يدل على وجود فروق معنوية في النواحي الوظيفية لعضلة القلب ولصالح المجموعة التجريبية ونعزو هذه المعنوية الى دور التدريب الخاص بتمارين التحمل الخاص للاعبين ذات التغير بالجري من سريع وبطيء التي تتماشى مع ظروف التحركات في الملعب وكذلك ربطها بالأداء المهاري لفترات زمنية متفاوتة مما ساهم بشكل كبير في الارتقاء بعضلة القلب لتحملها اعباء هذه المجهودات البدنية الخاصة مما ادى الى احداث تكيفات وظيفية مناسبة للاعبين بفضل تمارين التحمل الخاص لهم افضل من المجموعة الضابطة فضلا عن نظام الراحة عند استخدام هذه التمارين وهذا ما يؤكد (Moneim & Ghani, 1999) (ZGHAIR & MUSLM, 2023) تعطى اهمية لتطبيق الحمل المستخدم بحيث يتناسب مع مستوى اللاعب والهدف من التدريب واختيار الراحة المناسبة وفي حالة اذا كان التدريب يهدف الى تطوير وتحسين التحمل العام والخاص فيراعي استخدام الراحة الغير كاملة" ويعضد ذلك ايضا إن ممارسة التمارين الحركية والنشاط التخصصي تزيد من كمية الدم المدفوع والنتاج القلبي في الضربة الواحدة من خلال التغيرات الفسيولوجية المرتبطة بزيادة الناتج القلبي لعضلة القلب" (Eeles et al., 2009) (Khazaal et al., 2023)

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 1-4 الاستنتاجات

- 1- تعد تمارين التحمل الخاص من التمارين الهامة للاعبين كرة القدم لتطويره بدنيا ومهاريا .
- 2- توصلت الدراسة بانه تمارين التحمل الخاص تؤدي الى احداث تكيفات وظيفية بشكل أفضل وأسرع من بقية التدريبات كونها مشابهة لما يحدث من تحركات في المباريات.
- 3- توصل الباحثون بان تمارين التحمل الخاص تساعد على الاقتصادية في بالأداء الوظيفي وخصوصا عضلة القلب.

##### 2-4 التوصيات

- 1- اعتماد المنهج التدريبي المعد من قبل الباحثون في تطوير التحمل الخاص في كرة القدم
- 2- الاستفادة بالقياسات التي تم التوصل اليها في بناء المناهج التدريبية للاعبين.
- 3- يجب اقامة دراسة اخرى وفق اساليب تدريبية متنوعة على متغيرات اخرى.

#### شكر وتقدير

يتقدم الباحثون بجزيل الشكر والعرفان لأفراد العينة المتمثلة بلاعبين شباب نادي البحري بكرة القدم وللهيئة الادارية للنادي لما قدموه من مساندة وعون لإتمام الدراسة مع تسخير كل الامكانيات المادية والبشرية للنادي فلهم جزيل الشكر ولعرفان.

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

قمر لفنة صافي [Qamarlafta2@gmail.com](mailto:Qamarlafta2@gmail.com)

## References

- Abdel Hussein, Z. S. (2015). *Training competitions in small spaces in football*. Al-Basair House and Library.
- Aguiar, M., Botelho, G., Lago, C., Maças, V., & Sampaio, J. (2012a). A review on the effects of soccer small-sided games. *Journal of Human Kinetics*, *33*(2012), 103–113.
- Aguiar, M., Botelho, G., Lago, C., Maças, V., & Sampaio, J. (2012b). A review on the effects of soccer small-sided games. *Journal of Human Kinetics*, *33*(2012), 103–113.
- Al-Hiti, M. S. (2013). *Learning and basic skills in football*. Dar Degla.
- Ali, M. J., & Aqeel, H. F. (2021). The effect of play center training on developing tactical performance and performance effectiveness for young soccer players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, *66*, 195–207. <https://www.iasj.net/iasj/article/213567>
- Al-Khashab, Z. (1999). *Football* (2nd edition). Dar Al-Kutub Printing.
- Alsaeed, R., Hassn, Y. , Alaboudi, W. , & Aldywan, L. (. (2023). Biomechanical analytical study of some obstacles affecting the development of football players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, *10*(23), 342–346.  
<https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3e.2967>
- Arthur, W. B. (2021). Foundations of complexity economics. *Nature Reviews Physics*, *3*(2), 136–145.
- BadrKhalaf, H. , Aldewan, L. H., & Abdul-Hussein, Th. S. (2021). The effect of McCarthy ’s model on developing the football scoring skill for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, *67*, 170–182. <https://www.iasj.net/iasj/article/213521>
- Drust, B., Reilly, T., & Rienzi, E. (1998). Analysis of work rate in soccer. *Sports Exercise and Injury*, *4*(4), 151–155.
- Eeles, R. A., Kote-Jarai, Z., Al Olama, A. A., Giles, G. G., Guy, M., Severi, G., Muir, K., Hopper, J. L., Henderson, B. E., & Haiman, C. A. (2009). Identification of seven new prostate cancer susceptibility loci through a genome-wide association study. *Nature Genetics*, *41*(10), 1116–1121.
- Kassem, D. (1818). Jawad.(2015). The relationship of the inertia torque of the kicked parts of the finer performance of the scoring skill of football for the halls. *Journal of Physical Education Studies and Research*, *43*, 401–412.
- Khazaal, H. N., Jasim Muslim, A., & Abbood, Z. K. (2023). The Effect of Skill Exercises in the Style of (Rondo) on the Development of Tactical Behavior and the Accuracy of Skillful Performance

- in Youth Football Journal of Studies and Researches of Sport Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023.  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.378>©Authors
- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self-scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1).
- McArdle, W. D., Katch, F. I., & Katch, V. L. (2010). *Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance*. Lippincott Williams & Wilkins.
- McKernan, J. (2007). *Curriculum and imagination: Process theory, pedagogy and action research*. Routledge.
- Moneim, H. A., & Ghani, M. A. (1999). *Memoirs on the Science of Sports Training*. Helwan University.
- Muhammad, A., & Hassan, A. (2020). The effect of playing center training in developing the specific physical performance and tactical knowledge of young football players. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 65.
- Mukhaif, D. R. Z. S. A. H., Jaber, L. A. A. G. H., & Nazzal, A. H. J. (2023). *THE IMPACT OF FINANCIAL MANAGEMENT AND EQUIPMENT PROVISION ON SPORTS PROJECTS FOR FOOTBALL CLUBS IN THE IRAQI PREMIER LEAGUE*.
- Musharraf, A. J., Harbi, A. R. N., Hammadi, J. N., & Fayhan, A. Q. S. A. (2022). A study comparing some motor abilities between soccer and handball players. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(3).
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Rasoul, T. H. A. (2024). Evaluating The Effectiveness Of Different Teaching Methods In Improving Skill Performance In Teaching Football. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2), 70–80. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.505>
- ZGHAIR, A. R., & MUSLM, A. J. (2023). The relationship between performance endurance and some functional and chemical indicators and attention acuity among competitive and non-competitive wrestlers. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2).



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of a rehabilitation curriculum for fencers with partial tears the lateral deltoid ligament and its effect on balance using the manufactured device

Batool Nasser Yissen<sup>1</sup> 

Salam jabber Abdullah<sup>2</sup> 



University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1,2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 19/4/2024

Accepted 22/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

rehabilitation approach,  
rehabilitation exercises, partial rupture  
of the lateral deltoid ligament,  
manufactured device

### Abstract

The aim of the research was to: – Prepare a rehabilitation approach for injury to the lateral ligaments of the ankle joint in players injured in fencing. The researchers used the experimental approach with a single group design to suit the nature of the problem to be solved, in addition to manufacturing a device consisting of several sensors to measure the degree of injury and the level of improvement achieved. The sample was The research included players with partial rupture of the lateral deltoid ligament. The most important results reached by the researchers were: that the rehabilitative exercises used by members of the research sample had a positive impact on the balance of the ankle joint. The most important recommendations were: – Adopting the manufactured device to measure the severity of the injury and the level of improvement. The result.



website



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير منهج تأهيلي للمبارزين المصابين بالتمزق الجزئي للرباط الدالي الوحشي وتأثيره على التوازن باستخدام الجهاز المصنع

سلام جابر عبدالله<sup>2</sup>  

بتول ناصر ياسين<sup>1</sup> 

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1,2</sup>

#### الملخص

هدف البحث الى: - اعداد منهج تأهيلي لإصابة الاربطة الوحشية لمفصل الكاحل لدى اللاعبين المصابين في لعبة المباراة واستعمل الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم مجموعة واحدة لملائمة لطبيعة المشكلة المراد حلها ، بالإضافة الى تصنيع جهاز مكون من عدة متحسسات لقياس درجة الاصابة ومستوى التحسن الحاصل ، وكانت العينة البحث هم اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي للرباط الدالي الوحشي وكانت اهم النتائج التي توصل اليها الباحثان هي : ان للتمارين التأهيلية المستخدمة من قبل افراد عينة البحث قد اثرت بشكل ايجابي في التوازن لمفصل الكاحل اما اهم التوصيات فكانت : - اعتماد الجهاز المصنع للقياس مدى شدة الاصابة ومستوى التحسن الحاصل.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/4/19

القبول : 2024/5/22

التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024,

#### الكلمات المفتاحية :

منهج تأهيلي ، تمارين تأهيلية ، التمزق الجزئي للرباط الدالي الوحشي ، الجهاز المصنع

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

التطور الحاصل في جميع العلوم سواء النظرية او التطبيقية وهو بذلك مرتبط علم بعلم اخر والتقدم التكنولوجي يكون الأرقى والاحدث من نوعه في تطور العلوم وخاصة الرياضة في ومساعدة في تحقيق الانجازات التي يريدها .

حيث ان الرياضة تمثل الركن الاساسي واليومي في حياة الكثير من الاشخاص وفي مختلف دول العالم اذ ان الفعاليات الرياضية احدى اهم اساليب التعبير عن الذات فضلا عن استطاعتها جذب للاهتمام والجاهيري لما تحتويه من اثارة ونتيجة لذلك تطوير الفعاليات الرياضية والاقبال عليها لملائمتها لحياة الناس فقد اصبحت الوسيلة والمنتفس لتفريغ الطاقات السلبية والاهتمام بالصحة . (Mousa et al., 2019)

احد المعوقات التي تمنع الاستمرارية في ممارسة الفعاليات المختلفة هي الاصابات الرياضية في مختلف انواعها وتكون سبب في تركهم للرياضة اذا تكررت الاصابة بشكل متكرر وايضا سبب في عدم تطور مستويات والانجازات في الفعاليات الرياضية (L. H. Aldewan, 2005) حيث ان ممارسة الفعاليات والتعرض للضغوط المختلفة على العضلات والمفاصل والاربطة وعدم القيام بالاحماء الجيد وبالصورة صحيحة وسوء استخدام الاجهزة والادوات في التدريب او سوء الارضيات مما يؤدي الى احتمالية لحدوث العديد من الأصابات المختلفة وفي مختلف اجزاء الجسم وحسب الفعاليات الممارسة سواء كانت جماعية او فردية . (Jawad Kadhim & Mousa, 2024)

ان رياضة المبارزة تعد من الفعاليات الفردية وتتمتع بخصوصية تختلف (Fatimah Abed Malih & Marib Jawad Kadhim, 2016) عن الكثير من الفعاليات الاخرى من حيث مهاراتها التي تمتاز برودود افعال سريعة ورشيقة وايضا الدقة في الاداء ولا ننسى انتقال المبارز على الملعب بصورة متكررة وسريعة لتجنب الهجمات والهجوم على المنافس وكل (L. H. Aldewan et al., 2016) هذا يسبب ضغط على الاقدام وبهذا يزيد احتمالية كبره في وقوع الأصابات في مفصل الكاحل ولكون هذا المفصل يقع على مسؤولية في حمل وزن الجسم ومن المفاصل المهمة في جسم الانسان وفي رياضة المبارزة بالذات لكون الحركة بشكل اساس تعتمد على مفصل الكاحل وبهذا يزيد احتمالية الاصابة وخاصة في الاربطة الوحشية للكاحل وتحدث نتيجة الحركات المفاجئة وزيادة الحمل الواقع على الاربطة . (Hamidi & Jassim, 2022)

حيث ان الكثير من الباحثين تناولوا هذه الاصابة وهناك الكثير من البرامج التأهيلية الخاصة بعلاج مفصل الكاحل ولكن قلة الاجهزة ووسائل الفحص لمثل هذا النوع من الاصابات وخاصة للاعبين المبارزة على الرغم اننا في ضل التطور التكنولوجي الحاصل في العالم وارتباطه بالهندسة والية صناعة العديد من الاجهزة (sarah et al., 2017) ومن هنا جاءت اهمية البحث في تصنيع جهاز سهل الاستخدام ويعتمد على قيم رقمية وتكون دالة منطقية لتفسير الاصابة ولقياس وزن الجسم المسلط على القدمين والتوازن والقوة الانفجارية.

### 1-2 مشكلة البحث:-

لعبة المبارزة من الفعاليات الفردية التي تمتلك خصوصية مختلفة عن باقي الفعاليات لمالها من مهارات هجومية ودفاعية تمتاز بالسرعة والدقة والرشاقة وبالإضافة الى كون بساط اللعب ذو مساحة محددة ولا يستطيع المبارز الخروج عن الحركة للأمام والخلف وان النظر الى ارضية الملعب مما يسبب احتمال وقوع اصابة مفصل الكاحل ولقلة الأجهزة المستخدمة في اختبارات التأهيل عل حد علم الباحثان وان وجدت فيجب ان تستخدم من قبل شخص مختص بالأجهزة وداخل على الأقل دورة وهذه من الأمور التي تعيق عمل الباحثين .

وبعد اطلاع الباحثان على العديد من الدراسات والبحوث السابقة في تأهيل اصابة مفصل الكاحل وكثرة البرامج الفعالة لمثل هذه الإصابة حيث تكمن مشكلة البحث في قلة الأجهزة وسائل القياس فأرثت الباحثان تصميم جهاز مبتكر وحديث ويعتمد في تصميمه على الأجهزة الالكترونية للتقييم من خلال ارقام حقيقية ذات دلالة منطقية .

### 1-3 اهداف البحث

- 1- اعداد منهج تأهيلي لإصابة الاربطة الوحشية لمفصل الكاحل لدى اللاعبين المصابين لعبة المباراة .
- 2- التعرف على تأثير المنهج التأهيلي لإصابة الاربطة الوحشية لمفصل الكاحل لدى اللاعبين المصابين لعبة المباراة .

### 1-4 فروض البحث

- 1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في تأهيل اصابة الأربطة الوحشية لمفصل الكاحل .

### 1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري :- اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي للرباط الدالي الوحشي .
- 1-5-2 المجال المكاني :- مختبر كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة \ جامعة البصرة
- 1-5-3 المجال الزمني :- 2024\1\8 ولغاية 2024 \3\30

### تعريف المصطلحات :-

1. التأهيل :- هو اعادة كل من الوظيفة والشكل الطبيعي للنسيج المصاب الى ما كان عليه قبل الإصابة ويكون ذلك باشتراك علوم عديدة في اعداد برنامج تأهيلي مدروس تستخدم فيه افضل الوسائل التأهيلية .(Obaid, 2013)
2. التمرينات التأهيلية :-<sup>2</sup> هي عبارة عن حركات معينة لحالات مختلفة غرضها تأهيلي وذلك من اجل استعادة وظائف الجسم الى حالتها الطبيعية , ويراعي في اعدادها الجوانب التشريحية والوظيفية والفلسجية التي تخص المصاب . (Obaid, 2013)
3. اصابة الرباط الدالي الوحشي :- وهو من اكثر الاربطة في مفصل الكاحل عرضة للأصابة ويتكون من ثلاث اربطة لربط الكعب الوحشي مع عظمي الكعب والعقب وهي :- (Muhammad, 2013)
  - الرباط العقبي الشظوي الأمامي الذي يسير من الكعب الوحشي الى السطح الوحشي العقبي
  - الرباط العقبي الشظوي الذي يسير من ذروة الكعب الوحشي نحو الاسفل والخلف الى السطح الوحشي العقبي
  - الرباط العقبي الشظوي الحلفي الذي يسير من الكعب الى الحديبة الخلفية للعقب .
4. الجهاز المصنع :- هو جهاز كهربائي الالكتروني مصنع على ايدي خبراء في مجال البرمجيات والهندسة وتم تصنيعه بناء على حاجة الاشخاص الذين يعملون في هذا المجال ومن الممكن ان تعتبر مؤشر لقياس درجة الإصابة ومستوى التحسن الحاصل .

### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :-

#### 3-1 منهج البحث:

أن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد اختيار المنهج الملائم لغرض الوصول الى الحلول المناسبة لذا استخدم الباحث المنهج التجريبي "الذي يعد افضل المناهج وأكثرها ملائمة لتحقيق اهداف البحث فضلا عن كونه أكثر الوسائل كفاية في الوصول الى معرفة موثوق فيها (Al-Kazemi, 2012) اختار الباحثان التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة ذات الاختيار القبلي والبعدي.

#### 3-2 مجتمع وعينة البحث :-

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية اي التي "تختار اختيار حرا على اساس انها تحقق اغراض الدراسة التي يقوم بها الباحث " (Obaidat, 1984) وشملت عينة البحث اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي للرباط الدالي الوحشي . اذ قام الباحثان قبل الشروع في تنفيذ الدراسة بأجراء مسح الميداني على الاندية ومستشفيات محافظة البصرة وتبين ان هناك اصابات متكررة تحدث لدى اللاعبين في مفصل الكاحل وقد وبذلك فقد بلغت العينة (6) مريضا وتراوحت اعمارهم (20-30) استبعدت (2) منهم لان احدهم رفض الاستمرار بالمنهاج والآخر تغيب عن المنهاج لفترة طويلة وبذلك اصبحت العينة (4) مصابين فقط.

( 85.66 % ) وهي النسبة المتمثلة من المجتمع الاصل .وقد تم الاتفاق مع المصابين بضرورة الالتزام بالمنهج التأهيلي ثم اختيار عينة البحث عن طريق تحديد مده الاصابة بشهرين للعلاج الطبيعي .

#### 3-3 جهاز المصمم :-



صوره الجهاز المصمم

#### - مراحل تصنيع الجهاز

جاءت فكرة الجهاز من خلال اطلاع الباحث والمقابلة والاستشارة مع السيد المشرف قد توصلوا الى قلة اجهزة القياس المستخدمة لهذا النوع من الاصابات وتوفر اجهزة تحتاج الى خبراء لتشغيل والعمل عليها وتحديث مستمر لعدم فقد جودتها .  
الجهاز المصمم :- وهو جهاز كهربائي الالكتروني مصنع على ايدي خبراء في مجال البرمجيات والهندسة وتم تصنيعه بناء على حاجة الاشخاص الذين يعملون في هذا المجال ومن الممكن ان يعتبر مؤشر لقياس درجة الأصابة من خلال تحديد درجة الضغط لرجل المصابة ومقارنتها مع الرجل السليمة

### - أهمية الجهاز وفائدته

ان الجهاز المصنع يستخدم لقياس الاصابة في حدود بحثنا هذا فأن الجهاز المصنع للبحث يستعمل في قياس شدة الاصابة ومستوى التحسن من خلال الارقام منطقية .

القياسات :-

- قياس توازن الجسم حيث يعد من المقاييس المهمة جدا في بحوث الاصابات ويدل التوازن للكاحل على مدى قوى الاربطة والعضلات العاملة في مفصل الكاحل .
- قياس القوة الانفجارية للقدم المصابة من خلال متحسسات قوة .

حيث تكمن فائدته في تحديد شدة الاصابة ومستوى التحسن الحاصل بعد البرنامج التأهيلي وذلك من خلال اختبارات معينة تقاس على الجهاز وبهذا يوفر الوقت والجهد للباحث والمصاب.

- مكونات الجهاز :- يتكون الجهاز المصنع من :-

### 1- الاطار المعدني :-

وهو اطار الجهاز وهيكله مصنوع من الحديد القوي سميك يتحمل الوزن العالي حيث يكون من الاسفل من منصة حديد ذو طول ( 140 cm ) وعرض ( 50 cm ) واطا اعمدة حديد ذو ارتفاع ( 105 cm ) لحمل الشاشة الامامية ذات قياس طول ( 28 cm ) وعرض ( 38 cm ) وذراعين للاستناد ويكون هيكله مرتكز على الارض بشكل ثابت ويحتوي على عجلتين من الاسفل لتسهيل نقل الجهاز قدر الامكان من مكان الى اخر .

### 2- منصة الحديد :- (قاعدة سفلية )

قطعة من الخشب مغلفة بجلد سميك للحماية تحتوي على متحسسات للوزن للجهتين اليمين واليسار وفوق المتحسس مباشرة قطعة من الخشب قوي وتغليف جلد للحماية اكثر للمتحسس من المؤشرات الخارجية وربط المتحسسات بشاشات امامية من خلال اسلاك توصيل لكل جهة شاشة خاصة بها تعرض قيمة الوزن للقدم المسلط عليها بوحدة (k g).

### 3- منصة خارجية :-

وهي منصة مفصولة عن الجهاز مربعة الشكل من الخشب ذو طول ( 30 cm ) وعرض ( 30 cm ) مفصولة عن الجهاز تحتوي على متحسس للقوة مثبت عليها ومغلق بقطعة من الجلد السميك للحماية وتربط اسلاك بفيشة خارجية لتوصيل بشاشة لتعرض عليها الارقام الناتجة من الاختبار .

### 4- الشاشة الامامية :-

وهي شاشة تكون من طول ( 30 ) وعرض ( 38 ) مثبتة على هيكل الحديدي امام المصاب وقدرته على مشاهدة الارقام الناتجة من الاختبارات :

- تحتوي على شاشتين صغيرة للجهتين يمين ويسار ال ذات طول طول ( 8 cm ) وعرض ( 4 cm ) لعرض الوزن لعرض الوزن عليها بوحدة ( k g )

- محولة ( 9 V cd )

### -إجراءات تصنيع الجهاز

- تم تصنيع الجهاز من الباحث والمختصين في مجال الهندسة والبرمجيات والإلكترونيات تم ربط المتحسس الوزن الذي يتحمل الوزن العالي بأسلاك موصلة في اشاشه امامية تظهر عليها قياسات الوزن بوحده ( k g ) وعند ثبات الجسم تظهر القراءة ثلاث

مرات بشكل متتالي وثباتها لفترة من الزمن وهذا و للجهتين اليمين واليسار وبذلك يتم قياس وزن الجسم المسلط على القدمين خلال فرق بين القدم المصابة والسليمة .

#### - مميزات الجهاز عن باقي الأجهزة :-

- 1- جهاز سهل الاستخدام
- 2- لا يحتاج الى خبرة للعمل عليه
- 3- قليل الكلفة
- 4- يمكن تصنيعة محلي
- 5- قابل للتطور
- 6- استعمال اقل عدد من المراقبين اثناء الاختبار
- 7- تخفيف من الجهد والوقت
- 8- يستقبل جميع القياسات الاقدام والاوزان وبهذا يخدم لتشخيص الاصابة لجميع الالعاب وليس فقط المباراة
- 9- عدم قيد المصاب في اسلاك توصيل وجهاز حاسوب حيث يتم ظهور القياسات على شاشة امام المصاب
- 10- الابتعاد عن الاختبارات التقليدية
- 11- امكانية التصحيح الانني للحركات المصاب وتوجيهه المباشر

#### - كفاية الجهاز المصمم

قام الباحثان بالاستعانة بأراء الخبراء والاختصاصيون في مجال (التأهيل و البايوميكانيك و الفلسفه والاختبارات ) بواسطة اطلاع على الجهاز المصمم وتم شرح كيفية العمل عليه وطريقة استعماله كوسيلة للاختبار وقد اجمع الاخصائيون على صلاحية الجهاز وملائمته للعمل وكفائتة التامة .

#### - اجراءات البحث الميدانية :-

#### - الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث :-

#### - اختبار التوازن (Hassanein, 2004)

اسم الاختبار :- الوقوف على القدم المصابة .

الغرض من الاختبار :- قياس التوازن الثابت

وصف الاداء :- يتخذ المختبر وضع الوقوف على جهاز المصنع لاطول فترة ممكنة بالقدم المصابة ثم يقوم بوضع الرجل الحرة على الجانب الداخلي لركبة عند اعطاء الاشارة يقوم المختبر بالمحافظة على توازنه لأطول فترة ممكنة دون تحريك القدم ويستخدم ساعة لتسجيل الوقت الذي يحتفظ بتوازنه .

التسجيل :- يسجل للاعب الوقت الذي يحتفظ بتوازنه .

#### - اختبار القوة الانفجارية :-

اسم الاختبار :- القوة الانفجارية للقدم المصابة .

هدف من الاختبار :- قياس القوة الانفجارية للقدم المصابة

الادوات المستخدمة :- جهاز المصمم لقياس القوة , ورقة وقلم لتسجيل الرقم المحقق

طريقة الاداء :- من خلال الجهاز المصمم حيث توضع منصة قياس القوة الانفجارية على الارض ويقف المختبر خلف منصة القياس بخطوة واحدة عند سماع الاشارة يقوم بعمل قفزة واحدة بالقدم المصابة على منصة القياس لأبعد مسافة ممكنة .  
طريقة التسجيل :- عند مغادرة القدم للمنصة تحتفظ بقياس القوة الانفجارية المسلطة وتظهر بشكل رقم على شاشة الاردوينو وتسجل في ورقة التسجيل.

(تعطى ثلاث محاولات وتسجل افضل محاولة )



صورة توضيحية لاختبار القوة الانفجارية

علما ان الاختبار للقوة الانفجارية تكون حسب قدرة المصاب واي درجة يعطيها سواء ( 1 N , 2N , 3N ) القياس بالنيوتن وبهذا التسجيل للاختبار القبلي والبعدي.

### 3-4 الاختبارات القبلية

تم اجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث بتاريخ 2024/2/4 يوم الاثنين في تمام الساعة العاشرة صباحاً وعلى قاعة العلاج الطبيعي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة البصرة ، وقامت الباحثان بأجراء الاختبارات القبلية التي تم الاتفاق عليها من قبل الخبراء والمختصين، وقد تم مراعاة تثبيت جميع الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث الأدوات والأجهزة والزمان والمكان، وكذلك طريقة التنفيذ.

### 3-4 التجربة الرئيسية

### المنهج التأهيلي المعد

يعد المنهج التأهيلي ذا اهمية كبيرة في علاجه اصابه الرباط الدالي الوحشي لمفصل الكاحل وتأهيلها، وبعد اطلاع الباحثان على أغلب المصادر العلمية المتوفرة واستعانتهما بخبرات بعض الخبراء في مجال اختصاص التأهيل الطبيعي والمفصل واختصاصيين للاستفادة من آرائهم وتوجيهاتهم السديدة ، ومن أجل تحقيق أهداف البحث قامت الباحثان بإعداد منهج مقترح

\*تأهيل اصابة الكاحل للرباط الدالي الوحشي وتأهيل المجاميع العضلية على مفصل الكاحل على وفق الأسس العلمية لتأهيل المصاب.

تم تطبيق المنهج المعد من قبل الباحثان على العينة يوم الاحد بتاريخ 2024\2\11، وكانت التمارين المستخدمة في المنهج على شكل تمارين مختلفة والتي تشمل مجموعة تمارين للمجاميع العضلية والأربطة المحيطة بالمفصل وكان التدرج من السهل إلى الصعب حيث أن التمارين في الأسبوع الأول والثاني لا تحتوي على مقاومة بينما الأسبوع الثالث والرابع والخامس تتضمن تمارين باستخدام كرات صغيرة طبية، وكذلك استخدام الحبال المطاطية التدرج بالمنهج وحسب قدرات المصاب وتحمله ولحين ظهور الألم ، ان المنهج المعد والمصمم يعتمد على تمارين القوة العضلية والتمطيه والمرونة و تمارين الثني والمد للكاحل المصاب باستخدام مقاومات.(Shabib et al., 2020)

- مدة المنهج التأهيلي 6 أسابيع.
- عدد الوحدات التأهيلية الكلية (18) وحدة تدريبية.
- عدد الوحدات التأهيلية في الأسبوع ثلاث وحدات تأهيلية.
- ايام التأهيل في الاسبوع ، الأحد ،الثلاثاء ، الخميس.

### 3-5 الاختبارات البعدية

قام الباحثان بأجراء الاختبارات البعدية بتاريخ 2024/3/24 يوم الاحد الساعة العاشرة صباحاً بعد انتهاء من تنفيذ البرنامج التأهيلي وحاولت الباحثان توحيد الظروف نفسها التي تم اجراء الاختبارات القبلية.

### 3-6 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثون الحقيبة الاحصائية spss , Ver 16 لتحليل النتائج

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري..
- T test للعينات المتناظرة.

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

#### 4-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمتغيرات البحث لعينة البحث

#### الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية الاختبارات القبلية والبعدية لمتغيرات البحث لعينة البحث وقيمة  $T_{tes}$  والقيمة الاحتمالية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة $T_{tes}$	القيمة الاحتمالية
		س	ع	س	س		
القوة الانفجارية للقوة السليمة	نيوتن	120.33	2.80	125.66	8.66	11,3	0.000

0.002	8.66	3.4	114.34	3.48	66.51	نيوتن	القوة الانفجارية للقدم المصابة
0.006	3.4	3.75	32.16	2.78	30.33	درجة	التوازن للقدم السليمة
0.000	6.33	2.17	25.83	2.42	6.33	درجة	التوازن للقدم المصابة

يبين الجدول رقم (1) في متغير قوة الانفجارية للقدم المصابة للاختبار القبلي قد بلغ الوسط الحسابي (128.33) والانحراف المعياري (2.80) اما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (125.66) والانحراف المعياري (3.77) وقد بلغت قيمة T المحسوبة (8.66) والقيمة الاحتمالية (0.002) حيث ان الاختبار معنوي اما متغير الوزن للقدم المصابة فكون الاختبار القبلي فقد بلغ الوسط الحسابي (6.33) والانحراف المعياري (2.42) اما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (25.83) والانحراف المعياري (2.17) وقد بلغت قيمة T المحسوبة (6.33) والقيمة الاحتمالية (0.000) حيث ان الاختبار معنوي

يرى الباحثان ان المتغيرات التي حددت في المنهج التأهيلي جاءت بفروق معنوية في الاختبارات البعدية ويرجع السبب في ذلك الى المنهج التأهيلي الذي اعده الباحثان وفقا للأسس العلمية فعال , اذا ان التمارين التي نفذت على مجموعة افراد عينة البحث في المنهج التأهيلي أدت الى زيادة استقرار مفصل الكاحل . هذا اما اكده الباحثان ضمن منهاجها التأهيلي والذي اعطى افضليته الفروق للأوساط لمجموعة افراد عينة البحث ولصالح الاختبار البعدي .

#### الاستنتاجات والتوصيات :-

- 1- ان للتمرينات التأهيلية المستخدمة من قبل افراد عينة البحث قد اثرت بشكل ايجابي في التوازن لمفصل الكاحل
  - 2\_ اتضح ان استخدام الجهاز المصمم لقياس شدة الاصابة يوفر الوقت والجهد للباحث
  - 3\_ سهولة استخدام الجهاز المصمم ويمكن لأي شخص استخدامه
  - 4\_ ان للوحدات التأهيلية اثر ايجابي في تطوير القوة الانفجارية
- وقد جاءت اهم التوصيات هي :-

- 1- اعتماد التمرينات التأهيلية المعد من قبل الباحثان على مراكز العلاج الطبيعي
- 2- اعتماد الجهاز المصنع للقياس مدى شدة الاصابة ومستوى التحسن الحاصل .

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي للرباط الدالي الوحشي

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

بتول ناصر ياسين [batoolnaser56@gmail.com](mailto:batoolnaser56@gmail.com)

## References

- Aldewan, L. H. (2005). The most important obstacles facing girls' clubs in Iraq. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 17.
- Aldewan, L. H. , Jaber salam, & Yassin, S. (2016). The effect of the impact of the use of guided discovery method to teach some skills in epee fencing game. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 49, 11–25. <https://www.iasj.net/iasj/article/126002>
- Al-Kazemi, D. H. (2012). *Scientific applications for writing educational and psychological dissertations and dissertations* (2nd edition, p. 137). University of Baghdad, College of Physical Education.
- Fatimah Abed Malih, & Marib Jawad Kadhim. (2016). Design and manufacture of the electronic device to measure the compatibility and speed of motor response lower limbs fencing. *The Swedish Journal of Scientific Research*, 26. <https://sjsr.se/en/issue.php?issue=26>
- Hamidi, A. K. T., & Jassim, A. H. A. (2022). The effect of rehabilitation exercises with the help of physical therapy devices and their effect in treating the partial tear of the connective muscles of football players. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 32(2), 28–38. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.317>
- Hassanein, M. S. (2004). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Jawad Kadhim, M., & Mousa, A. (2024). The use of an innovative device to improve the efficiency of the posterior quadriceps muscle of the man after the anterior cruciate ligament injury of advanced soccer players. *Journal of Physical Education*, 36(1), 214–239.
- Mousa, H. J., Hadi, A. K., & Ali Kadhim, M. A. (2019). Effectiveness of the Ultrasonic Device with Therapeutic Exercises in the Rehabilitation of Knee Joint Injury in Football Players. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 13(4).
- Muhammad, S. K. (2013). *The functional anatomy of athletes* (p. 52). Das Printing Company.
- Obaid, A. H. (2013). *Sports Medicine, Athletes' Injuries* (p. 345). Dar Al-Diyaa Printing.
- Obaidat, D. (1984). Scientific research - understanding - its tools - methods. In *Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution* (p. 116). 52.
- sarah, S. S., Makki, J. O., & Salam, J. A. (2017). Designing an auxiliary device to measure the level of performance of some offensive skills for young fencing players in the southern region. *Journal of Studies and Researches of Sport Education* ,/(53), 359–373. <https://www.iasj.net/iasj/article/147727>
- Shabib, S. S., Abdullah, S. J., & Odeh, makki J. (2020). *An auxiliary device to evaluate the performance of some skills of fencing players* (Patent 419 / 2019). 6101.

نموذج من الوحدات المعدة بالبرنامج

زمن

التأريخ : اليوم

الاسبوع:- الاول

الوحدة: (30- 45 )

اجهزه العلاج الطبيعي (زمن جهاز الكرايوثيرابي ( 5-3 دقائق )

وقت تمارين التأهيل (30-40 د)

هدف الوحدة : تأهيل الاربطة الوحشية لمفصل الكاحل

الاسبوع	ت-التمرين	زمن	تكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	الزمن الكلي
الاول	(الجلوس على كرسي ) ثني الكاحل مع الثبات	10ثا	3	5 ثا	30 ثا	1.10ثا
	(الجلوس على كرسي) مد الكاحل مع الثبات	10ثا	3	5 ثا	30 ثا	1.10ثا
	(الجلوس الطويل) ربط القدم المصابة شريط مطاط ومحاوله سحب الشريط باتجاه الجسم مع الثبات	10ثا	3	5 ثا	30 ثا	1.21ثا
	(الجلوس على كرسي ) تمرين ثني ومد الكاحل	25	4	5 ثا	1 د	2.40
	(الجلوس على كرسي) تمرين ثني ومد امشاط اصابع القدم قدر المستطاع	20	4	5 ثا	1 د	2.35
	(الجلوس على كرسي ) تمرين تدوير الكاحل باتجاه عقارب الساعة	30	3	5 ثا	1د	2.40
	(الجلوس على كرسي ) تمرين تدوير الكاحل عكس اتجاه عقارب ساعة	30	3	5ثا	1د	2.40
	(الجلوس على كرسي ) تحريك القدم المصابة على كرة مطاطية	25	4	5 ثا	1د	2.55
	(الوقوف) تجميع المناديل بالأصابع القدم المصابة	30	4	5ثا	1د	2.55
المجموع						20.06د

(ملاحظة ) جميع التمارين تكرر على الساق السليمة وبهذا الوقت الكامل للتمارين هو(38.40 د)



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## An analytical study of the role of the player's personality and the social factors that prevent the implementation of professionalism regulations in women's football in sports clubs in Iraq

Israa Nazim Muhammad <sup>1</sup> 

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1,2</sup>

Abdul Haleem Juber Nazzal <sup>2</sup> 



### Article information

#### Article history:

Received 8/5/2024

Accepted 2/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

player personality and social factors.  
Regulations for professionalism in  
women's football

### Abstract

The aim of the research is to: build a measure of the role of the player's personality and the social factors that prevent the implementation of the regulation of professionalism in women's football in sports clubs in Iraq. The researchers used the descriptive approach using the survey method to suit the nature of the research. The research community consists of administrative bodies in Iraqi sports clubs that meet each governorate according to The letter of the Ministry of Youth and Sports, which numbered (264) clubs, and the sample was chosen intentionally and consisted of (528) administrators. The researchers concluded that the lack of suitable places for training and society's view of women and that they were created to manage family and home affairs only and that the support provided to the clubs and federations that took the initiative to open their activities to women It is still limited. The researchers recommended that women's sports require many components, starting with the internal desire to practice this game and succeed in it, pointing out that the failure to create the appropriate conditions for women to practice such a game makes it expected that it will not reach the local and Arab levels.



website

DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.704> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## دراسة تحليلية لدور شخصية اللاعبه والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

عبد الحليم جبر نزال<sup>2</sup>  

اسراء ناظم محمد<sup>1</sup>   
جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1,2</sup>

### المخلص

هدف البحث الى: بناء مقياس دور شخصية اللاعبه والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق، وأستعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة البحث، ويتكون مجتمع البحث من الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية العراقية المستوفية لكل محافظة حسب كتاب وزارة الشباب والرياضة البالغ عددهم (264) نادي وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وتكونت من (528) اداري واستنتج الباحثان ان عدم توفر أماكن ملائمة للتدريب ونظرة المجتمع للمرأة وأنها خلقت لإدارة شؤون العائلة والمنزل فقط وأن الدعم المقدم للأندية والاتحادات التي بادرت بفتح أنشطتها أمام النساء لا يزال محدود واوصى الباحثان ان الرياضة النسوية تتطلب الكثير من المقومات، بدءاً من الرغبة الداخلية لممارسة هذه اللعبة والنجاح فيها، لافتاً إلى أن عدم تهيئة الظروف المناسبة لممارسة النساء لمثل هذه اللعبة يجعل أمر عدم وصوله على المستوى المحلي والعربي متوقفاً.

### معلومات البحث

تاريخ البحث :  
الاستلام : 2024/5/8  
القبول : 2024/6/2  
التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

### الكلمات المفتاحية :

شخصية اللاعبه. والعوامل الاجتماعية. لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

أصبحت الإدارة احترافا وعملا تخصصيا ونظاما يجب ان تكون مبنية على أساس متين من مسئولية الأداء، والمديرين المحترفون هم الذين يمارسون هذا النظام ويقومون بهذه الاعمال التخصصية ويؤدون هذه المهام والمتابع الى واقع الرياضة النسوية بصورة عامة فإنه يجد ان المرأة اخذت موقعها في كل المحافل الرياضية وتمثل نفسها خير تمثيل في بعض المحافل الدولية في كل الانشطة الرياضية وتحقق نتائج متميزة وحصلت على الكثير من البطولات والانجازات (Saleh & Hussein, 2015)

ومن هنا يكون دور المرأة الرياضية أكبر فلا يجب ان تمارس الرياضة فقط دون الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية وكل الانشطة التي تساهم في تواصل هذا النشاط عبر الاجيال المتعاقبة من خلال التوعية ونشر الثقافة الرياضية والدعوة لاستمرارية العطاء وارتقاء مستوى الأداء (Aldewan, 2005)

ان الرؤيا الرياضية في كثير من البلدان العربية والعالمية قد ارتقت الى مستويات عالية بسبب استعمالها لكثير من المعارف والمعلومات العلمية في مجالات متعددة هدفها الرئيس الارتقاء بمستوى الانجاز الرياضي، ولعل لعبة كرة القدم واحدة من المجالات التي حاول الباحثون والمختصون الارتقاء بها من خلال العناية بالجانب الاقتصادي الذي يعد من الجوانب المهمة التي سعى المختصون من خلاله الى تطوير اللعبة، ونتيجة لهذا فقد سعت الأندية والمؤسسات الرياضية في العراق الى أن تحذوا حذوهم في مجال الرياضة كمهنة تزاو من قبل الرياضي مقابل أجور مستحقة له جراء تدريبات وأداءه للمنافسات الرياضية. لهذا نرى أن صفة اللاعبة الهاوية قد انتهت وتحولت بموجب اقتصاديات الرياضة الى لاعبة محترفة بعد أن يتم الإعلان عن توقعه لعقد محدد القيمة والمدة الزمنية، (Rasoul & Muslim, 2019) وان دراسة دور المرأة في المجال الرياضي انما يؤكد عطاءها الإنساني المستمر اتي بدأت به مع بداية تحريرها من القيود التي كبلتها ولسنوات طويلة والان وبعد وصولها في تأكيد وجودها العلمي والعملية، لا بد من توثيق ارادتها، اذ اثبتت الوقائع ان المرأة قادرة على ممارسة كل الاعمال في مجالات الحياة الإنسانية كافة ومنها المجال الرياضي مما عزز قدرة المجتمع من خلال قدرة المرأة في مثل هكذا مجال حيوي حيث المرأة تشكل نصف هيكله المجتمع العراقي كونها تشكل نصف الطاقة الفاعلة عدة وعددا لكل مجتمع يريد التقدم والتطور في مجال الرياضة والإنجازات العالية، وذلك بعد ان افصحنا لا بل وأثبتت المرأة دورها الفاعل في هكذا مجال على الصعيد المحلي والدولي.

تكمن مشكلة البحث كون الباحثان من ضمن كادر التدريبي ولاعبة منتخب كلية لاحظا في الرغم من تمتع المرأة بالمساواة دستوريا، فإن هذا الأمر لا يترجم على أرض الواقع بسهولة، ودائما ما نجده يتأخر بعدة خطوات مقارنة بالنصوص. وبالقياس على الرياضة نجد أن المساواة بين الجنسين لا تزال عرجاء، إذ يشتهي أهل الميدان الرياضي من صعوبات تحول دون انخراط المرأة في الرياضة، لعل في مقدمتها ما يتعلق بالدعم المقدم لها وأن أبرز الصعوبات التي تواجه الرياضة النسائية تتمثل في قلة المنشآت الرياضية التي يمكن أن تخدم الرياضيات، لافتة إلى أن غالبية المنشآت الحالية تخدم الرجال ومن هنا تكمن مشكلة البحث في تحديد المعوقات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

### 2-1 الهدف من الدراسة :

1- بناء مقياس دور شخصية اللاعبة والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

2- التعرف على مستوى دور شخصية اللاعب والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق.

**المجال البشري:** الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية العراقية

**المجال الزمني:** للفترة من 1 / 12 / 2023 ولغاية 7 / 4 / 2024.

**المجال المكاني:** مقرات الأندية الرياضية .

**1-2 منهج البحث:** استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملاءمته أهداف البحث وطبيعة المشكلة، فالغرض الرئيس للبحث الوصفي هو وصف المتغير كما هو موجود في الوقت الحاضر دون تدخل من الباحث ( Adnan ( Awad, 2008 .

## 2-2 عينة البحث

إن العينة جزء من المجتمع يجري اختيارها وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً. وإن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي سيختارها (Raysan Khuraibit, 1987). لذا تم اختيار عينة البحث بالطريقة (العمدية) وتكون مجتمع البحث من الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية العراقية المستوفية لكل محافظة حسب كتاب وزارة الشباب والرياضة البالغ عددهم (264) نادي وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وتكونت من (528) اداري اذ بلغ اجمالي الذين خضعوا للتجربة (235) اداري بنسبة (44.5%) و (20) اداري للتجربة الاستطلاعية ونتيجة لهذا قسمت العينة إلى قسمين الأولي لإجراءات تصميم وبناء المقياس والثانية لغرض تطبيق المقياس وكما يلي :-

أولاً:- عينة بناء المقياس : وشملت عدداً من الإداريين في الأندية والبالغ عددهم (235) اداري بنسبة (44.5%) من مجتمع البحث.

ثانياً:- عينة تطبيق المقياس: وشملت (190) اداري حيث بلغت نسبتهم (35.98%) اداري من مجتمع البحث .  
"يحتاج الباحث إلى البيانات المختلفة لإتمام بحثه، ولابد إن يختار الأدوات المناسبة لجمع البيانات سواء كانت ثانوية أو أولية علماً أنه يوجد العديد من أدوات جمع البيانات والتي يمكن أن يختار الباحث ما يناسب بحثه" ( Fayez Jumaa Al-Najjar ( et al, 2010 .

واستخدم الباحثان الوسائل والأدوات الآتية: المصادر والمراجع العربية والأجنبية شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) والملاحظة من خلال ملاحظة الباحثان ومتابعتها للطلبة حددا مشكلة الدراسة الحالي والمقابلة: " هي حديث يجريه شخص ما بأسلوب حوار حول حدث أو قضية ما ، بهدف الوصول على قناعة معينة " (Bilal, 2012) وأجرى الباحثان مجموعة من المقابلات الشخصية مع عدد من الخبراء والمختصين لجمع المعلومات التي تخص الدراسة الحالية والاستبيان وقام الباحثان بإعداد استمارة الاستبيان التي تخص موضوع بحثهما وجهاز حاسوب محمول نوع (hp) .

## المقاييس

وهي " مجموعة من الخطوات الأساسية التي يمكن أتباعها عند بناء الاختبار أو المقياس وكيفية الربط بين وحدات المقياس لقياس الجوانب الكلية للمهارة أو السمة أو الصفة أو القدرة " (Muhammad & Radwan, 2002)، و لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان بالإجراءات والخطوات التالية:

### تحديد الظاهرة المراد دراستها:

ينبغي تحديد الظاهرة المطلوب قياسها وأن يكون مفهومها وحدودها واضحين تماماً، والظاهرة التي يهدف الباحث إلى قياسها هي شخصية اللاعب والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق الغرض من بناء المقياس :

قبل بناء اداة البحث ( المقياس ) يجب تحديد الغرض من بناء هذه الاداة تحديداً واضحاً وماهي الحاجة لهذه الاداة ، وأن من اهداف الدراسة بناء مقياس شخصية اللاعب والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق ومن ثم أعداد مقياسين يتصفان بالشمولية والدقة .

### اعداد الصيغة الأولية للمقياس:

اعتمد الباحثان لبناء الصيغة الأولية للمقياس على الاطلاع على بعض المقاييس ذات العلاقة القريبة بموضوع البحث في مجال علم النفس والإدارة الرياضية والتعرف على طبيعة المواقف التي تتضمنها والطريقة التي تصاغ بها الفقرات، وبعدها قام الباحثان بصياغة فقرات المقياس ، وقد حاول الباحثان إن يراعى سهولة ووضوح مضمونها وعدم اختلاف الأفراد في تفسيرها وقصرها وهكذا فقد بلغ عدد الفقرات بصيغتها الأولية لمقياس شخصية اللاعب والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق ( 15 ) فقرة مقترحة.

### تحديد أسلوب وأسس صياغة الفقرات:

اعتمد الباحثان في صياغته الفقرات على أسلوب ( ليكرت ) ، إذ يُعد من الأساليب الشائعة في القياس لأن هذه الطريقة تتميز بما يأتي (Khair Al-Din & Essam Al-Hilali, 1997)

- سهولة استعمالها.
- ارتفاع درجة الثبات للمقياس و صدقه.
- تقلل من درجة التخمين وعامل الصدفة .

ويشير (شاكور مبدور) ان اسلوب (ليكرت) يُعد من أفضل الطرائق في التنبؤ بالسلوك والظاهرة (Shaker, 1990)

### عرض فقرات المقياسين على المحكمين :

بعد أعداد المقياسين بصيغتهما الأولية ، قام الباحثان بما يلي :

أولاً: عرض المقياسين اللامعيارية للطلبة (15) فقرة مقترحة على مجموعة من الخبراء والمحكمين البالغ عددهم ( 16 ) محكماً من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال العلوم النفسية والإدارة الرياضية ، وذلك من اجل التعرف على مدى صلاحية الفقرات ومدى مناسبتها لقياس ما وضعت له فضلاً عن تقويم الفقرات وتعديلها والحكم عليها من حيث الصياغة والدقة في المضمون .

ثانياً: وبعد أن أبدى المحكمون آراءهم وملاحظاتهم حول الفقرات ، قام الباحثان بتحليل نتائج الاستبيان مستخدمين النسبة المئوية كمعيار لقبول فقرات المقياس أو استبعادها ، إذ قبلت الفقرات المُتفق عليها (75%) فأكثر من المحكمين على أنها صالحة ومناسبة للمقياس وهذا ما يشير اليه (بلوم) إلى " إن على الباحث الحصول على موافقة بنسبة (75%) فأكثر من آراء المحكمين "، وقد حصل الباحث على نسبة الاتفاق بدلالة (مربع كاي) إذ اظهر أن نسبة (75%) فأكثر مقبولة عند حصول الفقرة عليها علماً أن قيمة (مربع كاي) المحسوبة عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) تساوي (4.26) وهي اكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (3.84) ما يدل على معنوية هذه النسبة وهي تمثل (12) خبيراً من أصل (16) خبيراً وتم الاتفاق على استبعاد (4)

فقرات وبذلك أصبح مقياس شخصية اللاعبه والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق ( 11) فقرة مقترحة .

تصحيح فقرات المقياس: يقصد بتصحيح فقرات المقياس، الحصول على الدرجة الكلية للفرد التي تحسب عن طريق جمع الدرجات التي يحصل عليها على سلم التقدير (من 5 الى 1) .

مؤشرات صدق وثبات المقياس :

#### صدق المقياسين:

يعد مفهوم الصدق من أكثر المفاهيم الأساسية أهمية في مجال الاختبارات والقياس ، فصدق الاختبار يعرف أنه المدى الذي تكون به أداة القياس مفيدة لهدف معين (Maan Ziadeh, 1986)

وللصدق أنواع عدة ولقد عمد الباحثان إلى التحقق من صدق المقياس من خلال:

صدق المحكمين: يحسب هذا الصدق بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يجري عليه الاختبار، فإذا أقر الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه ، وبذلك يمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء (Khair Al- (Din & Essam Al-Hilali, 1997) ولقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء لإقرار صلاحيته وتقدير مدى قياس كل فقرة لمكونات كل مجال ، وبذلك قُبلت الفقرات التي حصلت على موافقة الخبراء وحذفت الفقرات غير الصادقة .

#### ثبات المقياس:

يقصد بثبات المقياس او الاختبار هو مدى الدقة والإتقان والاتساق الذي يقيس به الظاهرة " بدرجة عالية من الدقة والإتقان والاتساق والموضوعية فيما وضع لقياسه ، ويعد حساب الثبات من خصائص المقياس الجيد لأنه يؤشر اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض ان يقيسه المقياس (Ahmed, 1993) اذ استخرج الثبات من خلال تطبيق معادلة الفا كرونباخ على أفراد عينة البناء البالغة (335) اداري باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) اذ تبين أن قيمة معامل الثبات لمقياس شخصية اللاعبه والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق (0.87) ( وهو مؤشر ثبات عال للمقياس ..

#### التطبيق النهائي للمقياس :

بعد استكمال كل متطلبات وإجراءات تصميم المقياسين أصبح المقياس شخصية اللاعبه والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق (11) فقرات جاهز للتطبيق ، حيث قام الباحثان بتطبيق المقياس بصورته النهائية على عينة التطبيق البالغ عددها ( 190 ) اداري ، وبعد تحليل استجابات عينة البحث تم جمع البيانات في استمارة خاصة ، إذ أصبح لكل اداري درجه خاصة به .

4. عرض نتائج مقياس شخصية اللاعبه والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق وتحليلها ونتائجها:

## جدول ( 2 )

يبين الوسط النظري والوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ مقياسي للاعيارية للطلبة والامن النفسي للطلبة وتحليلها ونتائجها

المقياس	عدد فقرات البُعد	الوسط النظري	الوسط الحسابي الانحراف المعياري	نسبة الخطأ Sig	
شخصية اللاعب والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة	11	33	1237.27	1954.4	0.000

يبين الجدول (2) أن عدد فقرات المقياس للاعيارية للطلبة (18) فقرة ، وبوسط نظري (54) ، بينما كان الوسط الحسابي لعينة البحث (56.6441) وبانحراف معياري (3.80908) ، وأن عدد فقرات المقياس الامن النفسي للطلبة (16) فقرة ، وبوسط نظري (48) ، بينما كان الوسط الحسابي لعينة البحث (47.0339) وبانحراف معياري (0.87032) ووجد إن الوسط النظري اكبر من الوسط المحسوب أي وجود فروق ولصالح الوسط النظري ، وهذا يدل على ان مستوى تستطيع المرأة تطوير جوانب متعددة من شخصيتها وجعلها شخصية قوية عبر التطور والعمل الدؤوب والصعود على درجات سُلّم النجاح دون الخوف من التعثر، وتحدي الصعاب دون ضعف أو هوان، جنباً إلى جنب في اتخاذ القرارات طريقاً للنجاح والوصول إلى أعلى المراتب حيثُ يجب التركيز على تطوير الشخصية الرياضية من خلال التدريب على على جميع متطلبات كرة القدم من الاعداد البدني والمهاري والخططي والاعداد الذهني والعقلي لتُصبح المكونات المكتسبة ملاصقة للمرأة ثم الانتقال في التدريب للوصول إلى الشخصية القوية،(Nazzal, 2012) مع التنويه بأن التغييرات التي قد تكون صغيرة وغير مؤثرة بشكل كبير على الشخصية في الوقت الحالي ستكون ذات أثر كبير خلال المُستقبل ويجب ان تؤمن الهيئة الإدارية بأهمية دعم اللاعبات عبر برامج تدريبية مخصصة و يعتبر الحفاظ على بيئة إيجابية ومحفزة للفريق النسوي جزءا (Nazzal, 2014b) أساسيا من رؤية الهيئة الإدارية ومن خلال التوازن بين الحياة الشخصية والرياضية عاملا أساسيا في تأثير شخصية اللاعبه واحترافيتها أهمها ان مكونات كرة القدم هي أربعة مكونات رئيسية وهي الاعداد لبدني والاعداد (MANDOOBMAKKIATI & ABED, 2024) المهاري والاعداد الخططي والاعداد النفسي وهذه المكونات تعتبر الأساس في اعداد اللاعبه وهي مكمله احدهما الى الأخرى وبالتالي فان أي خلل في أحدهما يؤثر على الأخرى ومن المكونات المهمة والتي تعاني النقص المستمر هي الأعداد النفسي ومن أصعب المكونات التي من الصعب السيطرة عليها لذلك على المدربين (Hassan & Nazzal, n.d.) العمل بجدية أكثر واهتمام اكبر بهذه المكونات وبالخصوص الاعداد النفسي للاعبات وبالتالي عندما تشعر اللاعبه بالثقة بالنفس يتوفر لديها الاحساس (Nazzal, 2014a) بالاطمئنان والرضا والانسجام مع النفس ومع الآخرين اي انها تشعر بالراحة والاستعداد بعيداً عن العقد النفسية والضغوط والاضطرابات التي تنعكس على الحالة النفسية وما تؤدي الى انحراف في السلوكيات التعامل مع اللاعبات والتي تلقي اثارها على اللاعبه ذاتها او تنعكس على الآخرين الدعم العاطفي والمعنوي الاسري يلعب دورا هاما في تحسين الأداء واحترافية لدى اللاعبه ومن خلال دعم شخصية اللاعبه تعطي القدرة في الابداع (Nazzal, 2013) والتميز وتؤثر تجارب

اللاعبة السابقة والتفاعل مع البيئة الرياضية على نضوجها الشخصي والمهني ومن خلال توفير دعم عائلي للاعبة للتدريب والمشاركة في البطولات وعدم تأثير المظاهر الاجتماعية الخارجية مثل الضغوط الاجتماعية على مستوى الثقة والأداء لدى اللاعبة بتوفير الدعم الاسري والاجتماعي دورا هاما في تحقيق الاستقرار النفسي والمهني للاعبة (Nazal, 2014c) و تؤثر العوامل الشخصية مثل التفاؤل والتحفيز على أداء اللاعبة والتفاعل مع المدربين والطاقتم الفني وهذا ما يؤكد عبد الحليم جبر ومحمد حسن بان المدربين يفسحون المجال للاعبين عن التعبير عن آرائهم ومشاعرهم بحرية تامة اثناء التدريب , فالمدربين في هذا المستوى يعملون على استخدام اسلوب الاتصال الثنائي فيصغون لأراء ومقترحات وافكار اللاعبين ويأخذونها على محمل الجد وذلك لدعم جهودهم واستثمار قدراتهم وطاقتهم ويشعرونهم بان الحاجة ماسة لهم وانهم مرغوب فيهم ويشجعونهم على الابداع والابتكار سواء في التدريب او المنافسة.(Musharraf et al., 2022)

#### 4. الاستنتاجات

- 1- بناء مقياس لدور شخصية اللاعبة والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق
- 2- أن القيود الأسرية والاجتماعية تعد عائقا رئيسيا أمام الرياضة النسوية.
- 3- عدم توفر أماكن ملائمة للتدريب ونظرة المجتمع للمرأة وأنها خلقت لإدارة شؤون العائلة والمنزل فقط"
- 4- أن الدعم المقدم للأندية والاتحادات التي بادرت بفتح أنشطتها أمام النساء لا يزال محدود
- 5- أن كرة القدم لا تشهد إقبالا نسائيا رغم انها تعتبر من أفضل الرياضات تنظيما، ولها دعم ونقل تلفزيوني وحضور جماهيري، ما يجعلها جاذبة للمرأة

#### التوصيات :

- 1- يعد المقياس الحالي اداة للكشف عن دور شخصية اللاعبة والعوامل الاجتماعية التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق
- 2- ان الرياضة النسوية تتطلب الكثير من المقومات، بدءاً من الرغبة الداخلية لممارسة هذه اللعبة والنجاح فيها، لافتا إلى أن عدم تهيئة الظروف المناسبة لممارسة النساء لمثل هذه اللعبة يجعل أمر عدم وصوله عل المستوى المحلي والعربي متوقعا.
- 3- تعزيز سبل تثقيف المدربين من خلال إدراج مواد تعليمية عن صحة المرأة وسلامتها في المناهج التعليمية المخصصة للمدربين، وذلك حتى يكون لديهم الفهم اللازم لتوجيه اللاعبات.
- 4- زيادة الوعي والمعرفة وزيادة وعي الجهات الفاعلة حول صحة المرأة وسلامتها وأدائها لتحقيق بيئة أكثر شمولاً وامانا وصحة .

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية العراقية

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

اسراء ناظم محمد [Ashaalyasen@gmail.com](mailto:Ashaalyasen@gmail.com)

## REFERENCES

- Adnan Awad. (2008). *Scientific Research Methods*. Arab Marketing and Supplies Company.
- Ahmed, S. O. (1993). *Measurement and evaluation in the teaching process: Vol. 2nd edition*. Dar Al-Amal.
- Aldewan, L. H. (2005). The most important obstacles facing girls' clubs in Iraq. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 17*.
- Bilal, B. A.-S. (2012). *Work Ethics: Vol. first edition*. Dar Al-Masirah for Printing and Publishing.
- Fayez Jumaa Al-Najjar et al. (2010). *Scientific research methods – an applied perspective: Vol. 2nd edition*. Dar Al-Hamid.
- Hassan, L. K. A., & Nazzal, A. H. J. (n.d.). *STUDYING HIS ANALYSIS OF THE ORGANIZATIONAL FUNCTIONS IN THE FOOTBALL INDUSTRY ACCORDING TO THE NATURE OF FINANCING FROM THE PLAYERS POINT OF VIEW*.
- Khair Al-Din, A. O., & Essam Al-Hilali. (1997). *The Mathematical Meeting*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Maan Ziadeh. (1986). *The Arab Philosophical Encyclopedia*. Arab Development Institute.
- MANDOOBMAKKIATI, A., & ABED, Y. (2024). AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE. *International Development Planning Review, 23*(1), 226–236.
- Muhammad, H. A., & Radwan, M. N. al-D. (2002). *Measurement in Physical Education and Sports Psychology*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Musharraf, A. J., Harbi, A. R. N., Hammadi, J. N., & Fayhan, A. Q. S. A. (2022). A study comparing some motor abilities between soccer and handball players. *Sciences Journal Of Physical Education, 15*(3).
- Nazzal, A. H. J. (2012). Measuring the level of competencies of sports tourism planning in Basra Governorate, building and applying it. *Journal of Physical Education Studies and Research, 36*.
- Nazzal, A. H. J. (2013). Measuring the level of management skills and the extent of influencing others to administrative bodies–Construction and application. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*.
- Nazzal, A. H. J. (2014a). Vision for the future of the risks and opportunities for professional sports in the sports clubs in football from the perspective of the players. *Journal of Physical Education Studies and Research, 37*, 38. <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-419612>
- Nazzal, A. H. J. (2014b). An analytical study of the level of professional affiliation among physical education teachers in the public and private sectors: construction and application. *Journal of*

*Physical Education Studies and Research, 41, 26–52.*

<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=121358>

- Nazzal, A. H. J. (2014c). An analytical study of the level of strategic intelligence for managing coaches in sports clubs from the point of view of elite futsal players, construction and application. *Journal of Physical Education Sciences – University of Babylon, 7(2)*.
- Rasoul, T. H. A., & Muslim, A. (2019). Effect of Daniel's model in teaching basic skills of football halls. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 58*.
- Raysan Khuraibit. (1987). *Research Methods in Physical Education*. Dar Al-Kutub Directorate for Printing and Publishing.
- Saleh, L. H. D. D. Z., & Hussein, A. H. T. (2015). Building a Tactical Knowledge Scale of Women's Futsal. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 44*.
- Shaker, M. J. (1990). *Systems of vocational guidance and comparative educational guidance, Higher Education*. University of Basra.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## Measuring the gap in implementing physical education lessons between public and private schools in Nineveh Governorate

Hiba Adnan Mahmoud Al-Mallah<sup>1</sup> ✉ ID

Nineveh Education Directorate

### Article information

#### Article history:

Received 29/5/2024

Accepted 10/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

implementation gap, private schools, government schools

### Abstract

The research aimed to identify the obstacles that teachers face during the implementation of physical education lessons in public and private schools and to measure the application gap between them. The descriptive approach was used using the survey method to obtain the research variables. The research sample was intentional and consisted of a group of physical education teachers from public and private schools. Data collection was done by distributing a questionnaire to a group of physical education teachers. To conduct the statistical analysis of the research, we relied on the well-known statistical program (SPSS VER:23). The most prominent conclusions were that there is great interest in the physical education lesson in private schools, as it is considered one of the important lessons. Unlike public schools, most schools consider it a secondary and unimportant lesson, and the researcher recommends that teachers implement the physical education lesson with the capabilities available in the school, using sports games or aerobic physical exercises without sports equipment.





# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## قياس فجوة تطبيق درس التربية الرياضية بين المدارس الحكومية والاهلية في محافظة نينوى

هبة عدنان محمود الملاح<sup>1</sup>  

مديرية تربية نينوى

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2024/5/29

القبول: 2024/6/10

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

الكلمات المفتاحية:

فجوة التطبيق، المدارس الاهلية، المدارس الحكومية.

### الملخص

هدف البحث الى التعرف على المعوقات التي يواجهها المعلمين اثناء تطبيق درس التربية الرياضية بالمدارس الحكومية والاهلية وقياس فجوة التطبيق بينهما، و استعملت المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي للحصول على متغيرات البحث، وكانت عينة البحث قصدية تتكون من مجموعة من معلمي التربية الرياضية من المدارس الحكومية والاهلية، وتم جمع البيانات من خلال توزيع استمارة الاستبانة على مجموعة من معلمي التربية الرياضية، ولإجراء التحليل الاحصائي للبحث تم الاعتماد على البرنامج الاحصائي المعروف (SPSS VER:23)، وكانت ابرز الاستنتاجات ان هناك اهتمام كبير بدرس التربية الرياضية في المدارس الاهلية اذ يعتبر من الدروس المهمة، عكس المدارس الحكومية فأن اغلب المدارس يعتبرونه درس ثانوي وغير مهم، وتوصي الباحثة المعلمين بتنفيذ درس التربية الرياضية بالإمكانيات الموجودة بالمدرسة باستخدام الالعاب الرياضية او تمارين بدنية هوائية بدون ادوات رياضية.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

انتشرت المدارس الاهلية في العراق على نحو كبير في الآونة الاخيرة، إذ لوحظ الاقبال الواسع عليها من قبل التلاميذ نتيجة لتوفر فرص التعلم والمشاركات المعرفية والفنية والنشاطات الرياضية أكثر مما هو عليه في المدارس الحكومية، كما ان عدد التلاميذ في صفوف المدارس الاهلية قليل مقارنة بالمدارس الحكومية مما يساعد المعلمين على تنفيذ الدروس بشكل افضل، وبالأخص درس التربية الرياضية (Al-Diwan et al., 2007) فأن اختيار المدرسة لمعلم التربية الرياضية المتميز وتوفير الاجهزة والادوات الرياضية والمشاركة في المخيمات الكشفية والفعاليات الرياضية اللاصفية في المدارس الاهلية اعطى الافضلية لها بالمقارنة مع المدارس الحكومية، مما ادى الى ظهور فجوة في تخطيط وتطبيق درس التربية الرياضية بينهما. ( L. H. Aldewan, 2016) (Lamyaa Hasan Aldewan et al., 2006)

وتكمن اهمية البحث في تشخيص فجوة تطبيق درس التربية الرياضية بين المدارس الحكومية والاهلية، والتعرف على اهم المعوقات التي يواجهها المعلمين والتلاميذ اثناء التخطيط والتطبيق لدرس التربية الرياضية، ومحاولة معالجة هذه المعوقات والتقليل منها للوصول الى درس تربية رياضية مثالي. (Kadhim et al., 2021)

### 1-1 مشكلة البحث:

من خلال مواكبة الباحثة لدروس التربية الرياضية في العديد من المدارس الحكومية والمدارس الاهلية لاحظت مجموعة من المعوقات التي يواجهها المعلمين وادارات المدارس والتلاميذ في الحصول على درس تربية رياضية مثالي، واهم هذه المعوقات هي قلة الحصص المخصص للتربية الرياضية في المناهج الدراسية، وقلة وقت الدرس مقارنة مع اوقات الدروس الاكاديمية الاخرى، ونقص في التجهيزات والمعدات الرياضية (مثل الملاعب والصالات الرياضية والكرات بأنواعها والحبال والشواخص وغيرها)، بالإضافة الى عدد التلاميذ الكبير في الفصل الدراسي، وقلة الوعي العام بأهمية التربية الرياضية وفوائدها وهذا بدوره أدى الى قلة الاهتمام والدعم المجتمعي للمعلم وخاصة من قبل اولياء امور بعض التلاميذ ممن لديهم مواقف سلبية تجاه درس التربية الرياضية، كما ان نقص فرص التطور المهني تدفع الكثير من المعلمين الى عدم الاستعداد لتقديم درس مثالي، وهذه المعوقات كانت متفاوتة بين المدارس الحكومية والاهلية، لذلك ظهرت فجوى بينهما من ناحية التخطيط والتطبيق للدرس حيث سعت الباحثة لقياس هذه الفجوة ومعرفة اسبابها.

### 1-3 اهداف البحث:

1-3-1 التعرف على معوقات تطبيق درس التربية الرياضية بالمدارس الحكومية.

1-3-2 التعرف على معوقات تطبيق درس التربية الرياضية بالمدارس الاهلية.

1-3-3 التعرف على فجوة تطبيق درس التربية الرياضية بين المدارس الحكومية والمدارس الاهلية.

### 1-4 فروض البحث:

1-4-1 هناك فجوة في تطبيق درس التربية الرياضية بين المدارس الحكومية والاهلية

1-4-2 تؤثر المعوقات بشكل سلبي على تطبيق درس التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية.

### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: مجموعة من معلمي التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية.

1-5-2 المجال المكاني: اقتصر البحث على المدارس الحكومية (مدرسة الغوثان المختلطة ومدرسة العربي للبنين)، و المدارس الالهية (مدرسة الهدى الابتدائية المختلطة ومدرسة دار العلوم الابتدائية المختلطة)

1-5-3 المجال الزمني: من 2023/11/12 الى 2024/4/20

1-6-6 تعريف المصطلحات:

1-6-1 درس التربية الرياضية: هو عملية توجه للنمو البدني باستخدام تمارين بدنية ومهارية تهدف الى تنمية النواحي النفسية والاجتماعية والبدنية. (must be Friday, 2023)

1-6-2 المدارس الحكومية: وهي مدارس تقبل جميع التلاميذ دون اي مقابل وموجودة في كل انحاء البلاد وتكون مختلفة في هيكلها وامكانياتها الرياضية من مدرسة الى اخرى، وتعتمد في تمويلها على الحكومة، ويكون تعيين المعلمين فيها بشكل مركزي (Youssef & Hammoud, 2014)

1-6-3 المدارس الالهية: وتسمى بالمدارس الخاصة ايضاً، ولا تعتمد على الحكومة في تمويلها، ويتم تعيين المعلمين فيها عن طريق الاختبار والاختيار القسدي. (Lafta, 2021) (Hasson et al., 2023)

2- اجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته: حدد مجتمع البحث بمعلمي التربية الرياضية بالمدارس الحكومية والالهية في محافظة نينوى، واقتصرت عينة البحث على مجموعة من معلمين المدارس الحكومية وعددهم اربعة معلمين في كلا المدرستين، واما المدارس الالهية فكان خمسة معلمين في كلا المدرستين (عينة قصدية)، كما موضح بالجدول (1).

### الجدول (1)

#### يوضح مواصفات عينة البحث

نوع المدارس	اسم المدرسة	عدد المعلمين
الحكومية	الغوثان المختلطة	1
	العربي للبنين	3
الالهية	الهدى الابتدائية المختلطة	3
	دار العلوم الابتدائية المختلطة	2

2-3 اساليب جمع البيانات والمعلومات: اعتمدت الاساليب الاتية في جمع بيانات ومعلومات البحث:

2-3-1 تم الاستعانة بمصادر متنوعة اجنبية وعربية مقترنة بموضوع البحث من اجل تقديم فكرة متواضعة عن متغيرات البحث.

2-3-2 استمارة استبانة: للحصول على البيانات المطلوبة قامه الباحثة بتوزيع استمارة الاستبانة على مجموعة من معلمي التربية الرياضية في المدارس الحكومية والمدارس الالهية، وتم اعداد الاستمارة في ضوء استطلاع المصادر العلمية المتعلقة بهذا الجانب، واستخدام مقياس ليكرت الثلاثي المتكون من المؤشرات الاتية (متحقق 3، متحقق جزئياً 2، غير متحقق 1).

2-3-3 صدق المقياس: يعد الصدق في المقياس من اهم شروط الاختبار، فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع لاجله (Hassan & Shaltout, 1996)، وتم عرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء المختصين في مجال علم

النفس الرياضي وطرائق التدريس لمعرفة مدى صدق الاستبانة ومناسبتها للغرض الذي وضعت من أجله، ومن خلالها تبين ان هناك نسبة اتفاق بين السادة المختصين بلغت (82%) لفقرات الاستبانة، وبهذا يعد الاستبيان صادقاً لقياس الغرض الذي وضع لأجله.

2-3-4 صدق الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للاستبيان، الجدول (2) يبين النتائج:

### الجدول (2)

#### معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للاستبيان

معامل الارتباط	فقرات الاستبيان	ت
0.52	يعد المدرس اهدافاً يصبو لتحقيقها قبل تنفيذ الدرس	1
0.50	تصاغ الاهداف ضمن امكانيات المدرسة	2
0.41	تتضمن مرحلة التخطيط لدرس التربية الرياضية المشاركات اللاصفية (الداخلية والخارجية)	3
0.54	الانشطة الرياضية موحدة بين المراحل الدراسية (لتسهيل المنافسة فيما بينهم)	4
0.43	عدد دروس التربية الرياضية الفعلية تتناسب مع الاهداف الموضوعية في الخطة السنوية	5
0.67	تقسيم الدرس يتضمن (الاحماء، شرح المهارة، التدريب عليها، التهدئة)	6
0.46	تمتلك المدرسة معلم متخصص بالتربية الرياضية.	7
0.42	يشارك المعلمون في دورات تدريبية في اساليب التعليم الحديثة على نحو سنوية.	8
0.38	يمتلك معلم التربية الرياضية اسلوب ممتع في القاء الدرس.	9
0.46	يمتلك معلم التربية الرياضية القدرة على اكتشاف المواهب الرياضية	10
0.51	يستقطب معلمي التربية الرياضية بناءً على قوة شخصيتهم وتأثيرهم في نفوس التلاميذ وسلوكهم	11
0.47	يلتزم معلم التربية الرياضية بالزي الرياضي اثناء الدرس	12
0.65	يلتزم معلم التربية الرياضية بالزي الرياضي اثناء الدرس	13
0.48	يلتزم التلاميذ بارتداء الزي الرياضي اثناء درس التربية الرياضية	14
0.65	اعداد الطلبة مناسبة لإداء درس نموذجي للتربية الرياضية	15
0.40	تتملك المدرسة المعدات المناسبة لا اداء درس التربية الرياضية (الكرات بأنواعها والشبكات والمضارب والمخاريط وسجادات التمارين الارضية)	16
0.52	تمتلك المدرسة اسعافات اولية ولوازم الاستجابة لحالات الطوارئ في درس التربية الرياضية	17
0.49	يلتزم معلم التربية الرياضية بالزي الرياضي اثناء الدرس	18

نلاحظ من خلال الجدول (2) ان قيم معامل الارتباط تتراوح بين (0.67) و(0.38) وهذا يحقق صدق الاتساق بين الفقرات.

قامت الباحثة بالتحقق من قيمة معامل ثبات الاستبانة من خلال معامل الاتساق الداخلي باستعمال معامل كرومباخ الفا وطريقة التجزئة النصفية وتم تصحيح معامل سبيرمان براون والجدول (3) يبين ذلك.

### الجدول (3)

يبين قيم معامل ثبات الاتساق الداخلي للاستبيان وهي قيم مقبولة تجعل معامل الثبات مقبول

عدد الفقرات	الاتساق الداخلي		معامل الثبات
	التجزئة النصفية	كرومباخ الفا	
18	0.821	0.758	معامل الثبات
			تصحيح معامل التجزئة النصفية
			سبيرمان
			0.729

المصدر من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج (SPSS:V23)

2-3-5 تطبيق الاستبانة: قامت الباحثة بتطبيق الاستبانة على عينة البحث بتاريخ 4/3/2024.

2-3-3 الوسائل الاحصائية المستخدمة: لإجراء التحليل الاحصائي للبحث تم الاعتماد على البرنامج الاحصائي المعروف (SPSS VER:23)

### 3- عرض ومناقشة النتائج:

3-1 تختص هذا الفقرة بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي اسفرت عنها الدراسة الميدانية في المدارس الحكومية (مدرسة الغثوان المختلطة ومدرسة العربي للبنين)، والمدارس الاهلية (مدرسة الهدى الابتدائية المختلطة ومدرسة دار العلوم الابتدائية المختلطة) للتحقق من مخطط سير البحث واختبار فرضياته.

سعت الباحثة الى تقييم الواقع الحالي لدرس التربية الرياضية في المدارس الأهلية والحكومية المبحوثة من خلال اجراء مقارنة فيما بينهم بالاستناد الى قائمة فحص تم اعدادها من قبل الباحثة بالاعتماد على المصادر (Othman & Ola, 2023) و (Merica et al., 2023) et al., 2023)

واعتمدت خيارات للإجابات (غير متحقق، متحقق جزئياً، متحقق) كمعيار لمستوى التحقق من وجهة نظر الافراد المستجيبين\* وتم اعطاء وزن نسبي لكل اجابة على وفق الاتي (1، 2، 3) على التوالي، بهدف ترجمتها الى ارقام كمية يمكن قياسها والمقارنة بها، وتم الاعتماد على مجموعة من الاساليب الاحصائية وكما يأتي (Taiba, 2008) (Douai, 2010)

- **الوسط الحسابي المرجح:** الهدف من استخدامه لتحديد مدى المطابقة مع الفقرات ويحسب من خلال العلاقة الاتية:

$$\text{الوسط الحسابي} = \frac{\text{تكرارها} \times \text{مجموع}}{\text{مجموع التكرارات}}$$

- **النسبة المئوية:** الهدف من استخدامه لمطابقة التنفيذ الفعلي ويمكن ايجادها من خلال الاتية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{الوسط الحسابي المرجح}}{\text{أعلى درجة المقياس}}$$

\* مدرسي التربية الرياضية في المدارس المبحوثة

- **حجم الفجوة:** الهدف من استخدامه لبيان مدى وجود فجوة في عملية التطبيق ويمكن ايجادها من خلال الاتية ( حجم الفجوة لكل متطلب في قائمة الفحص = 1- النسبة المئوية لمدى المطابقة)

### 1-1-3 الاسئلة المتعلقة بالتخطيط لدرس الرياضة المدرسية:

يبين الجدول(4) اجابات معلمي التربية الرياضية في المدارس المبحوثة والتي توضح الواقع الفعلي لدروس التربية الرياضية في مدارسهم.

#### الجدول(4)

#### قائمة الفحص للواقع الفعلي لتخطيط درس التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية

ت	الفقرات	المدارس الحكومية			المدارس الاهلية		
		متحقق	متحقق جزئياً	غير متحقق	متحقق	متحقق جزئياً	غير متحقق
1	يعد المدرس اهدافاً يصبو لتحقيقها قبل تنفيذ الدرس	√			√		
2	تصاغ الاهداف ضمن امكانيات المدرسة	√			√		
3	تتضمن مرحلة التخطيط لدرس التربية الرياضية المشاركات اللاصفية (الداخلية والخارجية)		√		√		
4	الانشطة الرياضية موحدة بين المراحل الدراسية(لتسهيل المنافسة فيما بينهم)			√		√	
5	عدد دروس التربية الرياضية الفعلية تتناسب مع الاهداف الموضوعه في الخطة السنوية			√		√	
6	تقسيم الدرس يتضمن (الاحماء، شرح المهارة، التدريب عليها، التهدئة)			√		√	
	الاوزان	3	2	1	3	2	1
	التكرار	2	1	3	5	1	0
	النتيجة	6	2	3	15	2	0
	معدل التطبيق	1.83			2.83		
	النسبة المئوية	61%			94%		
	حجم الفجوة	39%			6%		

الجدول من اعداد الباحثة

تشير معطيات الجدول (4) المتضمنة الواقع الفعلي لتخطيط درس التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية، إذ حصلت المدارس الحكومية المبحوثة على معدل تطبيق (1.83) من اصل (3) والتي تمثل بنسبة تطبيق (61%) وهي نسبة تعد متوسطة\* ، بينما كانت حجم الفجوة بنسبة(39%) والسبب الرئيس لظهورها هو عدم توحيد الانشطة الرياضية بين المراحل الدراسية داخل المدرسة وهذا بسبب عدم قيام المدرسة بأجراء منافسة (دوريات) بين المراحل الدراسية السؤال(4)، والسبب الثاني هو ان الدروس المنفذة فعلياً لا تتناسب مع الاهداف الموضوعية بسبب عدد ساعات الدوام القليلة السؤال(5)، والسبب الثالث هو عدم الالتزام بتقسيم الدروس وذلك لضيق وقت الدرس السؤال(6)، ان الاهتمام بدرس التربية الرياضية والمحاسبة عليه من قبل المشرفين واعتباره درساً منهجياً لا يمكن التفريط به واعطاء درجات حقيقية لمستوى التلاميذ ومحاسبتهم على الحضور للدرس سيرفع من قيمة درس التربية الرياضية ومساواته بالدروس الاخرى ان سبب انخفاض مستوى جودة درس التربية الرياضية يتلخص ب (قلة عدد الحصص، قلة وقت الدرس الفعلي، عدد التلاميذ الكبير في الفصل الدراسي الواحد، ازدواج دوام المدارس، تقليص وقت الدوام الفعلي) والذي انعكس على صعوبة التخطيط لدرس تربية رياضية على نحو نموذجي وبالتالي صعوبة تحقيق الاهداف التربوية والحركية والمهارية والنفسية.

بينما تشير معطيات الجدول (2) المتضمنة الواقع الفعلي لتخطيط درس التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية، إذ حصلت المدارس الاهلية المبحوثة على معدل تطبيق (2.83) من اصل (3) والتي تمثل بنسبة تطبيق (94%) وهي نسبة تعد ممتازة، بينما كانت حجم الفجوة بنسبة(6%) والسبب الرئيس لظهورها هو عدم توحيد الانشطة الرياضية بين المراحل الدراسية داخل المدرسة وهذا بسبب عدم قيام المدرسة بأجراء منافسة (دوريات) بين المراحل الدراسية السؤال(4)

### 3-1-2 الاسئلة المتعلقة بصفات معلم التربية الرياضية:

يبين الجدول(5) اجابات مدراء المدارس المبحوثة والتي توضح الواقع الفعلي لدروس التربية الرياضية في مدارسهم

#### الجدول(5)

#### قائمة الفحص المتعلقة بصفات معلم التربية الرياضية

ت	الفقرات	المدارس الحكومية			المدارس الاهلية		
		متحقق	متحقق جزئياً	غير متحقق	متحقق	متحقق جزئياً	غير متحقق
7	تمتلك المدرسة معلم متخصص بالتربية الرياضية.	√			√		
8	يشارك المعلمون في دورات تدريبية في اساليب التعليم الحديثة على نحو سنوية.		√			√	
9	يمتلك معلم التربية الرياضية اسلوب ممتع في القاء الدرس.		√		√		

\* ستعتمد الباحثة في البحث الحالية تقيماً وصفيّاً للأرقام وكما يأتي: (اقل من 49) =ضعيف، (50-59) =مقبول، (60-69) =متوسط، (70-79) =جيد، (80-89) =جيد جداً، (90 - فاكثر) =ممتاز

		√	√			يمتلك معلم التربية الرياضية القدرة على اكتشاف المواهب الرياضية	10
		√	√			يستقطب معلمي التربية الرياضية بناءً على قوة شخصيتهم وتأثيرهم في نفوس التلاميذ وسلوكهم	11
		√	√			يلتزم معلم التربية الرياضية بالزي الرياضي اثناء الدرس	12
1	2	3	1	2	3	الاوزان	
1	0	5	3	2	1	التكرار	
1	0	15	3	4	3	النتيجة	
2.66			1.66			معدل التطبيق	
89%			56%			النسبة المئوية	
11%			44%			حجم الفجوة	

الجدول من اعداد الباحثة

تشير معطيات الجدول (5) المتضمنة الواقع الفعلي لصفات معلم التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية، إذ حصلت المدارس الحكومية المبحوثة على معدل تطبيق (1.66) من اصل (3) والتي تمثل بنسبة تطبيق (56%) وهي نسبة تعد مقبولة، بينما كانت حجم الفجوة بنسبة (44%) والسبب الرئيس لظهورها هو ان المدارس الحكومية لا تستقطب المعلمين بناءً على قدراتهم الرياضية او قوة شخصيتهم، إذ يكون تعيينهم على نحو مركزي ولا يمتلك المدراء الصلاحية في اختيار المعلم السؤال (11) كذلك ان قيام معلم التربية الرياضية في المدارس الحكومية بتدريس مواد اخرى غير الرياضية تدفعه الى عدم الالتزام بالزي الرياضي السؤال (12)، وبسبب عدم وجود دافع معنوي من لدن مديرية التربية او الحكومة المحلية نحو اكتشاف المواهب الرياضية فلا يبحث المعلمون عنها ولا يساهمون في تمييزها السؤال (10) ان مدرس التربية الرياضية يعتبر الشخص الذي يحقق الادوار القيادية والمثالية من خلال علاقته بالتلاميذ وبالمجتمع المدرسي، وهذا يعتمد على مقدار ما يتحلى به المعلم من خصائص وقدرات معرفية ومهارات وسمات شخصية، اذ ان بعض التلاميذ يعتبرون معلم التربية الرياضية القدوة والمثال الاعلى الذي يقومون بتقليد شخصيته وزيه الرياضي وحركاته وغيرها، واذاف (must be Friday, 2023) ان المعلم المتمكن من اداء التمارين الرياضية والمهارية بشكل جيد، ويمتلك الكفاية المهنية المتمثلة ب(تشجيع التلاميذ عند ممارسة التمارين الرياضية) ويهتم بأراء التلاميذ ويشاركهم في التطبيق العملي للمهارات الرياضية يعد قدوة ومثال يحتذى به داخل وخارج المدرس، بينما تشير معطيات الجدول (3) أن المدارس الاهلية المبحوثة حصلت على معدل تطبيق (2.66) من اصل (3) والتي تمثل بنسبة تطبيق (89%) وهي نسبة تعد جيد جداً، اذ كانت حجم الفجوة بنسبة (11%) والسبب الرئيس لظهورها هو عدم مشارك المعلمون في دورات تدريبية في اساليب التعليم الحديثة على نحو سنوي، السؤال (8) وهذا ما اكده، (Youssef & Hammoud, 2014) انه يجب تدريب المعلمين تدريباً عالياً في الكليات ومعاهد اعداد المعلمين (قبل التعيين واثاء الخدمة) باستخدام اساليب التدريس الحديثة والمرتبطة بوسائل التواصل الاجتماعي لدعم التلاميذ معنوياً ونفسياً وبدنياً. (Ghazi et al., 2024).

3-1-3 الاسئلة المتعلقة بالأدوات والمعدات المطلوبة لدرس التربية الرياضية

يبين الجدول (6) اجابات معلمي التربية الرياضية في المدارس المبحوثة والتي توضح الواقع الفعلي لدروس التربية الرياضية في مدارسهم.

الجدول (6)

قائمة الفحص المتعلقة بالأدوات والمعدات المطلوبة لدرس التربية الرياضية

المدارس الاهلية			المدارس الحكومية			الفقرات	ت
غير متحقق	متحقق جزئيا	متحقق	غير متحقق	متحقق جزئيا	متحقق		
	√				√	يلتزم معلم التربية الرياضية بالزي الرياضي اثناء الدرس	13
		√	√			يلتزم التلاميذ بارتداء الزي الرياضي اثناء درس التربية الرياضية	14
		√	√			اعداد الطلبة مناسبة لإداء درس نموذجي للتربية رياضية	15
		√	√			تمتلك المدرسة المعدات المناسبة لا اداء درس التربية الرياضية (الكرات بأنواعها والشبكات والمضارب والمخاريط وسجادات التمارين الارضية)	16
		√		√		تمتلك المدرسة اسعافات اولية ولوازم الاستجابة لحالات الطوارئ في درس التربية الرياضية	17
	√		√			تمتلك المدرسة الادوات الكترونية والاجهزة التقنية مثل (الساعات الرياضية و كامرات التصوير الفديوية وشاشات العرض)	18
1	2	3	1	2	3	الاوزان	
0	2	4	4	1	1	التكرار	
0	4	12	4	2	3	النتيجة	
2.66			1.5			معدل التطبيق	
89%			50%			النسبة المئوية	
11%			50%			حجم الفجوة	

الجدول من اعداد الباحثة

تشير معطيات الجدول (6) المتضمنة الواقع الفعلي المتعلق بالأدوات والمعدات المطلوبة لدرس التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية، إذ حصلت المدارس الحكومية المبحوثة على معدل تطبيق (1.5) من اصل (3) والتي تمثل بنسبة تطبيق (50%) وهي نسبة تعد مقبولة، بينما كانت حجم الفجوة بنسبة (50%) والسبب الرئيس لظهورها هو ان تلاميذ المدارس الحكومية لا يلتزمون بالزي الرياضي اثناء درس التربية الرياضية السؤال(14)، كما ان اعداد الطلبة الكبيرة في المدارس الحكومية غير مناسبة لإداء درس نموذجي للتربية الرياضية السؤال(15)، كما انها تعاني من قلة التجهيزات الرياضية المختلفة مثل(الكرات بأنواعها والشبكات والمضارب والمخاريط وسجادات التمارين الارضية) وافتقارها لمختلف الاجهزة الالكترونية مثل (الساعات الرياضية و كامرات التصوير الفديوية وشاشات العرض) السؤال(16) و السؤال(17).

بينما تشير معطيات الجدول (6) أن المدارس الاهلية المبحوثة حصلت على معدل تطبيق (2.66) من اصل (3) والتي تمثل بنسبة تطبيق (89%) وهي نسبة تعد جيد جداً، بينما كانت حجم الفجوة بنسبة(11%) والسبب الرئيس لظهورها هو عدم امتلاك هذه المدارس الى ساحات مناسبة لإداء درس التربية الرياضية على نحو نموذجي السؤال(13).

في ضوء ما جاء بالجدول (4,5,6) يمكن أن نلخص معدل التطبيق لمتطلبات درس التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية والنسبة المئوية لمعدل الالتزام، والفجوات القائمة في الواقع الفعلي لتطبيق هذه الدروس بين المدارس المبحوثة وكما مبين بالجدول (7):

#### جدول(7)

##### خلاصة تقييم المدارس قيد البحث

ت	المتطلبات	المدارس الحكومية			المدارس الاهلية		
		معدل التطبيق	النسبة المئوية للالتزام	نسبة الفجوة	معدل التطبيق	النسبة المئوية للالتزام	نسبة الفجوة
1	التخطيط لدرس الرياضة المدرسية	1.83	61%	39%	2.83	94%	6%
2	صفات معلم التربية الرياضية	1.66	56%	44%	2.66	89%	11%
3	الأدوات والمعدات المطلوبة	1.5	50%	50%	2.66	89%	11%
	المعدل العام	1.66	56%	44%	2.72	91%	9%

الجدول من اعداد الباحثة

من ملاحظة الجدول(7) يتبين ان المدارس الحكومية المبحوثة قد تحصلت على معدل عام لمتطلبات درس التربية الرياضية بواقع (1.66) من اصل (3) درجات، وبنسبة عامة لمعدل الالتزام تقدر بـ(56%)، مع وجود فجوة تقدر بـ(44%) بين الواقع الفعلي للمدارس المبحوثة ومتطلبات درس التربية الرياضية النموذجي، في حين ان المدارس الاهلية المبحوثة قد تحصلت على معدل عام لمتطلبات درس التربية الرياضية بواقع (2.72) من اصل (3) درجات ، وبنسبة عامة لمعدل الالتزام تقدر بـ(91%)، مع وجود فجوة تقدر بـ(9%)، وهذا يقودنا الى قبول فرضية البحث والتي تنص على "هناك فجوة في تطبيق درس التربية الرياضية بين المدارس الحكومية والاهلية". وتري الباحثة أنّ سبب الفجوة الكبيرة في المدارس الحكومية وقلتها في المدارس الاهلية يعود الى الإعداد الكبيرة للطلبة وقلّة التجهيزات الرياضية في المدارس الحكومية، كذلك قلة عدد الحصص الدراسية، وفي بعض الاحيان

يتم استبدالها بدروس اخرى بسبب ضيق الوقت المخصص لكل مدرسة كون المدارس دوامها مزدوج مع مدارس اخرى (Abdulrasool et al., 2024)، وهذا يقودنا الى قبول فرضية البحث الثانية والتي تنص على " تؤثر المعوقات بشكل سلبي على تطبيق درس التربية الرياضية في المدارس الحكومية والاهلية". (Kadhim et al., 2024).

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

#### 4-1 الاستنتاجات

1. لدرس التربية الرياضية اهمية بالغة في تفرغ الطاقة السلبية للتلاميذ من خلال اداء أنشطة رياضية تعليمية مفيدة تحسين الحالة النفسية مما ادى زيادة النشاط الفكري في الدروس العلمية الاخرى
2. هناك اهتمام كبير بدرس التربية الرياضية في المدارس الاهلية اذ يعد من الدروس المهمة، عكس المدارس الحكومية فأن اغلب المدارس يعتبرونه درس ثانوي وغير مهم.
3. ان الفجوة الكبيرة في المدارس الحكومية كانت نتيجة عدد التلاميذ الكبير وقلة التجهيزات الرياضية وفقدان عوامل السلامة في المدارس وقلة اوقات الدوام وتقليص وقت الدرس الفعلي والذي اسهم في تحقيق نتائج سلبية على المعلم والعملية التعليمية لدرس التربية الرياضية.
4. ان معلم التربية الرياضية في المدارس الاهلية يعمل بكل طاقته العلمية من اجل الحفاظ على وظيفته، بينما في المدارس الحكومية فلا يوجد ما يلزم المعلم على اداء واجبه بكل كفاءة واجتهاد.
5. استنتجت الباحثة ان اهم معوقات تطبيق درس تربية رياضية مثالي في المدارس الاهلية كان قلة المساحات لان اغلب ابنية المدارس الاهلية ليست مخصصة لتكون مدرسة.

#### 4-2 التوصيات

1. توصي الباحثة مديرية التربية والنشاط الرياضي بدراسة المعوقات التي تم تناولها في البحث والتي تؤثر على تطبيق درس التربية الرياضية، واهمها توفير المستلزمات الاساسية للدرس في المدارس الحكومية بما يتناسب مع عدد التلاميذ.
2. توصي الباحثة المعلمين بتنفيذ درس التربية الرياضية بالإمكانيات الموجودة بالمدرسة باستخدام الالعاب الرياضية او تمارين بدنية هوائية بدون ادوات رياضية.
3. توفير دورات تأهيلية لمعلمي التربية الرياضية، وتحفيزهم من قبل المشرفين المختصين بهذا المجال.
4. توفير المساحات الكافية لأداء درس تربية رياضية مثالي في المدارس الاهلية.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في مجموعة من معلمي التربية الرياضية في المدارس الحكومية والأهلية

#### تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

هبة عدنان محمود <https://orcid.org/0009-0009-1618-5015>

## References

- Abdulrasool, T. H., Hussein, R. A. A., & Aldewan, L. H. M. (2024). A proposed vision for developing the structure of physical education curriculum within the framework of digital giving and technologies of the age of artificial intelligence. *International Journal of Physiology, Sports and Physical Education*, 6(1), 19–28. <https://doi.org/10.33545/26647710.2024.v6.i1a.61>
- Aldewan, L. H. (2016). *Fundamentals of curriculum design in physical education* (pp. 1–260). Dar and scribes of insights. <https://www.researchgate.net/publication/365704505>
- Aldewan, Lamyaa Hasan, Abed Malih, F., & Abdel Karim, K. L. (2006). The effect of using the educational bag on the level of learning some offensive skills with the epee weapon. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19, 18–44.
- Al-Diwan, L. H., Mithaq Ghazi, & Abdel Qader, A. (2007). Evaluating practical education for fourth-year students in the College of Physical Education University of Basra from the students' point of view. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 20, 5–25. <https://www.iasj.net/iasj/article/53803>
- Douai, J. is distracted. (2010). sing Checklist to Determine the Size of the Gap in Health Services, An Applied Study in the Baghdad Health Department – Al-Karkh. *Journal of Baghdad College of Economic Sciences University*, 23.
- Ghazi, M. A., Kadhim, M. A. A., Aldewan, L. H., & Almayah, S. J. K. (2024). *Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite)*.
- Hassan, M., & Shaltout, H. (1996). *Organization and Management in Physical Education* (p. 183). Dar Al-Ma'rifa.
- Hasson, R. E., Beemer, L. R., Eisman, A. B., & Friday, P. (2023). Closing the Gap Between Classroom-Based Physical Activity Intervention Adoption and Fidelity in Low-Resource Schools. *Kinesiology Review*, 12(1), 36–46. <https://doi.org/10.1123/kr.2022-0041>
- Kadhim, M. A. A., Abd Fares, M. N., & AL-DEWAN, L. H. M. (2021). The educational bag by the method of self-competition and its impact on learning skill performance And the achievement of discus throwing for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 68, 11–22. <https://www.iasj.net/iasj/article/213162>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education

Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeeedu.20241301.12>

Lafta, A. M. M. (2021). The reality of the physical education lesson in some middle and preparatory private schools from the point of view of their founders in the First Karkh Directorate of Baghdad Education. *Dirasat Tarbawiya*, 14.

Merica, C. B., Egan, C. A., Webster, C. A., Mindrila, D., Goc Karp, G., Paul, D. R., McKown, H., & Rose, S. (2023). Measuring Physical Education Teacher Socialization With Respect to Comprehensive School Physical Activity Programming. *Journal of Teaching in Physical Education*, 42(4), 744–756. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2022-0165>

must be Friday, N. (2023). An analytical study of the obstacles to implementing physical education lessons in primary schools in Babylon Governorate. *Sciences Journal Of Physical Education*, 16(7).

Othman, H. I., & Ola, S. O. (2023). The role of basic school principals in developing the physical education lesson in the Erbil Governorate Center from the point of view of physical education teachers. *Journal of Physical Education Sciences*, 16(5), 124.

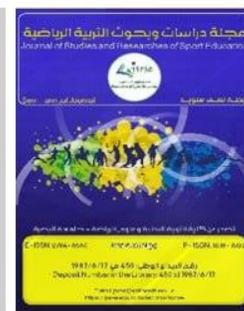
Taiba, A. A. S. (2008). *Principles of Statistics* (first edition, pp. 50–53). Dar Al-Bedaya for Publishing and Distribution.

Youssef, F. S., & Hammoud, Z. S. (2014). Determining the criteria for measuring the quality of school sports performance from the point of view of supervisors (specialists and technicians) in the Baghdad Education Directorate. *Journal of Physical Education*, 26(4), 54–69.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Academic adjustment and its relationship to psychological stress among students of the Department of Physical Education and Sports Sciences

Hayder Abbas Abdel Amir<sup>1</sup>  

Babylon Education Directorate

### Article information

#### Article history:

Received 14/5/2024

Accepted 12/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

academic adaptation, physical education, psychological stress, study and organization



### Abstract

The aim of the research was to: find out academic adaptation, psychological stress, and the relationship between the two variables among students of the Department of Physical Education and Sports Sciences – College of Basic Education – University of Diyala for the academic year 2023–2024. The researcher used the descriptive approach in the method of correlational relationships to suit the nature of the research, and the research community was identified as students from the Department of Physical Education and Sports Sciences. Sports – University of Diyala. They represent the population and the research sample (90) students were randomly selected by the researcher. The academic adjustment scale and the psychological stress scale were used in the research and treated statistically using the SPSS package. The researcher concluded that the students have pressures, and the greater the academic adjustment, the less psychological pressure, and there is a correlation between the variables on Despite the varying levels of students, the researcher recommended the need to pay attention to the psychological aspect of university students by professors and coaches while participating in sports.

DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.719>©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## التكيف الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسي لدى طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

حيدر عباس عبد الأمير<sup>1</sup>

مديرية تربية بابل

### الملخص

هدف البحث الى : معرفة التكيف الاكاديمي والضغط النفسي والعلاقة بين المتغيرين لدى طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى للعام الدراسي 2023 - 2024 واستعمل الباحث المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية لملائمتها لطبيعة البحث وتم تحديد مجتمع البحث طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى وهم يمثلون مجتمع وعينة البحث (90) طالب اختارهم الباحث عشوائيا واستعمل في البحث مقياس التكيف الاكاديمي ومقياس الضغط النفسية والمعالجة احصائيا عن طريق الحقيبة spss واستنتج الباحث ان الطلاب لديهم ضغوط وكلما زاد التكيف الاكاديمي كلما قل الضغط النفسي ويوجد ارتباط بين المتغيرات على الرغم من تفاوت مستويات الطلاب وأوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالناحية النفسية لدى طلاب الجامعة من قبل الأساتذة والمدرسين اثناء المشاركة في الرياضات

### معلومات البحث

تاريخ البحث :

الإستلام: 2024/5/14

القبول: 2024/6/12

التوفر على الانترنت: 15, يوليو 2024

### الكلمات المفتاحية:

التكيف الأكاديمي، التربية البدنية، الضغط النفسية، ادراه وتنظيم

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعد علم النفس الرياضي احد العلوم الهامة لدراسة المشكلات النفسية التي يتعرض لها الرياضيين بشكل عام والطلاب الممارسين للرياضة بشكل خاص نظرا لما تلعبه الناحية النفسية من دور مهم في التأثير على النتائج والوصول الى مستويات جيدة ، وقد شهدت الفترات الأخيرة اهتماما كبيرا بالطلاب والاهتمام بقدراتهم الرياضية والنفسية وادائهم الدراسي حيث ادركت المجتمعات حاجتها لهم في جميع الفروع العلمية والتكنولوجية ، لذي يتوجب اكتشاف قدراتهم وسمااتهم عبر تقديم الرعاية الملائمة لهم بصورة صحيحة ومدرسة تستند على أسس علمية ودراسات تربوية ونفسية . (Masoud & Shabib, 2024)

وتعتبر المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الفرد ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح يتوجب عليه بذل جهد وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات الجامعية بالإضافة الى مواجهة ضغوط الحياة الأخرى ، ولا يمكن تقوى الطالب دراسيا ورياضيا دون بذل الجهد والمثابرة على تخطي العقبات ومرونة في التعامل وكل ذلك يتطلب قدرا من التكيف والمرونة النفسية لدى الطلاب ، كما تشكل احداث الحياة اليومية المتلاحقة التي يتعرض لها الطلاب سواء على المستوى الشخصي او الاسري نتيجة العلاقات الاجتماعية تحديا كبيرا يتمثل في مدى قدرة الطالب على مواجهتها بأساليب فعالة تحافظ على توازنه وصحته النفسية. (mashkor & Mohammed, 2017)

ويعد التكيف الأكاديمي واحد من اهم المظاهر العامة للتكيف، كما يعتبر من المتعلقات بصحة الطالب النفسية وان تكيفه مع جو الجامعة وشعوره بالارتياح يمكن ان يؤثر بالأداء الدراسي ويحدد المديات في تقبل جميع النشاطات التي تعمل الجامعة على نموها، ومما لا شك فيه فان الطالب الجامعي يواجه العديد من الضغوط في مراحل الدراسة وقد تؤدي الى انحرافهم عن سلوكياتهم بسبب ما يعاناه الطالب من صراعات واحباط داخلي وخارجي. وتعد الضغوط النفسية احدى اهم الموضوعات المهمة التي درست من قبل الباحثين في مجال علم النفس وتمثلت في تحديد مصادر تلك الضغوط والعمل على وضع الأساليب للتعامل معها وتؤثر الضغوط على الصحة النفسية للطلاب حيث تؤدي الى مشكلات نفسية التي لها اثار سلبية على الطالب الجامعي ومن هنا تظهر أهمية البحث بدراسة الواقع الأكاديمي وتأثيره على الضغوط النفسية لدى الطلاب. (Mashkoor & Othman, 2023)

### 1 - 2 مشكلة البحث

يعد الطالب الجامعي المحور الأساسي في أي نشاط رياضي في الجامعة لذا يجب العمل على اعداده بشكل جيد من جميع النواحي البدنية والمهارية والنفسية للوصول الى تعلم افضل للمهارات التي يجب ان يمتاز بها الطالب الجامعي وأيضا إمكانية امتلاكه الصلابة النفسية لذا تعد العلوم النفسية من المهام ذات الارتباط الكبير بأعداد الطلاب ليحقق افضل مستوى بالتعلم ويحاول من تقليل الاخطاء وكون الباحث طالب دكتوراه في كلية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وأيضا تدريسي وقريب من الطلاب لاحظ إن هناك العديد من المواقف التي يمر بها الطلبة في كلية التربية الأساسية ولا يتمكنوا من التكيف مع الوضع الجامعي الجديد والبيئة الجديدة كونها تمثل تحديا صعبا لمعظم الطلبة وقد يتعرض الطالب إلى أزمات نفسية تعيق التكيف مع تلك البيئة وخاصة التكيف الأكاديمي

ارتأى الباحث دراسة التكيف الأكاديمي والضغوط النفسية وتسليط الضوء عليها بسبب قلة اهتمام الباحثين في دراسة المشكلة في المجال الأكاديمي لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ما دفع الباحث بدراسة المشكلة لإيجاد الحلول المناسبة.

### 1 - 3 اهداف البحث

- 1- التعرف على مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية من وجهة نظرهم.
- 2 - التعرف على مستوى الضغوط النفسية التي يعاني منها طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية من وجهة نظرهم.
- 3 - التعرف على طبيعة العلاقة بين التكيف الأكاديمي لدى طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وبين الضغوط النفسية التي يعانون منها.

### 1 - 4 فرض البحث

هناك علاقة ارتباط معنوية بين التكيف الأكاديمي الضغوط النفسية لدى طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

### 1 - 5 مجالات البحث

- 1 - 5 - 1 المجال البشري: طلاب التربية الأساسية / قسم التربية البدنية / ديالى
- 1 - 5 - 2 المجال الزمني: من تاريخ 10 / 11 / 2023 - 2 / 4 / 2024
- 1 - 5 - 3 المجال المكاني: القاعات الدراسية في كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى

### 1 - 6 مصطلحات البحث

- 1 - التكيف الأكاديمي: هو الاستجابة والمؤشرات التي تشير الى قدرة الفرد على التوافق مع الجانب الدراسي الأكاديمي نتيجة التفاعل مع المجتمع الدراسي (Rateb, 2006)
- 2 - الضغوط النفسية: شعور الفرد الرياضي وإدراكه بعدم التوازن بين متطلبات العمل وقدرته على انجاز ما مطلوب منه (Nasser, 2005)

### 2 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

#### 2 - 1 منهج البحث

استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة المشكلة.

#### 2 - 2 مجتمع وعينة البحث

يمثل طلاب كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الاولى جامعة ديالى للعام 2023 / 2024 المجتمع الأساسي للدراسة وعددهم (100) طالب. وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع الأصل بواقع (90) طالبا العينة الرئيسية و(10) طلاب للتجربة الاستطلاعية:

#### 2 - 3 - الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة

-المصادر العربية والأجنبية، استمارة جمع المعلومات والبيانات، استبانة التكيف الأكاديمي، استبانة الضغوط النفسية، حاسبة إلكترونية شخصية عدد (1) نوع casio , حاسبة لا بتوب عدد (1) نوع lenovo

#### 2 - 4 إجراءات البحث الميدانية

#### 2-4-1 المقاييس المستخدمة بالبحث: -

- مقياس التكيف الأكاديمي اعتمد الباحث لقياس مستوى التكيف الأكاديمي لدى الطلاب على مقياس (وليد خالد) والذي يتألف فقراته من (52) (Khaled, 2008)

- مقياس الضغوط النفسية تم الاعتماد على مقياس الذي أعده (مؤيد عبد الرزاق) وتكون من (51) تساؤل والواردين في الملحقين (1 ، 2) (Abdel-Razzaq, 2006)

وقد تم عرض المقياسين على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي ومجال القياس والتقويم للتأكد من صلاحيتهما للتطبيق على عينة البحث المستهدفة، والملحق (3) يظهر أسماء الخبراء الذين تمت الاستعانة بهم.

#### 2-4-2 التجربة الاستطلاعية: -

تمت التجربة بتاريخ 2023/3/8 على (10) طالب من طلاب المرحلة الاولى قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى وتم خلالها دراسة مدى تفهم العينة للمقاييس ووضوح الاسئلة فضلا عن التعرف على التحديات التي من الممكن تواجه الباحث في عملية التطبيق ، واستغرقت الإجابة من قبل الطلاب على مقياس التكيف الأكاديمي (20) دقيقة وأيضاً بمعدل (22) دقيقة للإجابة على مقياس الضغوط النفسية .

#### 2-4-3 اسلوب التصحيح للمقاييس المستخدمة بالبحث: -

مقياس التكيف الأكاديمي ان عدد المقياس الاول (52) والاجابات وفق ثلاثة بدائل وهي (غالبا، احيانا، نادرا) وتعطى أوزان للدرجات (1,2,3) على التوالي للفرقات الايجابية والعكس للفرقات السلبية اما بالنسبة لمقياس الضغوط النفسية فيتكون من (51) فقرة ويجب عنها وفق خمسة بدائل وتعطى درجات (1,2,3,4,5) على التوالي وتكون هذه الإجابة للفرقات الايجابية والعكس للفرقات السلبية.

#### 2-4-4 حساب الدرجة الكلية للمقياسين: -

بما ان مقياس التكيف الأكاديمي يتكون من (52) فقرة فإن اعلى درجة للطلاب تكون (156) واقل درجة هي (52) اما مقياس الضغوط النفسية فيتكون من (51) فقرة لذا فإن أعلى درجة هي (255) وأقل درجة هي (51).

#### 2-4-5 الخصائص السايكومترية للمقياسين

#### 2-4-5-1 الصدق: -

#### 1 صدق المحتوى

يقصد بصدق المحتوى الدرجة التي يقيس بها الاختبار ما صمم من أجل قياسه في المجتمع، وأن عملية الحكم على صدق المحتوى يعد صدقاً منطقياً، على العكس من الحكم الفردي الذي يكون جهداً ذاتياً ويتم هذا الصدق عن طريق أخذ آراء الخبراء والمختصين حول مدى صلاحية المجالات والفرقات للمقياسين للغرض المعدة من اجله وهذا ما قام به الباحث، ويعد الاختبار صادقا "بالقدر الذي تعبر فيه درجة المفحوص عن السمة أو المفهوم فيه تضيف معرفتنا شيئاً جديداً". (Al-Najjar, 2010)

#### 2-4-5-2 الثبات: -

تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ لاستخراج الثبات وبلغت الدرجة لمقياس التكيف الاجتماعي (0,82) ومقياس الضغوط النفسية بلغت (0,87) وهذا مؤشر عالي على ثبات المقاييس.

#### 2-6 التجربة الرئيسية: -

تم تطبيق التجربة الرئيسية في كلية التربية الأساسية جامعة ديالى في يوم الاربعاء 22 / 3 / 2023 حيث تم توزيع الاستبانة الخاصة للمقاييس على عينة البحث البالغة (90) طالبا حيث بدأ الباحث والكادر المساعد بتوزيع مقياس التكيف الأكاديمي وبعد

الإجابة على المقياس تم جمع الاستبانات ومن ثم توزيع استبانة مقياس الضغوط النفسية على عينة البحث وقد وفر الباحث الظروف اللازمة للحصول على إجابات الطلاب.

## 2-7 الوسائل الإحصائية: -

استعملت الحقيبة الإحصائية spss في معالجة البحث

## 3 - عرض النتائج ومناقشتها

### جدول (1)

يبين درجة التكيف الأكاديمي لدى الطلاب

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
معنوي	2.00	189.63	89	8.97	179.47	90

من جدول (1) يتبين أن الفرق لصالح الوسط الحسابي المتوقع وهذا يدل على أن مستوى التكيف الأكاديمي الرقمي هو فوق الوسط. ويفسر ذلك أن الطلاب يمتلكون مستوى تكيف أكاديمي إذ يعود السبب إلى أن أغلب الطلاب الجامعيين لديهم قدرات للتكيف الأكاديمي من خلال البيئة الجامعية ويوضح ذلك إلى أن المجتمع المدروس يختلف عن باقي المؤسسات التعليمية ويتطلب من الطالب الجامعي أن يمتلك القدرات التي تساعد على التكيف مع طبيعة المجتمع وتعد الخبرة التربوية ويكتسبها الطالب من عدة مصادر مختلفة لها أثر كبير في عملية التكيف كما يعد التفوق الدراسي من الوسائل الرئيسية التي لها صلة في تحقيق التكيف الأكاديمي

كما يرى (Rateb, 2006) على أن مفهوم التكيف العام يشير إلى تفاعل الفرد مع البيئة التي يعيش فيها من خلال تعديل سلوكه بما يتوافق والبيئة المحيطة به للوصول إلى التوازن في مراحل حياته المختلفة مما يكون علاقات جيدة مع الآخرين

### جدول (2)

يبين درجة الضغوط لدى العينة

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت)		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
معنوي	2.00	66.65	89	9.96	70.01	90

من جدول (2) يتبين أن الفرق لصالح الوسط الحسابي المتوقع وهذا يدل على أن مستوى الضغوط النفسية هو أقل من الوسط. ويفسر ذلك أن الطلاب يمتلكون مستوى جيد للسيطرة على الضغوط النفسية ويوضح ذلك إلى أن الدراسة الجامعية تتطلب قدر كبير من الاستقلالية والاعتماد على النفس داخل المجتمع الجامعي من دراسة في الأنشطة المختلفة داخل وخارج الكلية ويشير تايلور إلى أن الانتقال من الدراسة الإعدادية إلى الكلية يشكل تحولا وتوتر وضغوط وذلك بسبب تعقد البيئة الاجتماعية للطلاب والمتغيرات القابلة للحدث والتفاعل الاجتماعي لإشباع الحاجات. ويؤكد (Allawi, 1998) أن بعض الطلاب قد يعانون المزيد من الضغوط الواقعة عليهم سواء في عملية التدريب أو الدراسة أو في الأعمال الأخرى ولا يستطيعون

مواجهة هذه الضغوط والتغلب عليها وتتأثر مستوياتهم بدرجة كبيرة ويشعرون بعدم قدرتهم على الاستمرار في ممارسة النشاطات.

### جدول رقم (3)

#### يبين العلاقة بين التكيف الأكاديمي والضغوط النفسية

المعالم الإحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية	الدلالة
التكيف الأكاديمي	179.47	8.97	0.292	0.21	معنوي
الضغوط النفسية	70.01	9.96			

من الجدول (3) يتضح وجود ارتباط دال احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التكيف الأكاديمي والدرجة الكلية للمقياس الضغوط النفسية لدى عينة البحث لان الضغوط النفسية تلعب دورا كبيرا وأساسيا في سلوك الإنسان اتجاه الآخرين من خلال التحكم في القدرة على ضبط النفس والتفاعل مع البيئة على أساس تكامل الوظائف النفسية الكاملة والتي تؤدي إلى مواجهة الأزمات التي تواجه الفرد كون إن الاندماج في البيئة الجديدة يعد تكيفا اجتماعيا جديدا للطالب وان التكيف الأكاديمي للفرد يساعده كذلك في التغلب على الضغوط النفسية الناتجة من القلق الاجتماعي والدراسي والتي قد تنتج من عدم اقتناع البعض من الطلبة في التخصص الجديد والذي قد يكون غير راغب فيه وقد تسبب هذه الضغوط النفسية أيضا في الانقطاع عن الدراسة من جراء عدم تفهمهم أو توافقهم اجتماعيا ودراسيا مع هذا الواقع وهذا ما أكده هرمز ويوسف " فان بعض الطلبة لا يكونون معدين إعدادا طيبا للانخراط في الجامعة وبذلك فقد يتعرض الطالب لمشكلات وصعوبات أكاديمية أو دراسية وقد يتركون الدراسة أو ينقطعون عنها لفترات . بسبب عدم توافقهم وتكيفهم معها. كل ما سبق يفرض على الطالب الجامعي خلال السنة الأولى متطلبات جديدة ولكي يواجهها ويجتازها بنجاح عليه أن يؤدي العديد من الاستجابات التكيفية المناسبة للأجواء الجامعية الجديدة (Zghayer & Khazaal, 2019) (Al-Mahamid, 2004)

والضغوط النفسية من المؤثرات الأساسية التي تعكس التكيف الدراسي الجيد للطالب في السنة الأولى من الحياة الجامعية وهي أيضا تتعكس على تحصيله الدراسي ومواده الدراسية الجديدة والتي قد تكون صعبه بحكم التخصص لان التجربة الجامعية متعددة ومتنوعة من حيث المتطلبات. (Newsham-West et al., 2009)

لذا ان زيادة درجة التكيف الأكاديمي هي تحصيل ما يتمتع به طلاب الكلية من ثقافات والشعور بالعمل الجماعي وتكوين علاقات مبنية على الاحترام يؤدي الى توازن في درجة الضغوط النفسية والعكس صحيح لدى طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة ويعزو الباحث ذلك الى ان الطالب في الجامعة يعاني من توترات شديدة لشعوره بأهمية الاستقلال عن أسرته وتشكيل شخصيته المنفردة كما يشعر بالانزعاج عند مواجهته لعوائق تحول دون تحقيق أهدافه العلمية والرياضية مما ينعكس عليه بعض المشاعر السلبية التي تقلل من الطموح ومدى الرضا العام عن دراسة (Allawi, 1998)

ان التكيف الأكاديمي للطالب الجامعي يعد من اهم المظاهر الصحية للطالب والذي يساعد على شعوره بالرضا والارتياح مما ينعكس على نتائج جيدة في الدراسة كما في الطلاب المتكيفين يحصلون على نجاحات جديدة ويساهمون في الانشطة الطلابية لديهم الفرصة في نجاح علمي أكثر من الذين يعانون من صعوبة التكيف الأكاديمي. (Saeed, 2011) وهذا ما أكده (Allawi, 1999) ان هناك العديد من المثيرات الضاغطة التي تواجه اللاعب او الممارس للأنشطة الرياضية مثل بداية التدريبات والمنافسة، تكرار خبرات الفشل، الضغوط المرتبطة بعدم التوفيق بين متطلبات التدريب والدراسة.

#### 4 - الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4 - 1 الاستنتاجات:

- 1- يمتلك طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة مستوى (متوسط) من التكيف الأكاديمي من وجهة نظرهم الشخصية
- 2- يتمتع طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بمستوى (منخفض) من الضغوط النفسية من وجهة نظرهم الشخصية
- 3- إن هناك علاقة ارتباط بين التكيف الأكاديمي والضغوط النفسية.
- 4- التكيف الأكاديمي يتأثر بمقدار الضغوط النفسية للطالب وقدرته على الاندماج مع البيئة والتوافق معها

##### 5 - 2 التوصيات:

- 1- ضرورة الاهتمام بالناحية النفسية لدى طلاب الجامعة من قبل الأساتذة والمدرسين اثناء المشاركة.
- 2- مراعاة ظروف الطلاب المشاركين في فرق الكلية او منتخب الجامعات بحيث لا تتعارض مع الدراسة والامتحانات.
- 3- اجراء المزيد من الدراسات التي تتناول التكيف الأكاديمي في الجامعات والكليات الاخرى.
- 3- اجراء اختبارات نفسية واعداد برامج تدريبية خاصة تعمل على وقاية طلاب الكلية من الضغوط النفسية.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلاب التربية الأساسية / قسم التربية البدنية / ديالى

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

حيدر عباس عبد الامير <https://orcid.org/0009-0002-7290-6744>

## References

- Abdel-Razzaq, M. (2006). *The effect of psychological pressure and physical effort on some hormonal responses according to the prevailing personality traits of basketball players* [PhD dissertation]. University of Mosul.
- Allawi, M. H. (1998). *Psychology of sports and physical exercise* (p. 36). Al-Madani Press.
- Allawi, M. H. (1999). *The Psychology of Player Burnout* (p. 68). Al-Kitab Publishing Center.
- Al-Mahamid, S. (2004). Attitudes of Mutah University students towards academic advising. *Journal of Educational Sciences, College of Education, University of Bahrain*, 6(4), 102.
- Al-Najjar, N. J. S. (2010). Measurement and evaluation, an applied perspective with SPSS applications. *Dar Al-Hamid for Publishing and Distribution*, 64.
- Khaled, R. W. (2008). Building an academic adjustment scale for fourth-year students, College of Physical Education. *Journal of Basic Education Research*, 7(8), 188.
- Mashkoor, N. H., & Othman, I. A. (2023). Perceived Self-Efficacy and Its Relationship to Dexterous Thinking Among Third-Stage Female Students in the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 69–83. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>
- mashkor, N. hamed, & Mohammed, L. H. (2017). Study the level of social interaction and its relationship to aggressive behavior on the field for some youth teams. *The Scientific Journal of Sports Science and Arts*, 16(016), 59–67. [https://scholar.google.com/scholar?hl=ar&as\\_sdt=0,5&cluster=13309804359501948191](https://scholar.google.com/scholar?hl=ar&as_sdt=0,5&cluster=13309804359501948191)
- Masoud, A. R., & Shabib, S. S. (2024). Evaluating the level of some psychological traits among women practicing sports activities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).
- Nasser, A. (2005). *School adaptation among latecomers and outstanding students and its relationship to academic achievement* [Master's thesis]. University of Damascus.
- Newsham-West, R., Button, C., Milburn, P. D., Mündermann, A., Sole, G., Schneiders, A. G., & Sullivan, S. J. (2009). Training habits and injuries of masters' level football players: a preliminary report. *Physical Therapy in Sport*, 10(2), 63–66.
- Rateb, O. K. (2006). *Psychological Care for Athletes* (p. 30). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Saeed, A. (2011). *The Psychology of Football* (p. 129). Library of the Arab Complex for Publishing and Distribution.

Zghayer, L. Y., & Khazaal, M. A. (2019). Academic adaptation and its relationship to the creative self-efficacy of university students. *Nasaq*, 24.

ملحق (1) مقياس التكيف الأكاديمي

ت	الفقرات	غالبًا	أحيانًا	نادرا
1	انسجم دائما مع زملائي في الدروس العملية			
2	اشعر بان زملائي يشجعونني على القيادة			
3	اتقبل مزاح زملائي معي اثناء المحاضرة			
4	لا انتشاجر مع زملائي في الكلية			
5	لا أحب ان اجرح شعور زملائي لاي سبب كان			
6	يحزن زملائي لمرضي ويساعدوني في تجاوزه			
7	اشعر بان زملائي يهتمون بأرائي			
8	احصل على لوازم التدريب ام المحاضرات من زملائي			
9	إذا تغيبت عن الكلية زملائي يسألون عني			
10	يساعدني زملائي في حل مشاكلي الخاصة			
11	اشكر زملائي حين يوجهوني لسلبية ما صدرت مني			
12	انا محبوب من قبل زملائي وتربطني بهم علاقة طيبة			
13	لا أتأثر بزملاء السوء ودعوتهم لي بترك المحاضرات			
14	استمتع مع زملائي خلال الوقت الذي افضيه في الدروس العلمية			
15	تفرحني متابعة العمادة لمشكلات الطلاب ومحاولة حلها			
16	توفر لي الكلية مجالاً للمطالعة من خلال المكتبة			
17	أرى ان جلوسنا في القاعات الداخلية مريح جدا			
18	اشعر ان الاساتذة يقدمون تعليم جيد للطلاب			
19	اتضايق من غيابي عن الكلية مهما كان السبب			
20	أحس ان عميد الكلية قاسي على الطلاب			
21	كليتي تنمي المعرفة لتطوير كعملم تربية رياضية			
22	أحس ان كليتي واقسامها تنمي روح المثابرة والابداع			
23	تساعدني الكلية على تطوير قابليتي للتكيف مع المحيط الجامعي			
24	احرص على تنظيف الساحات الرياضية مع زملائي			
25	يهمني ان أقدم يد المساعدة لإدارة الكلية واقسامها			
26	لا ارغب بالدوام في الكلية			
27	اعتقد ان كليتي لا تنمي المهارات الرياضية			
28	تنمي الكلية الثقة بالنفس من خلال مناهجها ودروسها			
29	لدي رغبة بتطوير قدراتي المهارية من خلال الكلية ومحاضراتها			
30	مشاركاتي في الكلية لها تأثير سلبي على حالي المادية			
31	أشارك جامعتي بالتشجيع في البطولات الجامعية الرياضية			
32	أشارك في الأنشطة الاجتماعية والترفيهية التي تقيمها الكلية			
33	اشعر بالمتعة عندما اشاهد البطولات التي تقيمها الجامعة			
34	اشعر بالمتعة عندما أشارك في النشاطات اللاصفية في الكلية			
35	يهمني ان ابذل قصارى جهدي لتنظيم السفرات في الكلية			
36	افرح كثيرا عند حصول فرق الجامعة على البطولات			
37	يسرنني ان اكلف باي عمل في سبيل إنجاح النشاطات الجامعية			
38	يهمني ان أشارك في الدورات التي تقيمها الكلية			
39	يهمني المشاركة بحفلات التعارف بين الطلبة			

40	يعجبني الأستاذ الذي يتفهم ظروف الطلبة
41	اشعر بان الأساتذة يفكرون الطالب الجيد اثناء المحاضرة
42	اشعر بان الأساتذة يحترمون الطالب المطيع والخلق
43	اعاني من عدم كفاءة بعض الأساتذة في إيصال المواد الدراسية
44	أرى ان بعض الأساتذة قليلي الخبرة في التدريس
45	يؤلمني تجاهل بعض الأساتذة لرأيي في المحاضرة
46	أقدر اساتذتي ولو صدر عنهم ما يضايقني
47	عندما يطلب مني الأستاذ انجاز واجب ما انفذه بسرعة
48	يفرحني مشاركة الأساتذة في حل مشاكلي
49	اشعر بان علاقتي بأساتذتي طيبة جدا
50	اشعر بعدالة اساتذتي في منحي الدرجة الامتحانية
51	لا اتردد في المناقشة مع الأستاذ في المحاضرة
52	أشارك كليتي اثناء النشاطات الجامعية

### ملحق (2) مقياس الضغوط النفسية

ت	الفقرات	كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا
1	أفكر في عواقب الرسوب بالامتحانات					
2	الإصابات الجسدية تعيق مسؤولياتي					
3	اتضايق من تعرضي للأمراض					
4	اشعر بالتعب عند المشاركة في الامتحانات					
5	عدم اهتمام عمادة الكلية لحالتي النفسية					
6	اعاني التعب الذهني قبل أداء الامتحانات					
7	اعاني من اضطرابات نفسية قبل الامتحانات					
8	الحظ له دور في تحقيق النجاح في الكلية					
9	أساتذة الكلية يهتمون للطلاب الجيدين فقط					
10	يلومني اصدقائي عند حصولي على درجات ضعيفة					
11	يربكني الحضور من قبل عمادة الكلية في الامتحانات					
12	اشعر بأنني غير معد نفسيا قبل المشاركة في الامتحانات					
13	اتعصب كثيرا في قاعة الدرس					
14	يضايقني تدخل الطلاب في عملي					
15	اشعر بعدم التشجيع اثناء الدوام في الكلية					
16	اصاب بالإحباط عند دخول القاعة الامتحانية					
17	الجا الى الغش للحصول على درجات عالية					
18	أجد صعوبة في تحمل المسؤولية					
19	اعاني من تعامل بعض الأساتذة معي					
20	اعاني من ضعف اهتمام الاصدقاء					
21	اشعر بتسارع ضربات قلبي في الامتحان					
22	اصاب بالتعب والانهك في اوقات المحاضرة					
23	أكون بعيد عن الطلاب في الدروس العملية					
24	أساتذة الكلية يساعدوني في تجاوز المشكلات النفسية					
25	اشعر بأنني استنزف طاقتي النفسية					
26	احزن كثيرا عندما أخطأ					
27	لم أتمكن من النوم ليلة الامتحانات النهائية					
28	اكون عدائيا كلما اقترب موعد الامتحان					
29	اشعر بأنني مجبر على الانتماء للكلية					
30	تزعجني نظرة المجتمع في المسؤولية التي امارسها					
31	اشعر بالخمول والنعاس فور دخولي الى المحاضرة					
32	تقلقتني قلة التجهيزات الدراسية في الكلية					
33	أجد صعوبة في التعامل مع الأساتذة					
34	اتضايق من تعامل الطلاب معي					
35	ارى السخرية من بعض الطلاب اتجاهي					

36	أجد صعوبة في الشعور بالراحة
37	اشعر بشرود الذهن قبل البداية
38	انتقد نفسي كلما اتعرض للفشل
39	القوانين الخاصة في الدراسة تشعرني وكاني خائف
40	افتقد تشجيع المادي والمعنوي من قبل الهيئة التدريسية
41	يزعجني الكادر التدريسي في اتخاذ بعض القرارات
42	تسوء حالتي النفسية جراء بعض الخطوات غير المنتظمة
43	اشعر بنقص الدافع عند الذهاب الى الكلية
44	ينتقدني الآخرون عندما أخطأ في مسؤولياتي
45	اشعر بالخوف من الفشل في الامتحانات
46	يصعب عليه استعادة نشاطي بعد الدوام
47	أجد صعوبة في التفاعل مع الطلاب الآخرين
48	تؤثر مشكلاتي العائلية سلباً على ادائي
49	اشعر بأنني غير مهتم في المحاضرات
50	اشعر بالملل من طول فترة الدراسة
51	ينخفض ادائي عند حضور المسؤولين في الجامعة

### ملحق (3) أسماء الخبراء والمختصين

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1	ا.د. عامر سعيد الخيكاني	علم نفس رياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	ا.د. ياسين علوان التميمي	علم نفس رياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	ا.د. عبد الرحمن ناصر	قياس وتقويم	جامعة ديالى كلية التربية الاساسية
4	ا.د. حيدر عبد الرضا طراد	علم نفس رياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	ا.د. رواء علاوي كاظم	قياس وتقويم	جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	ا.د. شيماء علي خميس	علم نفس رياضي	جامعة بابل كلية الدراسات القرآنية
7	ا.د. عايد كريم محمد	قياس وتقويم	جامعة القاسم الخضراء كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	ا.د. كامل عبود حسين	علم النفس الرياضي	جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	ا.د. هيثم حسين الجبوري	علم نفس رياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	ا.د. رحيم حلو علي	علم نفس رياضي	جامعة ميسان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## Small cooperative games and their role in reducing the phenomenon of school bullying for middle school students

Ahmed Obaid Rashid <sup>1</sup>✉ Muhammad Abdel Qader Abdel Rahman <sup>2</sup>✉ Muhannad Abdel Saleh <sup>3</sup>✉

General Directorate of Anbar Education<sup>1,2</sup>

Anbar University/University Presidency<sup>3</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 4/6/2024

Accepted 25/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

cooperative small games – school bullying – middle school students, psychology



### Abstract

The research aimed to identify the phenomenon of school bullying and to know the effect of small cooperative games in reducing it among middle school students. The researchers used the experimental method and the sample of the study was the students of the fourth scientific grade of Al-Salam Preparatory School for Boys in Ramadi District, who numbered (52) students and were divided by lottery into A control group and an experimental group. The control group applied the curriculum prepared by the physical education teacher, while the experimental group applied the prepared small cooperative games for a period of (8) weeks and two educational units per week. The researchers concluded that the cooperative small games have a positive effect in reducing the phenomenon of school bullying in post-tests. Between the control and experimental groups and in favor of the experimental group, the researchers recommended that all school administrations should pay attention to physical education lessons for all age levels



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## الالعاب الصغيرة التعاونية ودورها في الحد من ظاهرة التمر المدرسي لطلبة الاعدادية

مهند عبد صالح<sup>3</sup> ✉  
جامعة الانبار/ رئاسة الجامعة<sup>3</sup>

محمد عبد القادر عبد الرحمن<sup>2</sup> ✉

احمد عبيد رشيد<sup>1</sup> ✉  
المديرية العامة لتربية الانبار<sup>1,2</sup>

### الملخص

هدف البحث للتعرف على ظاهرة التمر المدرسي ومعرفة أثر الالعاب الصغيرة التعاونية في الحد منها بين طلبة المرحلة الاعدادية، واستعمل الباحثون المنهج التجريبي وكانت عينة الدراسة عينة الدراسة على طلبة الصف الرابع العلمي لإعدادية السلام للبنين في قضاء الرمادي والبالغ عددهم (52) طالبا قسموا بطريقة القرعة الى مجموعة ضابطة واخرى تجريبية، طبقت المجموعة الضابطة المنهاج المعد من قبل مدرس التربية الرياضية اما التجريبية فطبقت الالعاب الصغيرة التعاونية المعدة ولمدة (8) اسابيع وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع، واستنتج الباحثون ان للالعاب الصغيرة التعاونية تأثير ايجابي في الحد من ظاهرة التمر المدرسي في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، واوصى الباحثون ان لجميع ادارات المدارس عليهم الاهتمام بدرس التربية الرياضية ولكافة المراحل السنوية.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:  
الاستلام: 2024/6/4  
القبول: 2024/6/25  
التوفر على الانترنت: 15 يوليو, 2024

### الكلمات المفتاحية:

الالعاب الصغيرة التعاونية – التمر المدرسي –  
طلبة المرحلة الإعدادية ، علم النفس

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة واهمية البحث

اصبحت الرياضة في وقتنا الحالي تحتل مكانة مرموقة بين شعوب العالم، لما لها من دور فعال واساسي في حياة الانسان لإعداد جيل واع وقوي بدنيا ونفسيا يستطيع التكيف مع جميع متغيرات العصر المختلفة والعيش فيها حياة هادئة وسعيدة تمتاز بقيمتها الانسانية والتربوية والتعليمية، وان الاهتمام بالرياضة المدرسية في دول العالم المتقدم بات من اساسيات التطور في جميع المجالات الحياتية تعد الالعاب الصغيرة نشاطات تمتاز بالبساطة والسهولة في تنظيمها وادائها وتبعث البهجة والفرح والسرور وتحمل في طياتها التنافس الشريف من دون قواعد واحكام تفرضها على الممارسين ولا تتضمن مهارات فنية وحركية صعبة هدفها الخروج بالأشخاص عن الروتين اليومي المألوف وحفاظ الفرد على نشاطه وتهينته بدنيا ونفسيا لإكمال متطلبات الحياة الاخرى. (Othman et al., 2023) من المفهومات الخاطئة للكثير من الناس المرتبطة بأهداف درس التربية الرياضية هو العمل على اعداد الطالب بدنيا ومهاريا فقط من خلال تقوية عضلاته والظهور ببدن مثالي، والحقيقة ان الاهداف الرياضية تذهب لأبعد من ذلك لتشمل عدة مجالات وهي تثقيف الطلبة معرفيا وحركيا وانفعاليا، أي اعداد الفرد معرفيا من خلال اكسابه الخبرات اللازمة والمرتبطة بالأداء الحركي لمختلف الانشطة الرياضية ليصبح قادرا على الاداء بشكل جيد وتمميته انفعاليا للتخلص من التوترات العصبية واندماجه في مجموعات متجانسة كل حسب امكانياته لتفعيل دور العمل التعاوني من اجل إكمال الواجبات الموكلة اليهم بصورة جيدة؛ كل ذلك سيسهم في القضاء على الكثير من السلوكيات السلبية التي يمارسها الطلاب داخل المدرسة وخارجها واعداد جيل قوي متعاون بدنيا ومهاريا ونفسيا مستعدا لتقديم الافضل لبلده ونموذجا للأجيال اللاحقة. (Lamyaa & ruaa, 2015)

تعتبر مشكلة التمر من الظواهر السلبية التي تواجهنا نحن كتربيين في المدرسة وتحتاج ان نسلط الضوء عليها والموجودة فعليا وبصورة واضحة ومستمرة في بيئتنا المدرسية والتي تنعكس على مجتمعاتنا بصورة سلبية مخالفة للقيم والتقاليد، اذ تختلف صفات تلك الظاهرة من مكان الى اخر وحسب البيئة والفروق الفردية ودرجة التماسك الاجتماعي بين الطلبة بل الاختلاف حتى في طريقة تتمرهم او تعرضهم للتمر، ويعد التمر المدرسي شكلا من اشكال التعامل الاجتماعي الخاطئ من الشخص غير المتزن نفسيا سواء كان جسديا او لفظيا او الكترونيا يحاول السيطرة والهيمنة على الاشخاص بصورة سلبية لها تواجها الوخيمة على المتمم والقائم عليه التمر. (Ahmed & Hassan, 2015)

ان التمر المدرسي ما هو الا وصف لما يحدث بين الطلاب داخل وخارج اسوار المدرسة حيث يسيطر فيها الطالب القوي على الطالب قليل الحيلة غير القادر على الدفاع عن نفسه. (Masoud & Shabib, 2024)

من هنا بدأت انطلاقة الباحثين في خوض هذه التجربة محاولة منهم وجود الحلول المناسبة لهذه الظاهرة السلبية عن طريق بث روح التعاون بين الطلبة على شكل العاب صغيرة غير خاضعة لأي ضوابط او قوانين تحكمها هدفها نشر التآلف والمحبة بين الافراد والحد من سلوك التمر المدرسي من خلال تلك الالعاب التعاونية. (Al-Diwan & Sultan, 2017)

### 1-1 مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحثون في مجال تدريس التربية الرياضية نرى ان المشكلة الحقيقية هي في كيفية اعداد مناهج درس التربية الرياضية من اغلب المدرسين، لان اغلب المشاكل التربوية التي تحصل في المدارس يمكن حلها بهذه النشاطات وغرس القيم وروح الجماعة داخل نفوس الطلبة، وان العمل كمجموعة واحدة ومتكاملة قد يذنب الكثير من المشكلات سواء كانت تعليمية او تربوية او غيرها، وبدأت في الآونة الأخيرة تظهر لدينا العديد من السلوكيات والظواهر المخالفة للقيم والاخلاق وعادات المجتمع ومنها ظاهرة التمر المدرسي، لان سلوك التمر لا يرتبط بعمر معين سواء كان ذكر او انثى ولكن يزداد ظهوره في مراحل الدراسة المتوسطة والاعدادية، وقد تعود الاسباب الى المرحلة العمرية (المراهقة) ومحاولة اثبات الذات بطريقة او بأخرى فضلا عن البيئة التي يعيش فيها، وقد اظهرت الدراسات ان الاشخاص الذين يمارسون الجرائم في سن (24) سنة هم الاشخاص الذين

وصفوا قديماً بممارسة التمر المدرسي في مرحلة الدراسة المتوسطة والاعدادية. من هنا تظهر أهمية الدراسة في اعداد الباحثين لمجموعة من الالعب الصغيرة التعاونية لتتناسب مستوى عينة البحث التجريبية هدفها الحد من ظاهرة التمر المدرسي لطلبة المرحلة الاعدادية.

### 2-1 اهداف البحث

- 1- مستوى ظاهرة التمر المدرسي والوقوف على مناطق القوة والضعف ووضع الحلول لها ومعالجتها.
- 2- أثر الالعب الصغيرة التعاونية في الحد من ظاهرة التمر المدرسي بين طلاب المرحلة الاعدادية.

### 3-1 فرض البحث

- 1- هناك فروق دالة احصائياً بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي في قياس ظاهرة التمر المدرسي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية.
- 2- هناك فروق معنوية في الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات المبسوثة.

### 4-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري/ طلبة اعدادية السلام للبنين الصف الرابع العلمي

2-5-1 المجال المكاني/ الساحة الرياضية لإعدادية السلام للبنين

3-5-1 المجال الزمني/ من 20 / 11 / 2023 الى 22 / 1 / 2024

### 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

#### 1-2 منهج البحث

استعمل الباحثون المنهج التجريبي لملائمته مشكلة الدراسة

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على طلاب الاعدادية المرحلة الرابعة لمدارس قضاء الرمادي المركز والبالغ عددها (9) اعداديات للبنين، وتم اختيار اعدادية السلام كعينة للبحث بالطريقة العمدية والبالغ عدد طلابها في الصف الرابع العلمي (52) طالبا والذين مثلوا نسبة(11.11%) من مجتمع الدراسة، تم تقسيمهم عن طريق القرعة لتكون شعبة (ب) هي المجموعة التجريبية اما شعبة (أ) مثلوا مجموعة البحث الضابطة وواقع (26) طالبا لكل مجموعة.

#### 3-2 تكافؤ عيني البحث

### جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق وتكافؤ عينة في الاختبارات

القبليية بين مجموعتي البحث الضابطة والجدولية

دلالة الفروق	T الجدولية	T المحسوبة	مجموعتي البحث				وحدة القياس	المتغيرات
			الضابطة		التجريبية			
			ع	س-	ع	س-		
غير دالة	2.010	0.699	9.269	108.15	8.403	109.9	الدرجة	مقياس التتمر المدرسي

قيمة (T) الجدولية امام درجة حرية (50) تحت نسبة خطأ (0.05) اما الوسط الفرضي = 92

#### 4-2 الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات

▪ شبكة الانترنت، الاختبار والقياس ، المصادر العربية والأجنبية ، فريق العمل المساعد ،استمارة جمع البيانات ، استبانة المقياس ،جهاز حاسوب نوع (Dell) عدد (2) ،حاسبة الكترونية ،ساحة مدرسية للعب ،أقمار عدد (26) ، بورك ، صافرة عدد (3) ،شريط قياس ،شواخص عدد (10) ، كرات ملونة ومختلف الاحجام عدد (30)

#### 5-2 مقياس التمر المدرسي (Hadi, 2021)

#### 1-5-2 طريقة تصحيح المقياس

صيغت فقرات مقياس التمر المدرسي (ملحق 1) بالاتجاه الذي يقيس المتغير، اما بدائل الاستجابة نحو مضمون الفقرة فهي ((دائما - احيانا - نادرا)) والتي اعطيت الدرجات ((3 - 2 - 1)) لكل استجابة تنطبق على الفقرة وجميعها عبارات سلبية.

#### 6-2 اجراءات البحث الميدانية

#### 1-6-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثون وفريق العمل المساعد بتطبيق بعض الالعاب الصغيرة التعاونية في درس للتربية الرياضية للتأكد من امكانية تطبيقها في تجربة البحث الرئيسة يوم (الاثنين) الموافق 20 / 11 / 2023 على عينة من الطلاب والبالغ عددهم (22)، والتأكد من سلامة الاجهزة والادوات وكفاية فريق العمل المساعد.

#### 2-6-2 الاختبارات القبليّة

بإشراف الباحثون قام فريق العمل المساعد بإجراء الاختبار القبلي على عينة البحث الخاص بمقياس التمر المدرسي في القاعات الدراسية داخل المدرسة يوم (الخميس) الموافق 2023 / 11 / 23 الساعة العاشرة صباحا، وتم استخراج الاسس العلمية للمقياس وبطريقة التجزئة النصفية.

#### 3-6-2 تجربة البحث الرئيسة

بعد اجراء الاختبارات القبليّة قام الباحثون وفريق العمل المساعد في يوم(الاثنين) الموافق 2023/11/27 بتطبيق اول وحدة تعليمية للمتغير المستقل (الالعاب الصغيرة) ولغاية يوم (الخميس) الموافق 2024/1/18 ولمدة (8) اسابيع تم فيها:

- ✓ استخراج الاسس العلمية لمقياس التمر المدرسي على طريقة التجزئة النصفية.
- ✓ قام الباحثون بإعداد (16) لعبة صغيرة تعاونية طبقت في درس التربية الرياضية لعينة البحث التجريبية. (ملحق 2)
- ✓ اشتملت الالعاب على اهداف تعاونية لتذويب الفوارق بين الطلاب وتطوير العلاقات الاجتماعية بينهم.
- ✓ امتازت الالعاب المعدة بالإثارة والتشويق والمنافسة وبث روح الدعابة والمرح بين الطلبة.
- ✓ الالعاب سهلة التنظيم مما ميزها بحرية التنفيذ وخالية من القيود كونها العاب لا تحكمها القوانين.
- ✓ طبقت هذه الالعاب في درس التربية الرياضية والذي وقته (45)د وبواقع حصتين في الاسبوع.
- ✓ طبقت الالعاب الصغيرة التعاونية المعدة على مجموعة البحث التجريبية فقط لمدة (8) اسابيع وكان عددها الكلي (16) وحدة تعليمية.
- ✓ طبقت مجموعة البحث الضابطة المنهاج المعد من مدرس التربية الرياضية.

جدول (2)

يبين المعاملات العلمية للمقياس

ت	المتغيرات	الثبات	الصدق
1	مقياس التمر المدرسي	0.87	0.93

4-6-2 الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من تجربة البحث الرئيسية قام الباحثون وفريق العمل المساعد بإجراء اختبار البعدي لمقياس التمر المدرسي على طلاب المجموعتين الضابطة التجريبية في يوم (الاثنين) الموافق 2024 / 1 / 22 في القاعات الدراسية نفسها وفي الساعة العاشرة صباحاً، مع مراعاة ما جرى في الاختبار القبلي من ظروف مكانية وزمانية للسيطرة قدر الامكان على جميع المتغيرات الدخيلة التي قد تؤثر نتائج الدراسة.

7-2 الوسائل الاحصائية

✓ قانون النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قانون بيرسون البسيط، قانون (T.test) للعينات

المتربطة، قانون (T.test) للعينات غير المتربطة

3- عرض ومناقشة النتائج

3-1 عرض النتائج بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

3-1-1 عرض النتائج بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة البحث الضابطة

الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية وانحرافاتها المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة البحث الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	القبلية		ع ف	س- ف	البعدية		T محسوبة	T جدولية	الدلالة
		ع	س-			ع	س-			
مقياس التمر المدرسي	الدرجة	108.15	9.269	106.7	9.723	1.884	4.285	2.242	2.060	دال
*قيمة (T) الجدولية اما درجة حرية (25) وتحت نسبة خطأ 0.05										

3-1-2 عرض النتائج بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة البحث التجريبية

الجدول (4)

يبين الاوساط الحسابية وانحرافاتها المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة البحث التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	القبلية		ع ف	س- ف	البعدية		T محسوبة	T جدولية	الدلالة
		ع	س-			ع	س-			
مقياس التمر المدرسي	الدرجة	109.9	8.403	100.85	9.172	6.923	5.693	6.203	2.060	دال
*قيمة (T) الجدولية اما درجة حرية (25) وتحت نسبة خطأ 0.05										

### 3-1-3 عرض النتائج للاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

#### جدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والجدولية

المتغيرات	وحدة القياس	مجموعتي البحث				T المحسوبة	T الجدولية	دلالة الفروق
		التجريبية		الضابطة				
		ع	س-	ع	س-			
مقياس التتمرد المدرسي	الدرجة	100.85	9.172	106.7	9.723	2.188	2.010	دالة
قيمة (T) الجدولية امام درجة حرية (50) تحت نسبة خطأ (0.05) اما الوسط الفرضي = 92								

### 3-2 مناقشة النتائج

#### 3-2-1 مناقشة النتائج بين الاختبار القبلي والبعدى لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

من اجل تحقيق اهداف البحث وفروضه لا بد من معرفة تأثير المتغير المستقل الذي اقترحه الباحثون للوصول الى حل للمشكلة، يبين الجدول (3-2) نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية باستخدام قانون (T.test) للعينات غير المستقلة تبين ان قيمة (T) المحسوبة اعلى من قيمة (T) الجدولية في نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية مما يدل ذلك على معنوية الفروق وتأثير المتغيرات التجريبية للمجموعتين تأثيرا ايجابيا في المتغيرات التابعة، ويعزى الباحثون ذلك التقدم الحاصل في النتائج الى فاعلية درس التربية الرياضية في حل الكثير من المشاكل التي يواجهها طلابنا في المدارس بسبب الضغوطات النفسية التي أثارها تراكم المواد العلمية والواجبات البيتية من دون تفعيل الدروس الترويحية كدرس التربية الرياضية ودرس التربية الفنية التي يستطيع الطالب الخروج من الروتين الدراسي اليومي من خلالها والتعبير بشكل او بأخر عن ما بداخله، فضلا عن اكتشاف المواهب وتوجيهها وتبنيها، كل ذلك لا ولن يتحقق الا بإعطاء درس التربية الرياضية حقه للقضاء على الكثير من السلوكيات السلبية التي غزت مدارسنا، والمشكلة ليست في ادارات المدارس فقط من خلال عدم درج درس للتربية الرياضية في جدولها الاسبوعي، بل في مدرس التربية الرياضية الذي انحنى واستسلم لهذا الوضع المرير ولم يحرك ساكنا بل واصبح احد موظفي المدرسة غير الفعال (وان حضر لا يعد وان غاب لا يفقد). (Al Diwan, 2009)

ان اساتذتنا الاولين الذين درسونا وخاصة مدرسو التربية الرياضية كانوا قادة داخل المدرسة وخارجها يمتازون بشخصيات قوية ومؤثرة وسابقا كانوا يسمون مدرس الرياضة المدير الثاني بسبب قرب الطلاب عليه ومحبتهم له واللجوء اليه عند حدوث اي طارئ داخل المدرسة بل وحتى المشاكل العائلية الخاصة بالطلاب فناعة منهم ان المدرس سيحلها. (Aldewan, 2016)

ان التطور الحاصل في نتائج الاختبارات البعدية على حساب الاختبارات القبلية ولمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية سببه واضح وهو التفعيل الحقيقي والجاد لدرس التربية الرياضية واعطائه حقه حاله حال المواد الدراسية الاخرى لما له من اثر فاعل في نفوس الطلبة وتطوير علاقاتهم الاجتماعية وبث روح التعاون بينهم، ان للألعاب الصغيرة التعاونية (المتغير المستقل

الذي اعتمده الباحثون) دور واثر ايجابي في حل الكثير من الخصومات والنزاعات التي تحصل بين الطلاب بسبب المرحلة العمرية المراهقة او بسبب فوارق الدرجات والمستويات العلمية بينهم. (Kadhim et al., 2024)

ففي الآونة الاخيرة بدأت ظاهرة التتمر تأخذ اهتمام الباحثين لما لها من آثار سلبية في نفسية الطالب قد تؤدي به الى الانتحار احيانا او ارتكاب الجرائم احيانا اخرى وهدم مستقبله بيده، ان دور المعلم هو ليس دور تعليمي فقط بل دوره التربوي في تشخيص مثل هكذا حالات واقتراح الحلول لها، لذا اقترح الباحثون اعداد الالعاب الصغيرة التعاونية وتنفيذها في درس التربية الرياضية الهدف منها الحد والقضاء على ظاهرة التتمر بين الطلبة من خلال اندماجهم وعملهم الترويحي في مجموعة واحدة بعيدا عن الفوز والخسارة "ان الالعاب الصغيرة للطلاب في الفئات العمرية، ويرى (Al-Tikriti, 2012) "إن الألعاب الصغيرة لها عدد من الأغراض يمكن تحقيقها من خلال أدائها منها البدنية والحركية والفسولوجية والمعرفية والمهارية والعقلية والنفسية والعلاقات الاجتماعية".

"وإن هذه المرحلة تتميز بعمل الناشئ على إرضاء جماعته وتدعيم مركزه فيها بزيادة مساهمته في ألوان النشاط المدرسي المختلفة" (Yassin, 2013)

كما إنها وسيلة من وسائل درس التربية الرياضية والبدنية الحديثة لمن يزاولها من الصغار والكبار، وهي أيضا "نشاط رياضي يساعد في تطوير الأداء الحركي للألعاب الرياضية، وتُمارس على وفق قواعد لعب سهلة وغير ثابتة، ويمكن تغييرها وتوصيها تدريجياً، إذ أنها لا تحتاج إلى تحضير كبير أو أدوات كثيرة أو مكان خاص فهناك ألعاب تطور حب المنافسة والتغلب على الآخرين." (Allawi, 1976)

### 3-2-2 مناقشة النتائج بين الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

يبين الجدول (4) نتائج الفروق في الاختبارات البعدية لمقياس التتمر المدرسي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ، إذ تبين ان قيمة (T) المحسوبة اعلى من قيمة (T) الجدولية ومعنوية في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية على حساب المجموعة الضابطة.

وبما ان ظاهرة التتمر المدرسي تعد من اعلى انماط السلوك العدوانى والذي يعتمد فيها الشخص الحاق الاذى بالآخرين سواء كان لفظيا او بدنيا او غير ذلك وبصورة متكررة وخاصة على الاشخاص الضعفاء غير مباليا بمخلفاته النفسية السيئة هدف المتمم هنا هو الهيمنة والسيطرة عليهم بطريقة هجومية عنيفة.

يعد اللعب "بأنه ظاهرة اجتماعية نشأت تاريخياً و هي نوع مستقل من أنواع النشاط للطفل كما يمكن أن يكون اللعب وسيلة لمعرفة الذات واللهو ووسيلة للتربية البدنية والاجتماعية العامة ووسيلة للرياضة وعنصراً لثقافة الشعوب " (Majeed & Belevsky, 2000) (Ameer et al., 2021)

يعزو الباحثون ذلك التقدم الحاصل في النتائج الى التأثير الايجابي للألعاب الصغيرة المعدة من قبل الباحثون لعينة البحث التجريبية واعتمادها في درس التربية الرياضية ودورها الفعال في ترسيخ العلاقات الاجتماعية بين الطلبة والعمل في مجموعة من الاشخاص هدفها واحد، تسهم في تقليل ظهور تلك السلوكيات وتزيد من عملية التكاتف بين الطلبة لإنجاز ما وكل اليهم من عمل او واجب بأفضل صورة، "اذ يعد اللعب نشاطا يمارسه الفرد يساهم في تكوين الشخصية وتطوير قدراته البدنية والحركية والذهنية وكافة السمات فهو ظاهرة سلوكيه تسود عالم الكائنات الحية، اذ يعد اللعب وسيطا تربويا مهما وهو احد ادوات التعلم واكتساب الخبرة" (Balqis & Mar'i, 1982) ، "واللعب هو سلوك نابع عن دوافع واثارة داخلية، كما انه ظاهرة طبيعية او فطرية لها ابعادها النفسية والاجتماعية المهمة والتي تسهم في اشباع حاجات الفرد النفسية والعقلية والبدنية واستثماره للفرص لتنمية

قدراته واستعداداته وامكانياته وتممية الثقة بالنفس وروح التعاون والتضحية والمحبة وفهم الفرد لحقوقه وواجباته نحو الآخرين.  
(Aldewan et al., 2006)

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 1-4 الاستنتاجات

- 1- حققت مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في مقياس التمر المدرسي بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- للألعاب الصغيرة التعاونية تأثير ايجابي في الحد من ظاهرة التمر المدرسي في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.
- 3- لدرس التربية الرياضية التأثير الفعال الذي يختصر الوقت والجهد للوصول الى حل الكثير المشكلات النفسية التي تواجه الطلبة.

##### 2-4 التوصيات

- 1- لجميع ادارات المدارس عليهم الاهتمام بدرس التربية الرياضية ولكافة المراحل السنوية.
- 2- الاهتمام بتطبيق الالعاب الصغيرة في درس التربية الرياضية للحد وتقليل الكثير من السلوكيات السلبية داخل اسوار المدرسة.
- 3- على مدرس التربية الرياضية تفعيل دوره القيادي والتربوي والتعليمي داخل المدرسة من خلال ممارسة اختصاصه في تفعيل درس التربية الرياضية.
- 4- اجراء دراسات وبحوث اخرى وعلى عينات مختلفة من حيث العمر والجنس باستخدام الالعاب الصغيرة ولمتغيرات بحثية الاخرى.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة اعدادية السلام للبنين الصف الرابع العلمي  
تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

احمد عبيد رشيد [ahmedobaidrashid197124@gmail.com](mailto:ahmedobaidrashid197124@gmail.com)

## References

- Ahmed, F. B., & Hassan, A. R. (2015). Bullying and its relationship to achievement motivation among middle school students. *Journal of the College of Education, Port Said, 17*(17), 1–40. [10.21608/jftp.2015.32298](https://doi.org/10.21608/jftp.2015.32298)
- Al Diwan, L. H. (2009). Effective Methods of Teaching Physical Education. *Al-Nakhil Press, Basra*.
- Aldewan, L. H. (2016). *Fundamentals of curriculum design in physical education* (pp. 1–260). Dar and scribes of insights. <https://www.researchgate.net/publication/365704505>
- Aldewan, L. H., Saleh, Z., & Ashour, A. R. (2006). The effect of using a small playground in developing some basic soccer skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 19*.
- Al-Diwan, L. H., & Sultan, S. T. (2017). The effect of teaching educational units in games in the manner of exploration on the skills of motor skills of girls aged (7–8) years. *Journal of Physical Education Studies and Research, 51*, 1–13. <https://www.iasj.net/iasj/article/103715>
- Allawi, M. H. (1976). *Encyclopedia of Sports Games* (p. 156). Dar Al-Maaref.
- Al-Tikriti, W. Y. (2012). *The guide to small games for all educational levels* (pp. 21–28). Dar Al-Wafa for the World of Printing and Publishing.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation, 3*(32), 9.
- Balqis, A., & Mar'i, T. (1982). *Al-Muyassir fi Psychology of Play* (1st edition, p. 15). Dar Al-Furqan for Publishing and Distribution.
- Hadi, I. R. (2021). School bullying among middle school students. *Journal of the College of Basic Education, 27*(111), 278–299. <https://doi.org/10.35950/cbej.v27i111.5304>
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education, 13*(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Lamyaa, H. M., & ruaa, M. A. (2015). The impact of a proposed curriculum lessons Educational motor using effective teaching In the development of creative thinking for the children of the preparatory stage. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 42*, 32–48. <https://www.iasj.net/iasj/article/104025>

- Majeed, R. K., & Belevsky, A. (2000). *Action Games* (1st edition, p. 11). Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution.
- Masoud, A. R., & Shabib, S. S. (2024). Evaluating the level of some psychological traits among women practicing sports activities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Yassin, A.-T. and W. (2013). The effect of small games on learning some basic handball skills for the cubs of the Sulaymaniyah Sports Club. *Journal of Physical Education Sciences*, 6(4), 318. <https://yarab.yabesh.ir/yarab/handle/yad/95203>

(ملحق 1)

مقياس التمر المدرسي

ت	الفقرات	دائما	احيانا	نادرا
1	استخدم ادوات حادة للسيطرة على الطلبة			
2	اقوم بإلقاء الطلبة ارضا			
3	اشعر بقوة شخصيتي من خلال السيطرة على الطلبة			
4	اشعل الفتن بين الطلبة عن طريق تشجيعهم على المشاجرة			
5	اسخر من الطلبة واستهزأ بهم			
6	اشد الطلبة من اذانهم او شعرهم			
7	اقوم بتخريب واتلاف ممتلكات الآخرين			
8	اتخذ قرارات نيابة عن الطلبة الضعفاء			
9	اعرقل الطلبة بقدمي اثناء مرورهم من امامي			
10	اسرق بعض الاشياء من الطلبة			
11	اطرد بعض الاشخاص بالقوة من المجموعة التي اكون فيها			
12	اتهم الطلبة بأعمال لم يقوموا بها			
13	احرض بعض الطلبة على كراهية البعض			
14	اقوم بمعايرة احد الطلبة بعيوبه الجسمية			
15	اقوم باغاضة احد الطلبة بمختلف الطرق			
16	ابعث رسائل تهديد وتخويف واحتقار لاحد الطلبة			
17	اقوم بعمل المقالب في احد الطلبة وادعي ان طالبا آخر قد فعلها			
18	القي احد الطلبة على الارض واجلس فوقه			

			احرض بعض الطلبة على طلاب آخرين	19
			استخدم القوة والتهديد ضد احد الطلبة لأخذ نقوده او اي شيء آخر	20
			انشر الاشاعات والاكاذيب بين بعض الطلبة	21
			اهاجم احد الطلبة واضربه بالعصى والكرسي والقلم	22
			اصدر تعليقات مزعجة عن السمات الجسمية والمظهر العام لاحد الطلبة	23
			ارفض عمدا رغبة احد الطلاب بمصادقتي	24
			اقرص احد الطلبة واشد شعره مسببا له الالم والضيق	25
			الوي ذراع احد الطلبة او احشره في مكان ضيق كزاوية الصف او تحت المقعد	26
			لم اختر احد الطلبة للعب معي ومع اصدقائي	27
			انظر الى احد الطلبة نظرات غاضبة لتخويله او تهديده	28
			اتجاهل عمدا احد الطلبة عندما يتحدث معي	29
			افرض رايي على احد الطلبة بالقوة	30
			ارفض انا واصدقائي احد الطلبة	31
			امارس سلوكيات عدوانية قاسية على بعض الطلبة	32
			اقوم عمدا باتلاف وتخريب اشياء تخص احد الطلبة	33
			اسبب بعض الطلبة بألفاظ بذيئة	34
			اصدر تعليقات مزعجة عن درجات احد الطلبة او قدرته القراءة والكتابة	35
			اقف امام احد الطلبة واخذ دوره بالقوة	36
			اقوم بمعايرة احد الطلبة بطريقة كلامه	37
			ادفع احد الطلبة واجلس مكانه	38
			اطلق على احد الطلبة القاب نابية	39
			اصفع بعض الطلبة واضربهم بيدي	40
			اخفي اشياء عمدا تخص احد الطلبة	41
			احتال على بعض الطلبة وأخذ نقودهم	42
			ابتعد عمدا عن احد الطلبة	43
			القيت احد الطلبة ارضا وجلست فوقه	44
			لا اصغي عمدا لاحاديث بعض الطلبة	45
			اكشر في وجه احد الطلبة	46

(ملحق 2)

نموذج من الالعاب الصغيرة

**لعبة (الاحمر والازرق)**

يقسم الطلاب الى مجموعتين متساويتين متقابلتين يرمز للمجموعة الاولى اللون الاحمر والثانية اللون الازرق وفي يد المدرس لوحة خشبية ملونة بوجهين الاحمر والازرق يرميها على الارض فاذا ظهر اللون الازرق كان على الفريق الاحمر الهروب لتطارده مجموعة اللون الازرق، ويمكن عكس الادوار بعد ذلك أي عندما يظهر اللون الاحمر وجب على اللون الازرق مطاردة اللون الاحمر وهكذا.

**لعبة (ON – OF) (يمين – يسار)**

يقسم المعلم الطلاب الى مجموعات صغيرة، يقف كل طالب في دائرة صغيرة خاصة به وعند سماع صوت المعلم (ON) يقفز الطالب خارج الدائرة وبالعكس او يوعز المدرس لليمين او اليسار فيقفز الطالب الى الدائرة المناسبة للايعاز وهكذا، والطالب الذي يخطئ يخرج من المنافسة، ويمكن قيام الطلاب بشبك الايادي مع بعضهم البعض لمساعدة الزميل في اتخاذ القرار الصحيح.

**لعبة «جر الحبل»**

يقسم المعلم الطلاب الى مجموعتين متكافئتين يحدد لكل مجموعة ممثل عنهم يقوم بترتيب الطلاب حسب يا يراه مناسباً، يحدد المعلم على الارض خط منطقة منتصف الحبل ويحدد ايضا مسافة (1م) بجانب خط المنتصف لتحديد الفريق الفائز، ولا يجوز لاي طالب الجلوس على الارض، وتعاد المنافسة حسب ما يسمح به وقت الدرس.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## The effect of training using high-resistance rubber ropes on developing strength, speed, and some offensive skills among handball players

Muhammad Ibrahim Kanaan <sup>1</sup> ✉

Kamal Nader Faki <sup>2</sup> ✉ 

Sulaymaniyah University/ College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1</sup>

Soran University/ Faculty of Physical Education and Sports Sciences<sup>2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 14/5/2024

Accepted 22/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

rubber ropes, high resistance, strength with speed, offensive skills, handball

### Abstract

The research aimed to: prepare exercises using rubber ropes with high resistance to develop the strength distinguished by speed and some offensive skills among handball players. The research population was determined by the players of the Soran Handball Club team for applicants, and the sample was chosen intentionally and consisted of (16) players, representing a percentage of (80%). From the research community, the researchers concluded that there was a significant improvement in all the physical variables under study as a result of the exercises using rubber ropes with high resistances, and in a positive way, and this was shown by the results of the post-tests of the research sample. The researchers recommended encouraging work using exercises with rubber ropes with high resistances during the special preparation period, which is one of the reasons for Developing physical and skill variables in handball.



DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.720> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

sps.uobasrah.edu.iq



### تأثير التدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد

كمال نادر فقي شريف<sup>2</sup>

محمد ابراهيم كنعان<sup>1</sup>

جامعة السليمانية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

جامعة سوران / فاكولتي التربية سكول التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

#### المخلص

#### معلومات البحث

هدف البحث الى : إعداد تدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية لتطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد حيث تم تحديد مجتمع البحث بلاعبي فريق نادي سوران بكرة اليد للمتقدمين ، واختيرت العينة عمديا وتكونت من (16) لاعبا وشكلت نسبة (80%) من مجتمع البحث ، واستنتج الباحثان ظهور تطور معنوي في كل المتغيرات البدنية قيد البحث نتيجة التدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية وبشكل إيجابي وقد أظهرته نتائج الاختبارات البعدية لعينة البحث ، وأوصى الباحثان تشجيع العمل باستخدام التدريبات بالحبال المطاطية بالمقاومات العالية خلال فترة الإعداد الخاص الذي يعد من اسباب تطوير المتغيرات البدنية والمهارية في كرة اليد

#### تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/5/14

القبول : 2024/6/22

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

#### الكلمات المفتاحية :

الحبال المطاطية ، المقاومات العالية ، القوة المميزة بالسرعة ، المهارات الهجومية ، كرة اليد

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعتبر الإعداد البدني أحد أهم عناصر الأعداد الرئيسية الموجة والتي ينحصر هدفها بصفة عامة في اكتساب الأسس البدنية والوظيفية العامة والخاصة بنوع النشاط الرياضي لبناء المستويات العالية، وتحقيق التكيف لمتطلبات المنافسات من خلال التدريبات ذات الكم والكيف التي تتناسب مع مستوى اللاعب ومرحلته السنوية وكذلك نوع النشاط الخاص وتستمر هذه التدريبات على مدار الموسم الرياضي بكامله بغرض تطوير مستوى الحالة التدريبية والحفاظ عليها طوال عمليات التدريب لإعداد اللاعب باستخدام التمرينات متنوعة ذات اتجاهات مختلفة ، والتي يتحدد نوعها وشكلها خصائصها طبقاً لأهداف فالتدريب المختلفة ذات الاتجاهات المختلفة". (Al-Busati, 1998)

"وتعتبر القوة المميزة بالسرعة أحد أنواع القوة العضلية الخاصة والتي نالت اهتمام العديد من الباحثان والمتخصصين في مجال كرة اليد وانتقوا على أهميتها، فهي ذو تأثير متزايد على مستوى الأداء حيث تشكل القدرة على التنافس عند لاعبي كرة اليد وخاصة التغلب على المقامات المتكررة باستخدام سرعات حركية مرتفعة مثل الوثب عاليا اثناء المناولة او التصويب على الهدف أو التصويب المفاجئ السريع والتغيير الاتجاهات فالقوة المميزة بالسرعة لها دور بارز ومحددة عند إنتاج القوة في اللحظة والسرعة المناسبين كالمهارات الهجومية حيث يشكل تركيز القوة مع زيادة سرعتها في الفترات الفعالة (السريعة) للحركة، وهذا يوضح العلاقة بين القوة والسرعة التي تظهر ممزوجة في الأداء الحركي الذي يتطلبها معا". (Ismail & Hassanein, 2001)

(Nahida Mashkoo et al., 2018)

تتنوع أساليب تدريب القوة المميزة بالسرعة والتي أظهرت تأثير فعالاً في تنمية وتطوير مستوياتها باعتبارها إحدى صفات بدنية مركبة التي يتوقف عليها تطور وارتفاع مستوى الأداء المهاري للاعبين كرة اليد حيث يشير المتخصصون إلى أنه التدريب باستخدام الحبال المطاطية من أهم تلك الأساس أساليب تأثيراً وفاعلية، حيث يذكر مارك إيفانز أن الحبال المطاطية أسلوب تدريبي منتشر رخيصة الثمن ويعطي كفاءة وفاعلية عند استخدامه، مما يؤدي إلى التغلب على عقبات توفير أجهزة المقامات غالية الثمن، فضلاً عن إمكانية أداء كثير من الحركات التدريبية التي يتم إنجازها مع هذا النوع من التدريب، وذلك من خلال معدلات القوة لسحب والمد للمقاومة المستخدمة الحبال المطاطية والتي تتشابه مع الأداء في الرياضة الخاصة إلى جانب أنه يمكن أداء بعض التمرينات باستخدام الحبال المطاطية ولا يمكن أدائها بأجهزة النقال أو الأثقال الحرة. (Muhammad, 2024)

ويرى الباحثان أن التدريب باستخدام الحبال مطاطية في كرة اليد يمكن استخدامه ولذلك يستوجب على المدرب إعداد وتجهيز لاعبي لمواجهة تلك المواقف من خلال الارتقاء بمستوى الأداء المهاري طبقاً لشروط وظروف المباراة، و للتدليل على أهمية المهارات المركبة فمن الواقع نتائج التحليل الملاحظة فهذه المهارات مثل أكثر من 70% من الأداء المهاري للاعب الكرة خلال مباريات وجميعها تم أدائها بنجاح تنتهي بالمهارات الهجومية". (Ghazi et al., 2024)

من خلال المسح المرجعي الذي قام به الباحثان والمراجع العلمية والبحوث والدراسات السابقة والتي ثبت منها ندرة استعمال التدريب الحبال المطاطية كمقاومة للتنمية القوة الخاصة القوة المميزة بالسرعة في كرة اليد بالإضافة إلى أن معظم المراجع العلمية التي تم الاطلاع عليها والدراسات المرتبطة باستخدام الحبال المطاطية كمقاومة لتنمية القوة الخاصة أي القوة المميزة بالسرعة تم أداء مجموعة من التمرينات كان الهدف منها بدني فقط. (Karim & Al-Diwan, 2024)

لذا فقط اتجه الباحثان إلى استخدام التدريب باستخدام الحبال المطاطية كمقاومة في الاتجاه البدني المهاري بشدة الحمل المقاومة العالية لتنمية القوة الخاصة أي القوة المميزة بسرعة و مستوى الأداء بعض المهارات الهجومية لكرة اليد وفي الدراسة

الحالية لوضع أساس علمي تجريبي لتنمية البدنية ومهارة وضع برامج تدريب في هذا الاتجاه التدريب الحبال المطاطية بالمقادير العالية بهدف الارتقاء بالقوة الخاصة والعصر البدني مركب القوة المميزة بالسرعة وكذلك بعض المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد

#### 1 - 2 مشكلة البحث :

من خلال خبرات الباحثان الميدانية والاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة يتضح أهمية المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد وتنمية القوة المميزة بالسرعة بهذه المهارات، وان هناك أساليب مختلفة لتنمية وتطوير القوة المميزة بالسرعة والمهارات الهجومية تتمثل في التدريب بالحبال المطاطية بالمقاومات العالية وهي من افضل الوسائل لتنمية القوة المميزة بالسرعة بمهارات الهجومية.

لذا يحاول الباحثان من خلال خبراتهم كلاعبين ومدربين سابقين بعمل هذه الدراسة لتأثير تدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية في التطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد، وتعتبر هذه الدراسة محاولة من الباحثان للوقوف على اكثر الطرق فاعلية وتأثيرا في اعداد لاعبي كرة اليد.

#### 1- 3 الاهداف البحث:

1- إعداد تدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية لتطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد.

2- التعرف على تأثير التدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية لتطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد.

3. التعرف على فروق بين الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

#### 1- 4 فروض البحث:

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعدية في المتغيرات قيد الدراسة.

2- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبارات البعدية في المتغيرات قيد الدراسة.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

#### 1- 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 مجال البشري: لاعبو نادي سوران الرياضي بكرة اليد للمتقدمين .

1 - 5 - 2 مجال الزماني : ( 8 / 12 / 2023 ) لغاية ( 6 / 5 / 2024 )

1 - 5 - 3 مجال المكاني : قاعة المغلقة التابعة لنادي سوران الرياضي بكرة اليد.

#### 1- 2 منهج البحث :

أستخدم الباحثان منهج التجريبي (تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدية) وذلك لملاءمته مع طبيعة المشكلة لغرض الوصول الى النتائج، اذ ان "البحث التجريبي تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة لواقعة معينة وملاحظة التغييرات الناتجة في هذه الواقعة ذاتها وتفسيرها".(Qandalji, 1999)

## 2-2 مجتمع البحث وعينته :

حدد مجتمع البحث بلاعبين فريق نادي سوران بكرة اليد للمتقدمين، وتم اختيار العينة عمدية وتكونت من (16) لاعبا وشكلت نسبة (80%) من مجتمع البحث ، وتم تقسيمهما عشوائيا الى مجموعتين متكافئتين تتكون كل منها من (8) لاعبين ،ان اختيار عينة البحث مرتبط ارتباطا وثيقا بالأهداف التي يضعها الباحثان لبحثه لذا فان "الاهداف التي يضعها الباحثان لبحثه والاجراءات التي يستخدمها سوف تحدد طبيعة العينة التي سيختارها(Kadhim et al., 2024)

## 3-2 وسائل وأدوات المستعملة في جمع المعلومات

- الملاحظة، الاستبانة، الاختبارات البدنية والمهارية، جهاز حساس لقياس الكتلة عدد (2)، ساعات إيقاف تقيس الزمن لأقرب 1/ 100 من الثانية عدد (2)، شريط قياس عدد (2) بطول (30) متر، شواخص ملونة عدد (5)، كرات يد قانونية عدد (10)، كرات طبية زنة 3 كغم عدد (8)، طباشير، حبال مطاطية، كراسي. (2)

## 5-2 الاختبارات المستخدمة في البحث :

1-5-2 اختبار القفز الجانبي من فوق المسطبة (10) ثوان (Al-Badri & Al-Sudani, 2011)

الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين

2-5-2 ثني ومد الذراعين (الاستناد الأمامي) أقصى عدد لمدة (10) ثوانٍ (Al-Saqqaf, 2013)

الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين.

3-5-2 دفع كرة طبية(1 كغم) على الحائط لمدة (15) ثانية. (Dizayi, 2012)

الهدف من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للذراع الرامية.

4-5-2 اختبار المناولة وسرعة المناولة لـ30 ثانية

هدف الاختبار: قياس سرعة تكرار مناولة اللاعب للكرة و استلامها

5-5-2 الطبطبة المستمرة في اتجاه متعرج لمسافة 30م.

هدف الاختبار: قياس سرعة الطبطبة

6-5-2 اختبار دقة التصويب من القفز عالياً

الهدف من الاختبار: دقة التصويب من القفز عالياً.

## 6-2 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من اهم الاجراءات التي يوصي بها خبراء البحث العلمي لغرض الحصول على نتائج دقيقة، وهي "دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحثان على عينة صغيرة، قبل قيامه ببحثه بهدف اختبار اساليب البحث وادواته(Mahjoub & Hussein, 2002) ، أجريت بتاريخ ( 15 / 12 / 2023) على عينة مؤلفة من (4) لاعبين من عينة البحث اختيروا بالطريقة العشوائية وفي اليوم الاول تم اجراء الاختبارات البدنية الخاصة و الاختبارات المهارية في اليوم الثاني

## 7-2 التجربة الاساسية :

### 1-7-2 الاختبارات القبليّة:

تم اجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث بتاريخ ( 14 / 12 / 2023)

## 2-7-2 المنهج المستعمل

بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات امكن وضع البرنامج المقترح باستخدام طريقة التدريب الباليستي ولتحقيق اهداف البرنامج فقد روعيت الاسس التالية عند وضعه:-

- 1- ان تساهم محتويات البرنامج وزمن ادائه في احداث التغييرات الفسيولوجية للأجهزة الحيوية بالجسم.
- 2- الزيادة التدريجية حمل التدريب حيث يستطيع الجسم الرياضي تكيف مع المجهود المبذول ويتحقق ذلك عن طريق:-
  - زيادة شدة حمل التدريب (أقل من قصوى - قصوى) من خلال تثبيت شدة التمارين والراحة بين التكرارات والمجاميع هي راحة إيجابية والزيادة التدريجية في حجم التدريب.
  - التدرج في الزيادة في عدد مرات تكرار التمرين الواحد.
  - عند الشعور بالم زائد ناتج عن الاجهاد من الضروري التقليل من عدد مرات التكرار.
  - استثارة الرغبة والحماس على بذل الجهد وتحقيق الهدف المرغوب.
  - اداء التمرين في مكان متجدد الهواء.
  - ابتداء المنهاج يوم الثالث المصادف ( 16 / 12 / 2023) وانتهى ( 10 / 2 / 2024) .
  - استمرار المنهاج التدريبي لمدة شهرين وبواقع (8) اسابيع واشتمل على (24) وحدة تدريبية وبواقع ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع تطبق في يوم (الاحد، الثلاثاء، الخميس ) من كل الاسبوع .
  - اعتمد الباحثان على مبادئ علم التدريب الرياضي في حركة الحمل التموجي بعد اعتماد مبدأ رفع الحمل بنسبة (1:3)

## 2-7-3 الاختبارات البعدية:

تم اجراء الاختبارات البعدية بتاريخ ( 11 / 2 / 2024) بعد تطبيق البرنامج المقترح.

## 2-8 الوسائل الاحصائية:

استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية الجاهزة (spss)

## 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

### 3-1 عرض النتائج وتحليلها

### الجدول ( 1 )

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في المتغيرات البدنية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية بين الاختبارين

#### القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	مستوى الاحتمالية SIG	قيمة (ت) المحسوبة TEST T-	الاختبار البعدى		الاختبار القبلى		وحدة القياس	المتغيرات
			±ع	-س	±ع	-س		
معنوي	0.000	-10.693	1.069	11.00	0.925	7.500	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
معنوي	0.000	-23.000	1.125	12.87	1.069	10.00	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للذراعين

معنوي	0.000	-17.602	1.281	25.7 5	1.06 9	18.50	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للذراع الرامية
-------	-------	---------	-------	-----------	-----------	-------	-------	---

من خلال عرض الجدول رقم (1) يتبين فيها نتائج الاختبارات البدنية التي متكونة من الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة البحث التجريبية وقد ظهر بان هناك فروقاً معنوية بين جميع الاختبارات البدنية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحثان بان التدريب قد عمل على تطوير قدرات اللاعبين في تحسين أدائهم ومن ثم ظهور نتيجة هذا التحسن في الفرق الذي ظهر في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي، إذ ان التدريب المنظم والمبني على أسس علمية في إعطاء حمل بدني يحتوي على الشدة والحجم والراحة التي تنافس مع قابليات اللاعبين يعمل على تطوير قدرات اجهزتهم الحيوية والوظائف المختلفة التي تقوم بها والتغيرات التي تطرأ عليها وبالتالي على أدائهم.

"اذ أنّ عملية التدريب الرياضي عملية تربوية منظمة تخضع للأسلوب العلمي وتعتمد على القوانين العلمية وتهدف إلى إعداد الرياضي إعداداً كاملاً من جميع النواحي ودفعه للوصول إلى المستويات العالية من خلال الاستعانة بالحمل البدني (Hamada, 1998)، إذ يؤكد (اللامي) ان تخطيط التدريب الرياضي وسيلة ضرورية وفعالة لضمان التقدم الدائم بالمستوى الرياضي (Al-Lami, 2004)

كما ان المدة التي خضعت فيها عينة البحث للتدريب كانت كافية لإحداث هذا التطور والذي يدل على ان التدريب للمجموعتين التجريبتين كان منظماً بشكل علمي ومناسباً لقدرات اللاعبين والذي ادى الى ان يكون مستوى ادائهم افضل. وكما يعزو الباحثان ذلك إلى التمرينات البدنية التي عمل عليها المنهاج التدريبي لتطوير القدرات البدنية والمهارية في مجال كرة اليد ، إذ أن التدريب " يجب ان يكون شاملاً وهدفه تنمية وتطوير كافة القدرات البدنية والمهارية والحركية والنفسية بشكل متوازن مع ضرورة التركيز على التمارين الخاصة والشاملة لبناء قاعدة أساسية جيدة لتطوير قابلية الرياضي لأنها تحافظ على المستوى لمدة أطول وتحسين قابلية التوافق الحركي وتساعد على تقوية وبناءه الجسم بشكل متكامل . ويعزو الباحثان هذا التطور الى ان صفة القوة المميزة بالسرعة العضلية تعد مؤشراً مهما وعنصراً حيوياً من عناصر اللياقة البدنية وقد تطورت بشكل ملحوظ وذلك بسبب التمارين التي تعتمد بشكل عام على نوعية الحبال المطاطية واستخدام الحبال بالمقاومات العالية.

تتمثل طبيعة تدريبات القوة التي تعتمد على السرعة في أداء أكبر عدد ممكن من التكرارات خلال فترة زمنية محددة. وهذا يشكل محفزاً لتحفيز أكبر عدد من الوحدات الحركية نتيجة الانقباضات العضلية السريعة. يؤدي ذلك إلى تكيف الجهاز العصبي لتوظيف أكبر عدد ممكن من الوحدات الحركية، وهو تكيف يعتمد عليه في اختبارات القوة المميزة بالسرعة. تعتمد القوة المميزة بالسرعة بصورة رئيسة على توظيف أكبر عدد من الوحدات الحركية. كما تُذكر المصادر أن "القوة المميزة بالسرعة ترتبط مباشرة بعدد الألياف العضلية الموظفة لأداء التقلص العضلي والحجم الكلي لتلك الألياف". وتضيف المصادر أن "أعلى شد في العضلة يمكن إنتاجه من خلال توظيف أكبر عدد من الوحدات الحركية وزيادة تعاقب الحافز العصبي". ( Abdel Fattah, 1997)

تم توجيه البرنامج التدريبي المعتمد على استخدام الحبال المطاطية نحو تعزيز القوة والسرعة للرجلين والذراعين في جميع الفعاليات التدريبية. استناداً إلى نتائج الدراسات والأبحاث في هذا المجال، فقد تم التأكيد على أهمية تنمية هذه الصفات البدنية. ولاحظنا تحسناً في الأداء عندما تم دمج تمارين لتطوير صفات أخرى مثل القوة والسرعة في نفس الوقت. من الجدير بالذكر أن

التركيز المفرط على تطوير صفة واحدة فقط قد لا يكون ذا تأثير فعال في الوقت القصير المطلوب، وهذا ما توضحه الدراسات السابقة في هذا المجال". (Mukhtar, 1997)

توضح الدراسات أن هناك تأثيراً سريعاً لعناصر اللياقة البدنية عند تطويرها، ويتم ذلك من خلال النظر في العلاقة بين تطوير الصفات البدنية المتنوعة. على سبيل المثال، عندما يتم التركيز على تطوير صفة بدنية معينة، يمكن للتمارين التي تستهدف هذه الصفة أن تؤدي إلى تحسين صفات بدنية أخرى بشكل ملحوظ. " (Majeed, 1991) "أن التنمية الشاملة المتزنة لمختلف أجزاء الجسم كافة هي الوسيلة التي تمكن اللاعب من أداء العمل الشاق مع بذل أقل جهد وطاقة ممكنة". (Shehata, 1992)، "قوائد البرنامج التدريبي في تعزيز الصفة المميزة للسرعة بوضوح، حيث تظهر نتائج الاختبارات البعدية تفوقاً على الاختبارات القبليّة. يرجع الباحثان هذا الإنجاز إلى تأثير البرنامج التدريبي الفعّال، الذي ساهم في تطوير السرعة في جميع أجزاء الجسم، بما في ذلك الأطراف العلوية والسفلية (Neilson & Jensen, 1972) عدم كفاية المرونة يمكن أن يؤدي إلى زيادة صعوبة أو بطء في أداء المهارات الحركية، مما يمكن أن يعيق المشاركة في التمرينات التنافسية. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يتسبب تأخر التقدم في عناصر أخرى من اللياقة البدنية مثل القوة والسرعة والمطولة والرشاقة في تقليل مدى الحركة وبالتالي تناقص سرعته". (Hussein et al., 2022)

"استعمال تمارين التمطية الثابتة أظهر تأثيراً كبيراً في تطوير اللاعبين، حيث تعتبر هذه التمارين واحدة من أفضل الطرق لتعزيز الصفة المميزة للسرعة" (Neamah, 2014)، "أكدت دراسة أبو العلا وأحمد نصر الدين هذا الرأي، حيث تعتبر تمارين التمطية جزءاً أساسياً في أي برنامج يهدف لتطوير القوة والسرعة". (Abu Al-Ali & Ahmed, 2003) "اذ لا بد ان يراعي ارتباط تمارين التمطية بتمرينات القوة لضمان العمل على التنمية المتزنة للجهاز الحركي والعضلي وتجنب تنمية جانب واحد فقط". تشير الدراسات إلى أن زيادة مدى الحركة في المفاصل من خلال ممارسة التمارين التمطية يؤدي بالضرورة إلى زيادة مستوى القوة الثابتة في العضلات". (Abdel Basir, 1999)

"وتشير المصادر الى ان "ان استعمال الحبال المطاطية بالمقاومات العالية (الموقفات ومدربات قوى مختلفة تضاعف كفاءة التمارين لأنها تساعد في مضاعفة سعة الحركة في المفاصل". (Nehme et al., 2024). (Kamal Nader Faqi & Razkar Majeed, 2024)

يشير الباحثان إلى أن التغيير الملحوظ في قيم المتغير يدل على فعالية استخدام تمارين الحبل المطاط في تعزيز الكفاءة البدنية لدى اللاعبين. تمثل التمرينات الموجهة بشكل فردي لزيادة مستوى الكفاءة البدنية والمشاركة الدائمة في الحركة، مع تنظيم فترات الراحة، عاملاً رئيسياً في ظهور تحسينات ملحوظة في القيم المعنوية بين الاختبارات المختلفة. يعزو الباحثان هذا التحسن إلى مراعاة خصائص الحمل والتنظيم الفردي خلال التمارين، مما أدى إلى تحسين مستوى الكفاءة البدنية. (Rasoul et al., 2024)

## الجدول ( 2 )

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في المتغيرات المهارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية بين الاختبارين

القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة TEST T-	مستوى الاحتمالية SIG	مستوى الدلالة
		س-	ع±	س-	ع±			
المناولة وسرعة المناولة لـ30 ثانية	تكرار	29.3	1.06	35.50	1.06	-49.000	0.000	معنوي

معنوي	0.000	22.107	0.51 9	6.48	0.56 7	8.6 8	ثانية	الطبطبة المستمرة في اتجاه متعرج لمسافة 30م
معنوي	0.002	-5.017	0.51 7	7.3 7	0.70 7	5.75	درجة	دقة التصويب من القفز عالياً

من الجدول (2) يتبين ان جميع الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية كانت معنوية ويعزو الباحثان تطور مهارات الاساسية بالرجوع الى تطور الصفة القوة المميزة بالسرعة للاعب كرة اليد هي التي تساعد الى حد كبير الى كفاءة الاداء المهاري . وهذا يؤكد ان التمرينات المستخدمة التي هي الحبال المطاطية بالمقومات العالية في المنهج التدريبي قد ساهمت وبشكل فعال في تطوير تلك المهارات وتحسينها لدى افراد عينة البحث اذ ان ذلك ادى الى تحسين وتطوير المهارات الخاصة بكل من المناولة والطبطبة والتهديف.(Al-Jadaan et al., 2020)

ويرى الباحثان ايضا ان تنمية الصفات البدنية تساهم في عملية تحصيل مستوى المهاري لدى لاعبي كرة اليد . بما ان نتائج الاختبارات البدنية كانت جميعها معنوية بالنسبة للأفراد عينة البحث التجريبية لذلك اثرت على نتائج الاختبارات المهارية اذ ان لعبة كرة اليد تخضع لمواقف مختلفة ومتغيرة بحيث لا توجد ظروف ثابتة الاداء والمواقف وذلك لارتباطها بحركات المنافس ومواقفها اذ ان أنشطة اللاعب الحركية خلال المباراة ليس دائما متكررة فقد يكون اللاعب بمفرده او مع زملائه مسؤولين عن تسجيل هدف وانقاذ المرمى او منع هجوم او تسجيل هدف مضاد لذلك فاللاعب يحتاج الى القيام بحركات دقيقة وهادئة في مثل هذه المواقف السريعة والمتغيرة والمفاجئة ولاشك ان هناك ترابطا بين القوة المميزة بالسرعة والتي هي اهم صفة بدنية للعبة مما أدى الى التطور الذي حصل على المتغيرات لدى افراد عينة البحث التجريبية قد ساهمت بشكل كبير على تطور الاداء المهاري والتمثلة بإنجاز افراد العينة في الاختبارات المهارية وهذا ما يؤكد (قاسم حسن) " على ضرورة التدريب على القوة المميزة بالسرعة ويربطها بالإنجاز وكلما تطور المتغير البدني الاهم تطور الانجاز ( Shatnawi et al., 2021)

### الجدول ( 3 )

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في المتغيرات البدنية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	مستوى الاحتمالية SIG	قيمة (ت) المحسوبة TEST T-	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع ±	س-	ع ±	س-		
معنوي	0.000	-9.354	0.834	9.87	0.916	7.37	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
معنوي	0.001	-5.916	1.069	12.37	1.726	9.87	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
معنوي	0.000	- 19.858	1.187	21.87 50	1.060	18.62	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للذراع الرامية

من الجدول (3) يتبين على ان الفروق معنوية ولجميع الاختبارات ويعزو الباحثان اسباب وجود الفروق المعنوية في جميع الاختبارات البدنية الخاصة بالقوة المميزة بالسرعة الى المنهج المتبع من قبل المدرب حيث تم ترقى الى المستوى المعنوي والتي

قد يعود سببه الى تنظيم وحدات التدريب بشكل علمي تضمن التطور لدى أفراد عينة المجموعة الضابطة وقد تكون شمولية التمارين التي استخدمت في منهج المجموعة الضابطة وان مدرب المجموعة الضابطة هو على حسب الخبرة الشخصية في تنفيذ الوحدات التدريبية الرجوع الى اساسيات الطرق التدريبية المعرفة و لأنه التدريب الرياضي هي "عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العملية وتهدف اساسا الى اعداد الفرد لتحقيق اعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من انواع الانشطة الرياضية". (Hasan et al., 2022)

"وكذلك قد يرجع اسباب وجود الفروق المعنوية الى ترابط بين مكونات حمل التدريب (الشدة، الحجم، الراحة) الذي يضمن التطور في مستوى قدرات الفرد كون حمل التدريب هو (الوسيلة الرئيسية للتأثير على الفرد ويؤدي الارتقاء بمستوى الوظيفي العضوي لأجهزة وأعضاء الجسم، وبالتالي تنمية وتطوير الصفات البدنية)". (DIWAN et al., 2013)

وقد يميل المدرب في الوحدات التدريبية الى استخدام اسلوب اللعب مما يؤدي الى تطور القدرات البدنية. ويمكن ان يمتلك المدرب معلومات وافية عن الطرائق التدريبية وان توفر الوسائل والادوات حالت تطور القدرات البدنية، اذ ان ادارات الاندية تركز جل اهتمامها وجهدها الى فرق التي لها جمهور .

#### الجدول ( 4 )

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في المتغيرات المهارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة TEST T-	مستوى الاحتمالية SIG	مستوى الدلالة
		±ع	-س	±ع	-س			
المناولة وسرعة المناولة لـ30 ثانية	تكرار	1.069	29.5	1.195	33.5	-21.166	0.000	معنوي
الطبطبة المستمرة في اتجاه متعرج لمسافة 30م	ثانية	0.58	8.6	0.537	7.63	10.074	0.000	معنوي
دقة التصويب من القفز عالياً	درجة	0.640	5.87	0.353	6.87	-5.292	0.001	معنوي

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من خلال العرض الذي قدمه الباحثان في الجدول رقم (4) تبين ان هناك تطوراً واضحاً حدث للمتغيرات المهارية في كل من ( سرعة المناولة والطبطبة و دقة التصويب) ولصالح الاختبارات البعدية . ان التطورات الحاصلة في الصفات المهارية يعزو الباحثان السبب الى فاعلية البرنامج التدريبي وباستخدام الأسس العلمية الصحيحة أي انه تمت مراعاة مبدأ الخصوصية في إعطاء التمارين حيث كانت التمارين مشابهة بدرجة إلى تمارين المنافسات، والتي كانت لها الأثر الكبير في التطور الحاصل في الصفات المهارية ، إذ أن القاعدة الذهبية لأي منهاج تدريبي هي الخصوصية وتعني ان الحركات التي يؤديها اللاعب في أثناء التدريب لابد ان تكون مشابهة للحركات التي سيواجهها في أثناء المنافسة. (Diwan et al., 2013)

"بالإضافة إلى أن التطورات الحاصلة في الصفات المهارية فيرى الباحثان ان تطور الصفة البدنية (القوة ، السرعة) والرابط بينهما من خلال التمارين المعطاة في البرنامج التدريبي كان له الأثر في تطوير الصفات المهارية ان القوة والسرعة تلعبان دوراً هاماً عند الأداء المهاري المركب للاعب". (Ameer & Ibraheem, 2023)

## الجدول (5)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في المتغيرات البدنية للاختبار البعدي وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية بين المجموعتين التجريبية والتجريبية والضابطة

مستوى الدلالة	مستوى الاحتمالية SIG	قيمة (ت) المحسوبة T- TEST	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
			ع±	س-	ع±	س-		
معنوي	0.034	2.346	0.834	9.87	1.069	11.0 0	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
معنوي	0.001	4.116	1.069	12.37	1.125	12.87	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
معنوي	0.000	12.113	1.187	21.8 7	1.281	25.7 5	تكرار	القوة المميزة بالسرعة للذراع الرامية

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من خلال الجدول (5) إذ ظهرت نتائج بين المجموعتين في الاختبار البعدي في الاختبارات القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين لصالح المجموعة التجريبية التي الحبال المطاطية بالمقاومات العالية والتي تزامن الشدة المطلوبة ولأداء الاصح للصفة المطلوبة جراء التدريب المستمر والمقنن، بعكس المجموعة الضابطة التي استخدمت التمرينات التي تم وضعها من قبل المدرب ولكن لم يل الى ما توصل اليه الباحثان إن هذه المجموعة اقتصرت التكيفات فيها على انه تتيح من عمليات التدريب في اثناء البرنامج التدريبي . (Younus Oudah et al., 2024) ويعزو الباحثان ذلك التطور الحاصل في الصفة المذكورة لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت الحبال المطاطية بالمقاومات العالية.

أن التطور الحاصل في القوة المميزة بالسرعة يعود بالتأكيد إلى الخصوصية التي تتميز بارتفاع الشدة وانخفاض الحجم نسبياً وطول فترة الراحة، وهي عوامل مهمة في تطوير القوة المميزة بالسرعة، وهو ما تم الاعتماد عليه فعلاً في البرنامج التدريبي الخاص الذي استغرق (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية أسبوعية، والذي تراوحت الشدة فيه ما بين (80-100%) وهي شدة عالية، وتراوحت التكرارات ما بين (1-9) تكرارات، وهو عدد مناسب نظراً لارتفاع الشدة وتراوحت فترات الراحة فيه ما بين (2-2.30) دقائق وهي راحة كانت كافية لاستعادة الشفاء واستعادة مخزون الطاقة لإنجاز أكبر قوة.

"ويمكننا أن نستخلص من هذه النتيجة بأن خصوصية التدريب كان لها دور فعال في تطوير القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين للمجموعة التي اعتمدت على التدريب التكراري وهو مبدأ مهم من مبادئ التدريب الرياضي الذي يجب أن يأخذه المدرب بنظر الاعتبار في كل أنواع التدريب من أجل الارتقاء بمستوى اللاعبين، إذ يشير (Ardle et al., 1991) حول هذا الموضوع بأن خصوصية التدريب تُحدث تكيفات خاصة تتولد من التأثيرات الخاصة لعملية التدريب"

كما ان التدرج في زيادة الحمل التدريبي والذي يعد من المبادئ المهمة في التدريب الرياضي الأثر الفعال لهذا التطور حيث راعى الباحثان في المنهاج من دورة تدريبية الى دورة تدريبية اسبوعية اخرى وكذلك من دورة متوسطة إلى أخرى وذلك لزيادة درجة الحمل التدريبي بشكل علمي لتحقيق الهدف وحدوث عملية التكيف.

"وبهذا يمكننا القول إن التطور الحاصل في القوة المميزة بالسرعة لمجموعة التدريب التكراري تعود إلى استخدام الأسس العلمية الصحيحة لمكونات الحمل التدريبي وهي ( الشدة والحجم والكثافة ) والتي تتفق مع ما ذكرته المصادر العلمية وما ذكره الخبراء المتخصصون في مجال علم التدريب الرياضي، حيث ازدادت القوة العضلية القصوى نتيجة إثارة عدد كبير من الألياف العضلية

في أثناء التدريبات التي نفذتها عينة البحث ، أن القوة العضلية تزداد في حالة القدرة على إثارة كل أو معظم ألياف العضلة الواحدة، فزيادة المثيرات العصبية فأن عدد الألياف العضلية المشتركة في الانقباض سوف تزداد (Khazaal & Fadel, 2024)

حيث ان القوة المميزة بالسرعة يعتمد بصورة رئيسة على توظيف اكبر عدد من الوحدات الحركية الموجودة في العضلة وتقع مسؤولية هذا على الجهاز العصبي المركزي، إذ أن الانقباض يزداد كلما زادت عدد الوحدات الحركية الموظفة بوساطة منبهات الجهاز العصبي (Aljadaan, 2018)

### الجدول (6)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في المتغيرات المهارية للاختبار البعدي وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية

بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة T- TEST	مستوى الاحتمالية SIG	مستوى الدلالة
		±ع	-س	±ع	-س			
المناوله وسرعة المناوله لـ30 ثانية	تكرار	1.069	35.50	1.19	33.50	3.528	0.003	معنوي
الطبطبة المستمرة في اتجاه متعرج لمسافة 30م	ثانية	0.519	6.48	0.53	7.63	-4.354	0.001	معنوي
دقة التصويب من القفز عالياً	درجة	0.517	7.3	0.35	6.8	3.384	0.004	معنوي

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من خلال الجدول (6) ويعزو الباحثان أسباب التطور لمجمل المهارات (قيد الدراسة) الى تطور القدرة البدنية التي تؤثر بشكل رئيسي في أداء المهارات الأساسية حيث إن كل مهارة من المهارات تعتمد على ادائها على مجموعة من القدرات البدنية وأهم هذه القدرات هي القوة المميزة بالسرعة للاعب كرة اليد.

بمعنى استخدام نفس المجموعات العضلية العاملة في أداء التمرينات " ان التمرينات الخاصة تمثل دوراً أساسياً في جرعات التدريب وذلك لأنها تعد الأساس في اتقان الأداء كما ان احتواء التمرينات على تكرارات أداء القفز والكرات الطيبة كان عاملاً مهماً في التطور المعنوي للمهارات من خلال التأثير البدني في الجانب المهاري في القفز والتصويب أن "لقوة القفز دوراً مهماً في لعبة كرة اليد حيث الجدار الدفاعي الكثيف يعيق عملية التصويب لهذا يحتاج لاعب كرة إلى اليد الوثب إلى الأعلى للتخلص من هذا الجدار". (Hadar & Ali, 2021)

البرنامج التدريبي الذي استخدم الحبال المطاطية ركز بشكل أساسي على تطوير القوة المميزة بالسرعة للأطراف العلوية والسفلية في جميع جلسات التدريب. تم اتخاذ هذا التوجه بناءً على النتائج التي أظهرتها الدراسات والأبحاث السابقة في هذا المجال. "يتحسن أداء هذه الصفة عندما يتضمن التدريب أيضًا تمارين لتطوير صفات بدنية أخرى مثل القوة والسرعة في نفس الوقت. على العكس، فإن التركيز الحصري على تطوير صفة بدنية واحدة أثناء التدريب لا يؤدي إلى تحقيق التحسن السريع المرغوب كما يعتقد البعض". (Abdel & Haidar, 2014)

"كما يعزو الباحثان التطور الحاصل في المتغيرات المهارية الى تطور القدرات (القوة المميزة بالسرعة) لان هذه الصفة تؤثر بشكل كبير في اداء مهارة التصويب ودقته (Saad & Haider, 2020) الى ضرورة توفر القوة المميزة بالسرعة في لحظات معينة من الاداء الحركي ولاسيما في لحظة الرمي او المناولة او الطبطبة او التصويب في كرة اليد". (Musharraf et al., 2022)

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-4 الاستنتاجات

1. ظهور تطور معنوي في كل المتغيرات البدنية قيد البحث نتيجة التدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية وبشكل إيجابي وقد أظهرته نتائج الاختبارات البعدية لعينة البحث.
2. ظهور تطور معنوي في كل المتغيرات المهارية قيد البحث نتيجة التدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية وبشكل إيجابي وقد أظهرته نتائج الاختبارات البعدية لعينة البحث
- 3- تفوقت المجموعة التجريبية التي نفذت تدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية في جميع القدرات البدنية قيد البحث على المجموعة الضابطة للدراسة.
- تفوقت المجموعة التجريبية التي نفذت تدريبات باستخدام الحبال المطاطية بالمقاومات العالية في جميع المهارات بكرة اليد قيد البحث على المجموعة الضابطة للدراسة.

##### 4-2 التوصيات:

1. تشجيع العمل باستخدام التدريبات بالحبال المطاطية بالمقاومات العالية خلال فترة الإعداد الخاص الذي يعد من اسباب تطوير المتغيرات البدنية والمهارية في كرة اليد.
2. اختيار الطرق والاحمال التدريبية الملائمة للمرحلة العمرية التدريبية ومراحل الاعداد للاعبين بحدوث التطور المطلوب.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبو نادي سوران الرياضي بكرة اليد للمتقدمين

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

محمد ابراهيم كنعان [mohammed.kanan@univsul.edu.iq](mailto:mohammed.kanan@univsul.edu.iq)

## References

- Abdel Basir, A. (1999). *Sports training and integration between theory and practice* (1st edition, p. 104). Al-Kitab Center for Publishing.
- Abdel Fattah, A. A.-E. (1997). *Sports training and physiological foundations* (1st edition, p. 2). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Abdel, H. G. still, & Haidar, audh Z. (2014). Psychological alienation and its relationship to the health of the Organization for players Premier Handball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education* ,/(39), 209–225. <https://www.iasj.net/iasj/article/103652>
- Abu Al-Ali, A., & Ahmed, N. A.-D. (2003). *Physiology of Physical Fitness* (p. 64). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Badri, J. Q. M., & Al-Sudani, A. K. (2011). *World Handball Encyclopedia* (1st edition, p. 261). Al-Safaa Publications Foundation, Dar Al-Kitab Al-Arabi.
- Al-Busati, A. A. A. (1998). Foundations and rules of sports training and its applications. *Alexandria, The Origin of Knowledge*.
- Al-Diwan, L. H., Othman, A. A., & Abbas, R. A. A. (2013). The Impact of some Small Games in the Development of some Basic Motor Skills of Preschool Children. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 37.
- Al-Jadaan, D. A. N., Zaalán, M. S., & Ali, I. A. (2020). Analytical Study to Indicate the Comparison in Biomechanical Variables of Handball Scoring. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(02), 160–171.
- Aljadaan, D. A. S. N. (2018). The amount of movement quantity decrease and its effect on the output accuracy and strength to the skill of remote aiming by jumping for handball. *Bucharest, Marathon Journal*, 10(2), 67.
- Al-Lami, A. A. H. (2004). *Scientific foundations of sports training* (p. 138). Baghdad and Al-Latif Printing Press.
- Al-Saqqaf, F. A. H. (2013). *Modern scientific training in the sport of handball* (p. 223). Horus International Foundation.
- Ameer, F. E. A., & Ibraheem, A. S. (2023). The effect of preventive exercises on the range of spine motion for squash players under 20 years old. *Journal of Physical Education*, 35(2).
- Ardle, W., Katch, F., & Katch, V. (1991). *Exercise Physiology: Energy, Nutrition, and Human Performance*. Lea & Febiger.
- DIWAN, L. A. L., Mahdi, H., & JAWAD, S. (2013). PREPARING OF LEARNING PORTFOLIO TO TEACH THE TECHNICAL PERFORMANCE OF THE LONG JUMP ACTIVITY FOR DEAF. *Ovidius University Annals, Series Physical Education & Sport/Science, Movement & Health*, 13.
- Dizayi, O. M. (2012). *Designed and standardized (physical - skill) tests and their relationship to individual attack during competition for handball players in the Kurdistan Region* [Unpublished doctoral thesis]. Saladin University.

- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Hadar, O. Z., & Ali, K. A. (2021). Analytical study on the effectiveness of psychological quality in handball Players of the premium class. *Journal of Studies and Researches of Sport Education* ,/(67), 398–409. <https://www.iasj.net/iasj/article/217544>
- Hamada, M. I. (1998). *Modern sports training - planning, application and leadership* (1st edition, p. 36). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Hasan, A. J., Hussein, G. L., Abdullah, M. H., & Al-Jadaan, D. A. N. (2022). THE IMPACT OF THE COGNITIVE APPRENTICESHIP STRATEGY IN LEARNING SOME TECHNICAL GEMS'SKILLS FOR STUDENTS. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 3(4), 145–159.
- Hussein, G. L., Hasan, A. J., Fadel, M. H., & Al-Jadaan, D. A. N. (2022). THE EFFECT OF BABY'S STRATEGY ON LEARNING SOME SKILLS IN THE ARTISTIC GYMNASTICS OF THE CUBS. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 3(4), 145–159.
- Ismail, K. A. H., & Hassanein, M. S. (2001). *Modern Handball Quartet: Vol. Part One* (First Edition, p. 137). Al-Kitab Center for Publishing.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Kamal Nader Faqi, S., & Razkar Majeed, khadher. (2024). The effect of plyometric exercises using the double pyramid method (opposite and opposite) on some of the physical variables of advanced handball players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1), 55–70. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.434>
- Karim, H. A. A., & Al-Diwan, L. H. M. (2024). The relationship of flexibility and motor balance to the accuracy of shooting from jumping in front of young wing players in handball. *Albaydha University Journal*, 6(1). <https://doi.org/10.56807/buj.v6i1.558>
- Khazaal, A. M., & Fadel, M. H. (2024). Using Special Exercises for The Explosive Power Of The Legs And Arms According To Energy Systems In Developing Some Physical And Functional Aspects Of Gymnasts. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.467>
- Mahjoub, W., & Hussein, A. B. (2002). *Scientific Research* (p. 35). University of Baghdad, Ministry of Higher Education and Scientific Research.
- Majeed, R. K. (1991). *Biochemical and physiological analysis in sports training* (p. 23). Dar Al-Hekma Press, University of Basra.
- Muhammad, A. Q. (2024). The effect of ballistic exercises using free weights on developing some special physical abilities and offensive skill performance for junior epee players. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 28(4), 87–99. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/636>

- Mukhtar, H. M. (1997). *Scientific foundations in football training* (2nd edition, p. 78). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Musharraf, A. J., Harbi, A. R. N., Hammadi, J. N., & Fayhan, A. Q. S. A. (2022). A study comparing some motor abilities between soccer and handball players. *Sciences Journal Of Physical Education, 15*(3).
- Nahida Mashkoor, Qusai Ali, & William AliWilliam. (2018). the effect of exercises using rubber ropes and water resistance on the ability to withstand the strength and power characteristic of speed and to achieve the effectiveness of . *Journal of Physical Education Studies and Research, 29*(4). - [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAJ&citation\\_for\\_view=VXWUUhQAAAJ:KIAtU1dfN6UC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ar&user=VXWUUhQAAAJ&citation_for_view=VXWUUhQAAAJ:KIAtU1dfN6UC)
- Neamah, D. A. (2014). Relation of time with some biochemical variables of the advancement of the aiming skill by jumping forward in hand. *Maysan Journal of Physical Education Sciences, 9*(9), 144–158.
- Nehme, D. A. S., Munahi, K. S., & Mustafa, U. S. (2024). Leg deviations and its effect on the amount of work and some physical capabilities of the legs in some sports. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(1). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.489>
- Neilson, N. P., & Jensen, C. R. (1972). *Measurement and statistics in physical education. (No Title)*.
- Qandalji, A. I. (1999). Scientific research and use of information sources. In *House of General Cultural Affairs, Baghdad* (p. 95). 52.
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences, 19*(2), 160–176. DOI: <https://doi.org/10.31185/wjoss.464>
- Saad, K. N., & Haider, O. Z. (2020). analytical study of the levels of psychological differentiation among handball players Premium class. *Journal of Studies and Researches of Sport Education , /*(62), 22–36. <https://www.iasj.net/iasj/article/196073>
- Shatnawi, M. M., Al-Jadaan, D. A. N., Ahmad, M. A., & Al-Saeedin, M. S. (2021). ANALYTICAL STUDY OF SOME BIOMECHANICAL VARIABLES FOR THE ACCURACY OF THE PERFORMANCE OF THE CORRECTION SKILL BY JUMPING FORWARD WITH A HAND BALL. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation, 32*(3).
- Shehata, M. I. (1992). *Guide to Modern Jamaz* (p. 23). Dar Al-Maaref.
- Younus Oudah, A., Hasan Aldewan, L., & Asim Ghazi, M. (2024). Developing physical education curricula within the framework of digital transformation to achieve sustainable development. *Sustainability and Sports Science Journal, 2*(3), 149–169. <https://sssj.kineticeditorial.com/index.php/sssj/issue/view/5>

نموذج من الوحدات التدريبية

الاسبوع	الشدة المس تخدمة	الوحدة التدريب ية	تسلسل التمرين	زمن التمرين	تكرار التمرين	الراحة بين تكرار واخر	الراحة بين التمرينات	زمن أداء التمرين الكلي	الزمن الكلي للجزء المستخدم في الوحدة التدريبية	الزمن الكلي للدورة المتوسطة الاولى ( الاسبوع الاول)
الاول %80	75 %	الاحد	1	30 ثا	3	90 ثا	240 ثا	510 ثا	2550 ثا 42.5 د	8.325 ثا 138.75 د
			2	30 ثا	3	90 ثا	240 ثا	510 ثا		
			3	30 ثا	3	90 ثا	240 ثا	510 ثا		
			4	30 ثا	3	90 ثا	240 ثا	510 ثا		
			5	30 ثا	3	90 ثا	240 ثا	510 ثا		
	80 %	الثلاثاء	1	35 ثا	3	105 ثا	240 ثا	555 ثا	2775 ثا 46.25 د	
			2	35 ثا	3	105 ثا	240 ثا	555 ثا		
			3	35 ثا	3	105 ثا	240 ثا	555 ثا		
			4	35 ثا	3	105 ثا	240 ثا	555 ثا		
			5	35 ثا	3	105 ثا	240 ثا	555 ثا		
	85 %	الخميس	1	40 ثا	3	120 ثا	240 ثا	600 ثا	3000 ثا 50 د	
			2	40 ثا	3	120 ثا	240 ثا	600 ثا		
			3	40 ثا	3	120 ثا	240 ثا	600 ثا		
			4	40 ثا	3	120 ثا	240 ثا	600 ثا		
			5	40 ثا	3	120 ثا	240 ثا	600 ثا		



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## An analytical study of the results of the Iraqi men's team (U20) participation in the Asian volleyball championships for the period from 2010 to 2023

omar saeed sabbar  

Zahiah Sabah Abdulsalam <sup>2</sup> 

University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences <sup>1,2</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 11/5/2024

Accepted 27/5/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

History, volleyball, Asian championships, the Iraqi volleyball team



website

### Abstract

The research aims to: Archive the participation of the Iraqi men's national team (u20) in the Asian championships for the period from (2010) to (2023). The research sample was the Iraqi men's national team (u20) participating in the Asian championships for the period from (2010) to (2023). The researchers used the historical approach, or what is called the documentary approach. As for the means of collecting information, the researchers relied on written sources (books and magazines) Arab and international, as well as the global information network (the Internet), and also relied on personal interviews with the pioneers of the game in Iraq, and the researchers concluded: There are contributions Many of the men's national teams in Asian championships are not documented. The researchers recommended the need to pay attention to documenting the tournaments on a regular basis, as well as opening a special register for them and also recording the names of the players participating in those tournaments.



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## دراسة تحليلية لنتائج مشاركات المنتخب العراقي للرجال (U20) في البطولات الاسيوية بالكرة الطائرة للفترة من 2010 لغاية 2023

زاهية صباح عبد السلام<sup>2</sup>

عمر سعيد صبار<sup>1</sup>

جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة 2,1

المخلص

معلومات البحث

يهدف البحث الى : ارسفة مشاركات المنتخب الوطني العراقي رجال (u20) في البطولات الاسيوية للفترة من (2010) ولغاية (2023)، كانت عينة البحث هم المنتخب الوطني العراقي للرجال (u20) المشارك في البطولات الاسيوية للفترة من (2010) ولغاية (2023) واستعمل الباحثان المنهج التاريخي او ما يسمى بالمنهج الوثائقي ، اما وسائل جمع المعلومات فقد اعتمد الباحثان على مصادر مكتوبة ( الكتب و المجالات ) العربية والعالمية وايضا الشبكة المعلوماتية العالمية ( الانترنت) وكذلك اعتمد اعلى المقابلات الشخصية مع رواد اللعبة في العراق، واستنتج الباحثان : هنالك مشاركات عديدة للمنتخب الوطني للرجال في البطولات الاسيوية غير موثقة ، فقد اوصى الباحثان ضرورة الاهتمام بتوثيق البطولات وبصورة دورية وكذلك فتح سجل خاص بها وايضا تدوين اسماء اللاعبين المشاركين في تلك البطولات .

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/5/11

القبول : 2024/5/27

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

الكلمات المفتاحية :

تاريخ ، الكرة الطائرة ، البطولات الاسيوية ، المنتخب العراقي بالكرة الطائرة.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

التاريخ هو سجل لما حققه الإنسان له دلالاته ومغزاه فالشعوب العريقة تتمتع بذاكرة جماعية قوية وبوعي دقيق وبالذات مكوناتها وطاقاتها، كما أن الشعوب التي تفقد ذاكرتها لا حاضر لها ولا مستقبل فالتاريخ ليس تسجيل للأحداث الزمنية فقط ، بل يمتد إلى دراسة الأشخاص والجماعات والأفكار في تسلسل زمني له علاقة بالزمان والمكان . أن لدراسة التاريخ أهمية حيوية لأن المواقف المعاصرة والقضايا التي تفرض نفسها في وقتنا الحاضر على المجتمعات ما هي إلا نتاج للماضي وإن أي تحليل للحاضر أو تخطيط يستدعي بالضرورة دراسة الأحداث الماضية أي دراسة للماضي، فالتاريخ يعد سلسلة مترابطة حلقاتها وتتصل فيها النتائج بالمقومات بغرض ربط الماضي بالحاضر والمستقبل . (Ali, 2022)

الكرة الطائرة هي واحدة من الألعاب الجماعية الأكثر شعبية حول العالم في بعض الدول تكون اللعبة الاولى وفي بعضها اللعبة الثانية وقد تكون الثالثة الأكثر مزاولة ، حيث يتنافس من خلالها فريقين تفصل بينهما الشبكة تكون على ارتفاعات مختلفة للنساء وللرجال على الفريقين ضرب الكرة وتميرها من فوق الشبكة الى منطقة المنافس اذ يسمح لكل فريق ضرب الكرة وتداولها ثلاث لمسات ويتم حساب النقاط اذا لامسة الكرة الارض او اذا ارتكب احد اعضاء الفريق داخل الملعب خطأ او اذا اخفق الفريق في صد هجوم المنافس وارجاع الكرة بشكل صحيح . تتميز هذه اللعبة بانها تلعب لكلا الجنسين وايضا تلعب في القاعات الداخلية وعلى الشواطئ ويمكن ممارستها في جميع الاوقات في الليل والنهار وجميع فصول السنة . (Othman Idham et al., 2023) (Oudah et al., 2022)

ان الدراسات التاريخية في المجال الرياضي تعد نادرة جداً بل هناك رياضات عديدة لم تتناولها الدراسات التاريخية بالتوثيق والتحليل الأمر الذي دفع الباحثان إلى إجراء هذه الدراسة لمحاولة توثيق مشاركات ونتائج المنتخب الوطني للشباب بالكرة الطائرة في البطولات الآسيوية محاولة منه لإعطاء هذه الرياضة حقها بحفظ تراثها وتاريخها وقد يساعد ذلك على نشرها وتشجيع الناشئ والشباب والهيئات والمؤسسات التربوية والرياضية لممارستها . (Aldewan & Abed Malih, 2005)

### المشكلة .

من الامور المهمة التي ينبغي ألا تغيب عن اي جانب من جوانب الحياة التوثيق لكونه مرجع للخبرات السابقة والتجارب الماضية التي من الممكن الاستفادة منها مستقبلاً . وان لنتيجة قلة البحوث والرسائل والاطاريح التي تخص المنهج التاريخي كونه يعد الاساس في الحفاظ على الموروث الرياضي في سير المنتخبات الوطنية لاسيما فئة الشباب . هنالك بعض الاسئلة التي تحتاج الى اجابات وهي هل يوجد توثيق لنتائج مشاركات المنتخب الوطني العراقي رجال (U20) بالكرة الطائرة للفترة من (2010 ولغاية 2023 ) وتحليل نتائج تلك المشاركات قام الباحثان بزيارة الاتحاد العراقي المركزي ومقابلة بعض اعضاء الاتحاد ومشرفي المنتخب الوطني للشباب اذ اكدوا عدم وجود توثيق لنتائج تلك البطولات . لذا ارتى الباحثان من الضروري عمل دراسة لتوثيق تلك النتائج من خلال مشاركة المنتخب الوطني للشباب في البطولات الآسيوية وتحليلها . (Khalid Hommam, 2012)

### اهداف البحث .

1. ارسفة مشاركات المنتخب الوطني العراقي رجال (U20) في البطولة الآسيوية للفترة من (2010 ولغاية 2023) .
- 2 . معرفة نتائج مشاركات المنتخب الوطني رجال (U20) وتحليلها في البطولة الآسيوية .

### مجالات البحث

المجال البشري : المنتخب الوطني العراقي للرجال (U20) المشارك في البطولات الآسيوية للفترة من 2010 ولغاية 2023).

المجال الزمني : من 1/26 ولغاية 2024/5/1 .

المجال المكاني : مكتبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد ، الاتحاد العراقي المركزي للكرة الطائرة .

#### نبذة عن الاتحاد الآسيوي .

الاتحاد الآسيوي للكرة الطائرة هو الهيئة الرياضية المختصة برياضة الكرة الطائرة الداخلية والشاطئية في قارة آسيا وأستراليا . " ظهرت لعبة الكرة الطائرة في اسيا مطلع القرن العشرين واقامت اول بطولة للكرة الطائرة في دورة العاب آسيا الشرقية التي استضافتها مدينة شنغهاي الصينية عام (1921) ، وفي عام 1952 تم تشكيل الاتحاد الآسيوي للكرة الطائرة برئاسة السيد Nishikawa من (اليابان) وذلك خلال الدورة الآسيوية التي اقيمت في مانايلا . وفي عام (1968) استخدم نظام اللاعبين الستة في كل فريق . يحتوي الاتحاد الآسيوي على 65 عضوا أغلبهم موجودون في آسيا وأستراليا ولكن تستثنى منهم دول عابرة للقارات والتي تحتوي أجزاء منها على مناطق خارج قارة آسيا مثل (أذربيجان، جورجيا، روسيا وتركيا) والتي تعد أعضاء في الاتحاد الأوربي بدلا من الآسيوي، وثلاث ولايات أخرى تقع على طول الحافة الغربية لآسيا (أرمينيا و قبرص والكيان الصهيوني ) وفي عام 1975 أُقيمت أول بطولة آسيوية للرجال والنساء في أستراليا (Asaad & Ali, 2012) .

بطولة آسيا للكرة الطائرة (رجال) تحت 20 سنة هي مسابقة دولية للكرة الطائرة في آسيا وأوقيانوسيا يتنافس عليها المنتخبات الوطنية للرجال تحت 20 سنة ( u20 ) والتي يشرف عليها الاتحاد الآسيوي للكرة الطائرة (AVC). تُقام البطولة الآسيوية للمنتخبات ( u20 ) كل عامين منذ انطلاقتها لأول مرة عام 1980 في سيول عاصمة كوريا الجنوبية. ويتأهل أفضل فريقين لبطولة العالم تحت 21 سنة للكرة الطائرة للرجال التابعة للاتحاد الدولي للكرة الطائرة. (Abdul-Amir, 2013)

تعتبر ايران اكثر المنتخبات احرازا للقب البطولة الآسيوية للرجال (u20) حيث استطاعت الحصول على المركز الاول في سبعة بطولات. تليها كوريا الجنوبية ب ستة القاب وبعده الصين في ثلاثة القاب واستطاعت اليابان احراز لقب البطولة في ثلاث بطولات.

#### منهج البحث .

استخدم الباحثان المنهج التاريخي اوما يسمى بالمنهج الوثائقي مستفيدا من تحليل ومناقشة المشاركات الآسيوية للمنتخب الوطني العراقي رجال ( u20 ) حصرا لملائمة اهداف الدراسة . ان اختيار موضوع البحث هو استقصاء ناقد عن الحقيقة لمعرفة الأحداث والظروف التي صاحبة مشاركات المنتخب الوطني للشباب في البطولات الآسيوية وتدوين احداثها بكل امانة مع بيان المشاكل والصعاب التي رافقت تلك المشاركات .

#### مجتمع البحث وعينته:

شملت عينة البحث مشاركات المنتخب الوطني العراقي في البطولة الآسيوية بالكرة الطائرة رجال ( U20 ) والبالغ عددها اربعة مشاركات اذ تم اختيارها بالطريقة العمدية كونها واقعة ضمن مدة الدراسة للفترة من (2010 ولغاية 2023) اخر بطولة شارك فيها المنتخب والتي اقيمت في البحرين .

وسائل جمع المعلومات التاريخية وتدوينها.

المصادر المكتوبة او المطبوعة، الكتب والمؤلفات التاريخية العربية، الوثائق والأرشيفات والسجلات الخاصة بالاتحاد العراقي المركزي للكرة الطائرة، المقابلات الشخصية لرواد لعبة الكرة الطائرة والحكام الدوليين والمدربين في العراق.

الوسائل الاحصائية .

قانون النسبة المئوية : الجزء / الكل × 100 (Wajih Mahjoub, 2001) .

عرض وتحليل نتائج مشاركيات المنتخب الوطني للرجال (U20) في البطولات الآسيوية للكرة الطائرة  
 أولا : عرض وتحليل نتائج المنتخب العراقي (U20) في البطولة الآسيوية الخامسة عشر 2010 تايلند  
 الجدول رقم ( 1 )

نتائج المنتخب الوطني رجال (U20) في البطولة الآسيوية الخامسة عشر تايلند (2010)

ت	المباراة	النتيجة	عدد الاشواط	Set 1	Set 2	Set 3	Set 4	Set 5	عدد النقاط
1	العراق - استراليا	فوز	1 / 3	23- 25	17- 25	25 -20	22- 25	-	87 : 95
2	العراق - الهند	خسارة	3/ صفر	25- 16	25- 18	25- 10	-	-	75: 44
3	العراق - الصين تايبه	خسارة	3/ صفر	25- 18	25- 18	25- 21	-	-	75: 57
	المراكز من 9 - 12								
4	العراق - اندونيسيا	خسارة	3/ 1	25-21	22- 25	25- 21	25- 19	-	97: 86
5	العراق - سريلانكا	خسارة	3/ صفر	25- 17	25- 15	25- 17	-	-	75 - 49
	تحديد المركز 13								
6	العراق - نيوزلندا	فوز	2/ 3	25- 23	25- 12	21-25	23- 25	13-15	100 :107
	المركز 13								

استضافة تايلند البطولة الخامسة عشر رجال (U20) بالكرة الطائرة للفترة من 1 . 9 تشرين الاول (2010) بمشاركة (16) فريق توزعوا على اربعة مجاميع كل مجموعة تضم اربعة فرق يتأهل اول وثاني المجاميع الى دور ال (8) وباقي الفرق يتبارون فيما بينهم من المركز (9 الى 16) . ضمت مجموعة منتخبنا الوطني كلا من ( استراليا . الهند . الصين تايبه) استطاع الفوز على الفريق الاسترالي بنتيجة ثلاثة اشواط مقابل واحد اما في المباراة الثانية التي تقابل فيها المنتخب العراقي كانت مع المنتخب الهندي والذي يعتبر من الفرق القوية على مستوى هذه الفئة انتهت بخسارة المنتخب العراقي بواقع ثلاثة اشواط مقابل لا شيء . وفي المباراة الثالثة ايضا لم يستطع التغلب المنتخب العراقي على المنتخب الصين تايبه والذي يعتبر من الفرق المرشحة لأحراز البطولة اذ تعتبر منتخبات شرق اسيا متطورة في لعبة الكرة الطائرة . (Khaled Saleh, 2010)

وحسب نظام البطولة لعب المنتخب العراقي على المراكز من (9 . 12) اذ تقابل المنتخب مع منتخبات اندونيسيا . وسريلانكا انتهت المواجهتين مع الفريقين بالخسارة مما ادى ذلك الى خروج المنتخب الوطني من المنافسة على هذه المراكز واللعب على المركز ال (13) مع منتخب نيوزلندا والتي انتهت بفوز المنتخب الوطني العراقي وبهذا الفوز استطاع الحصول على المركز

الثالث عشر من اصل (16) منتخب مشاركة في القارة الآسيوية . مثل الفريق العراقي كلا من اللاعبين “ ( مصطفى غني ، نوزاد شيرزاد، مرتضى زهير ، عمر احمد ، اسامة منيف ، عقيل محمد ، ابراهيم باسم ، رياض عزيز ، سعد البصري واخرون ) مدرب الفريق (خالد صالح ) . (Khaled Saleh, 2010)

وبهذه المشاركة عاد المنتخب الوطني العراقي للمشاركات الآسيوية بعد انقطاع دام اكثر من (20) سنة عن المشاركات في البطولات الآسيوية بسبب الحصار الاقتصادي على البلد وحرمان العراق من المشاركة في البطولات الخارجية الامر الذي ابعدهم عن العالم الخارجي بعد ما كان العراق من الفرق المميزة على المستوى القاري في لعبة الكرة الطائرة . كان من المفترض على الاتحاد الآسيوي للكرة الطائرة ابعاد الرياضة عن السياسة ولكن هذا ما حدث والحقيقة ومن خلال هذا الحرمان هنالك جيل كامل لم يستطيع تمثيل العراق في هذه المحافل الدولية ولا سيما بطولة اسيا للرجال ( U20 ) ومن ضمنهم الباحثان مما ادى الى تأخر الكرة الطائرة في العراق عن التطور الذي حدث للعبة عدم المشاركة والاحتكاك مع الفرق الآسيوية وقلتها يبعدهم كثيرا عن روح التنافس ومعرفة موقعك بين الفرق الآسيوية .

## الجدول رقم (2)

### نتائج المنتخب الوطني للشباب في البطولة الآسيوية الثامنة عشر الصين تايبيه (2016)

1	العراق - الصين	خسارة	صفر / 3	25-18	2-14 5	25-16	-	-	75: 47
2	العراق - اليابان	خسارة	صفر / 3	25- 21	2-21 5	25-16	-	-	75: 59
3	العراق - باكستان	فوز	1 / 3	21-25	2-21 5	14-25	17-25	-	78: 96
الدور الثاني									
4	العراق - السعودية	فوز	3 / صفر	17-25	1-25 8	18-25	-	-	57: 75
5	العراق -الصين تايبيه	فوز	2/ 3	25-23	2-24 6	17-25	19-25	8-15	100 : 105
الدور الثالث									
6	العراق - قطر	خسارة	3 / 2	18-25	2-25 7	11-25	25-19	15-11	109 :92
المركز 11 / 12									
	العراق - الصين تايبيه	فوز	1 / 3	21-25	2-24 6	23-25	19-25	-	77 : 98
المركز الحادي عشر									

شاركه المنتخب الوطني العراقي للكرة الطائرة رجال (U20) في البطولة الثامنة عشر والتي استضافتها الصين تايبيه للفترة من (9 . 17 / 7 / 2016) بمشاركة 16 منتخب آسيوي . حيث اوقعت القرعة المنتخب العراقي في المجموعة ( C ) برفقة كلا من (اليابان . الصين . الباكستان ) والتي تعتبر اقوى المجاميع في هذه البطولة خسر الفريق العراقي اللقاء الاول مع الفريق الصيني والذي يعتبر من الفرق المرشحة للفوز بالبطولة

وفي نفس النتيجة خسر المنتخب العراقي مباراته الثانية مع المنتخب المرشحة للفوز بالبطولة الفريق الياباني والذي يعتبر مدرسة كبيرة في لعبة الكرة الطائرة في القارة الاسيوية . وفي المباراة الثالثة استطاع الفريق العراقي الفوز على المنتخب الباكستاني ومن خلال هذه النتيجة اصبح الفريق العراقي في المركز الثالث للمجموعة حيث سيلقي المنتخبين السعودي والصين تايبه وانتهت بفوز المنتخب الوطني العراقي باللقاء الاول على المنتخب السعودي وفي الثانية في مباراة ماراثونية انتهت بفوز الفريق العراقي . وبعد ذلك قابل المنتخب العراقي الفريق القطري والتي انتهت بفوز الفريق القطري وبهذه النتيجة سيلقي الفريق العراقي الفريق الصين تايبه للعب على المركز (11. 12) ) انتهت بفوز المنتخب العراقي بنتيجة (1.3) وبهذا الفوز حصل الفريق العراقي على المركز (11) في البطولة .

في هذه البطولة قدم المنتخب العراقي (U20) بطولة جيدة قياسا للبطولة السابقة اذ عمل الاتحاد العراقي خطة مميزة جدا من خلال اعداد المنتخب اعدادا مميذا اذ اعطى الاتحاد للمنتخب الشبابي الحق في المشاركة في الدوري العراقي من خلال تمثيل احد الاندية (القوة الجوية ) وتعد هذه الخطوة جيدة الهدف منها تطوير قابلية الفريق وايضا جعله يتنافس مع مستويات اعلى من مستوى البطولة والاحتكاك مع لاعبي مستويات اعلى منه

ولكن بعد ان تم اعداده طيلة هذه الفترة لجاى الاتحاد الى تغيير المدرب ( سعد يحيى ) والاستعانة بمدرّب تونسي (نزار الشكلي) الامر الذي ادى الى تغيير نمط التدريب للفريق وايضا تغيير الية واسلوب لعب المنتخب الامر الذي ادى الى تشتت في روى اللاعبين بين مدرستين مختلفتين في الخطط والاسلوب التكتيكي اذ يعتمد الاسلوب العراقي على اللعب والتكتيك الكلاسيكي الاسيوي اما المدرسة التونسية تعتمد على اللعب والاسلوب الغربي القريب من الفرنسي واللعب كرة (الفاست بول) على الاطراف اذ يعتبر هذا الاسلوب صعب جدا لهذه الفئة العمرية هذا مادي الى تشتت في افكار وطريقة لعب الفريق العراقي . (Ihsan, 2016)

يرى الباحثان من خلال هذه الروى ان الاتحاد لو استقطب هذا المدرب بفترة اطول من هذه الفترة التي تعتبر صغيرة جدا لتأقلم هذه الفئة العمرية مع الاسلوب الجديد اذ استقطب المدرب بفترة شهر قبل البطولة وهذه الفترة قليلة جدا للتأقلم مع اسلوب لعب الفريق لو كان هذا الاستقطاب بمدة ثلاثة اشهر قبل البطولة على الاقل لكان الاداء سيكون اكثر تطورا وبذلك الحصول على مركز افضل . مثل الفريق كلا من ( سيف حسين . علي صاحب . بركات علي . عباس كطراني . شاكّر حسين . هادي علي . علي حسين ...واخرون ) .

### الجدول رقم (3)

#### نتائج المنتخب الوطني للشباب في البطولة الاسيوية التاسعة عشر البحرين (2018)

1	العراق - البحرين	خسارة	صفر / 3	25-23	28-26	15 - 25	-	-	78 : 64
2	العراق - قطر	فوز	1 / 3	19- 25	16- 25	25 - 22	18- 25	-	78 : 97
	الدور الثاني								
3	العراق - مكاو	فوز	3 / صفر	18- 25	19- 25	18- 25	-	-	55 : 75
	دور ال 16								
4	العراق - تركمانستا	فوز	3 / صفر	16- 25	20- 25	16 - 25	-	-	52 : 75
	دور ال 8								

10: 97 4	1 - 15 0	2 - 25 2	25 - 15	22- 25	25- 17	2 / 3	فوز	العراق - الصين	5
								دور ال 4	
75 :55	-	-	25-22	25-16	25-17	3 / 0	خسارة	العراق - كوريا	6
								المركز 3 - 4	
94 : 92	-	26-24	25-20	25-18	23-25	3 / 1	خسارة	العراق - تايلند	7
								المركز الرابع	

هذه البطولة هي الأفضل في تاريخ المشاركات العراقية في البطولة الآسيوية (U20) التي استضافتها البحرين للفترة من (12/28/2018). إذ شارك في هذه البطولة ولأول مرة (23) فريق توزعوا على ثمانية مجموعات كل مجموعة تضم ثلاثة منتخبات في تنظيم واسلوب قرعة جديد وقعت القرعة منتخب العراق في المجموعة (d) برفقة المنتخب (قطر والبحرين) 9س الفريق العراقي للقاء الاول مع البحرين وفاز في المباراة الاخرى ضد الفريق القطري. بعد هذا الفوز وفي الدور الثاني استطاع المنتخب العراقي الفوز على منتخب مكاو بنتيجة (3/ 0) وبعد هذا الفوز تأهل العراق الى الدور (16) لملاقاة تركمانستان وبنفس النتيجة تفوق المنتخب العراقي على منافسه ليذهب الى دور ال(8) لملاقاة المدرسة الصينية والتي تعتبر من المدارس الكبيرة والمتطورة في العالم والتي تلعب بأسلوب حديث يختلف عن البقية وفي مباراة كبيرة استطاع الفريق العراقي من الفوز ولأول مرة في تاريخ المشاركات الآسيوية الفوز على الفريق الصيني . تأهل بهذا الفوز الفريق العراقي الى المربع الذهبي للقاء الفريق الكوري والذي أنهى على تطلعات الفريق العراقي في بلوغ النهائي بعد فوز الفريق الكوري بنتيجة (3/0) وبذلك يلعب المنتخب العراقي على المركز الثالث مع منتخب الصين تايبيه والتي انتهت بفوز الفريق الصين تايبيه بحصول المنتخب العراقي على المركز ال4 في هذه البطولة. مثل الفريق كلا من (علي صاحب . غيث علي . ماهر عدنان . محمد انور . منتظر محمد . كاظم سهم . عباس كطراي . ناصر جميل ... وآخرون ) مدرب الفريق (سعد يحيى) . (Tariq, 2018)

تعتبر هذه البطولة الأفضل في تاريخ المشاركات العراقية في البطولة الآسيوية (U20) للرجال إذ استطاع الفريق العراقي الحصول على المركز الرابع بالإضافة الى اختيار اللاعب علي صاحب افضل مسجل نقاط في البطولة ويعتبر هذا انجاز اخر ومهم دخول اللاعب ضمن افضل اللاعبين في اسيا . يرى الباحثان ان هذا الانجاز اتى من خلال عدة اسباب اهمها توفير مستلزمات الفوز وهي المعسكرات الداخلية والخارجية وايضا المشاركة في بطولات اخرى منها البطولة العربية وايضا الاستعداد لهذه البطولة بوقت طويل ورسم خطط إستراتيجية واعطاء الوقت المثالي للمدرب والوقوف على جاهزية الفريق وايضا الاستعانة بإحصائي مميز الذي اعطى المعلومات الكافية للفريق وايضا للفرق المنافسة .

#### الجدول رقم (4)

#### نتائج المنتخب الوطني للشباب في البطولة الآسيوية الواحد والعشرون البحرين (2023)

ت	المباراة	النتيجة	عدد الاشواط	Set 1	Set 2	Set 3	Set 4	Set 5	عدد النقاط
1	العراق - بنغلادش	خسارة	3 / 1	19- 25	26- 24	25- 19	25- 22	-	95: 90
2	العراق - استراليا	فوز	1/3	20- 25	25- 18	22- 25	23- 25	-	90 : 93
	الدور الثاني								

107: 100	15-12	19- 25	23- 25	25- 17	25-21	3/ 2	خسارة	العراق - اتايلند	3
								تحديد المركز(7-12)	
99 :111	10-15	17- 25	25-23	22- 25	25- 23	2/ 3	فوز	العراق - الامارات	4
								تحديد المركز 9	
86 : 80	-	25- 18	25-18	11-25	- 19 25	3 / 1	خسارة	العراق - السعودية	5
								المركز ال(10)	

استضافة البحرين البطولة الآسيوية للرجال (U20) بالكرة الطائرة للفترة (2022/8/ 29.22) شارك في هذه البطولة 17 منتخباً من ضمنها الفريق العراقي حيث وقعته القرعة في المجموعة (E) الى جانب منتخبات استراليا وبنغلادش ففي اللقاء الاول مع الفريق البنغلاديشي خسر الفريق العراقي المباراة وفي المباراة الثانية فاز على المنتخب الاسترالي وفي المرحلة الثانية التقى المنتخب العراقي بالفريق التايلندي وكانت النتيجة خسارة الفريق العراقي فلذلك سيلعب على المراكز من (9. 12) . لعب الفريق العراقي مع الفريق الاماراتي وانتهت لصالح المنتخب العراقي وبعد ذلك التقى الفريق العراقي بالمنتخب السعودي وانتهت لصالح الفريق السعودي ليحصل الفريق العراقي على المركز العاشر. (Abu Al-Ezz, 2023)

نتيجة مخيبة لأمال وتطلعات الاتحاد والمعنيين اذ كانوا يتطلعون لتكرار سيناريو البطولة السابقة على الرغم من توفير الاتحاد كافة المستلزمات لنجاح هذا الفريق من خلال استقطاب مدرباً محترفاً ( ايطالي ) الجنسية وتوفير المعسكرات داخليا وخارجيا الا ان الفريق لم يتمكن من تحقيق الهدف والوصول للإنجاز ويرى الباحثان ان استقطاب المدرب واختياره لم يكن ناجحاً بسبب اختلاف المدرستين من حيث المنهج والاسلوب المتبع من قبل الكادر التدريبي وايضا طبيعة اللاعب العراقي اذ تعتمد المدرسة الايطالية على الاسلوب الفني المتطور المهاري واسلوب اللعب السريع عكس الفريق العراقي الذي يعتمد على الاسلوب التقليدي القديم البسيط والاعتماد على القوة ولعب الكرة ( هاي بول) فلذلك حاول المدرب جاهدا تغيير اسلوب لعب الفريق العراقي ولم يستطع ذلك اعلى ذلك بسبب الوقت القصير الذي انتدب فيه المدرب .

#### الجدول (5)

#### نتيجة مشاركة المنتخب الوطني العراقي للرجال (U20) في البطولة الآسيوية

رقم البطولة	عدد المباريات	الفوز النسبة المئوية	الخسارة النسبة المئوية	المركز		
الخامسة عشر تايلند	6	2	33 %	4	66%	الثالث عشر
الثامنة عشر الصين تايبه	7	4	57 %	3	42%	الحادي عشر
التاسعة عشر البحرين	7	4	57 %	3	42%	الرابع
الواحد والعشرون البحرين	5	2	40 %	3	60%	العاشر

من خلال مآتم عرضه من بيانات يرى الباحثان ان افضل مشاركة للمنتخب الوطني العراقي رجال(U20) في البطولة الالسيوية كانت البطولة التاسعة عشر التي اقيمت في البحرين من كافة النواحي من حيث النتيجة المركز الرابع وايضا من حيث المباريات التي فاز بها فكانت ممتازة فقد فاز على المنتخب الصيني الذي يعد من كبار المنتخبات في لعبة الكرة الطائرة ليس على مستوى القارة الالسيوية فحسب بل على مستوى العالم .  
ومن ناحية اخرى استطاع اللاعب علي صاحب من الظفر بلقب افضل مسجل للنقاط في البطولة يعني من افضل (6) لاعبين في اسيا وهذا بحد ذاته مكسب كبير للعراق . (Atwani, 2022)

#### الاستنتاجات والتوصيات .

##### الاستنتاجات .

- 1 - هنالك مشاركات عديدة للمنتخب الوطني للرجال (U20) في البطولات الالسيوية غير موثقة .
- 2- هنالك عدة مراكز متقدمة تم تحقيقها غير موثقة لدى الجهات المعنية باللعبة ( الاتحاد العراقي المركزي للكرة الطائرة
- 3-عدم الانتظام في المشاركة في بعض البطولات الالسيوية ادى الى تراجع مستوى الكرة الطائرة في العراق .

##### التوصيات .

- 1 - ضرورة الاهتمام بتوثيق البطولات وبصورة دورية .
- 2 - فتح سجل خاص بالبطولات التي شارك فيها المنتخب الوطني العراقي للكرة الطائرة ولكافة الفئات .
- 3 - ايضا تدوين اسماء اللاعبين المشاركين في تلك البطولات .

##### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في المنتخب العراقي المشارك في البطولات الالسيوية للفترة من 2010 لغاية 2023

##### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب بالمصالح

عمر سعيد صبار <https://orcid.org/0009-0002-8113-4707>

## References

- Abdul-Amir, Z. A. (2013). Arab participation in the summer Paralympic games since the 1972 Heidelberg until Sydney in 2000. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 5(3).
- Abu Al-Ezz, A.-A. A. coach for the I. national youth team. (2023). *Asian Championship (Twenty-One)*. Bahrain. Industry Club Hall.
- Aldewan, Lamyaa Hasan Muhamed, & Abed Malih, F. (2005). The reality of women's sports in Basra Governorate. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 18, 16–50. <https://www.iasj.net/iasj/article/52760>
- Ali, Z. (2022). A historical study of the Iraqi national team's participation in the blind men's goalball in the Asian Championships for the period (2014–2022). *Modern Sport*, 21(3), 116.
- Asaad, A., & Ali, M. (2012). Volleyball history, skills, field tests, offensive plans, training. *Al-Qadisiyah University, College of Physical Education*, 27.
- Atwani, N. H. G. (2022). An analytical study of the Iraqi Arab records in athletics for juniors in events Speed and length. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(6).
- Ihsan, A. H. (2016). *Asian Championship (the eighteenth)* (Vol. 18). In the hall of the National Center for Nurturing Sports Talent, Karbala.
- Khaled Saleh. (2010). *Asian Championship* (15th ed.). Al-Sina'a Sports Club Hall.
- Khalid Hommam, W. (2012). Administrative Obstacles Facing Sport Unions in Nineveh Governorate. *College Of Basic Education Research Journal*, 11(4), 506–544.
- Othman Idham, A., Hammadi, J. N., & Ameer Jaber, M. (2023). the performance of the skill of receiving the transmission of first-class clubs of Anbar province and its relationship to the speed of kinetic response among the players of the the player (libero) in volleyball. *Kufa Journal Physical Education Sciences*, 1(6). <https://www.iasj.net/iasj/article/273090>
- Oudah, A. Y. , Shehab, S. G., & Aldewan, L. H. (2022). Building a cognitive achievement scale for the skills of smash hitting and defending the court in volleyball for students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6), 1168–1175. <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/7238>
- Tariq, A. Y. S. of the I. national youth team. (2018). *Asian Championship (nineteenth)*. Bahrain. Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences.
- Wajih Mahjoub. (2001). *Principles of Scientific Research and Its Methods*, (Dar Al-Manhaj for Publishing and Distribution, Ed.).



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Planning and organizing the management of practical experiments for biomechanical tests from a technical point of view according to the point of view of specialists

Fouad Abdul-Mahdi Mahmoud Al-Hamdani <sup>1</sup>✉  Yarob Abdel Baqi <sup>2</sup>✉  Diaan Ahmed Askar <sup>3</sup>✉ 

University of Basra / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1,2</sup>

University of Basra/Student Activities Unit<sup>3</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 27/3/2024

Accepted 17/4/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

planning and organization, scientific experiments, technical aspect, biomechanics

### Abstract

The study aimed to: plan and organize practical experiments from a technical standpoint in the science of mathematical biomechanics. The researchers used the descriptive approach in the style of survey studies. The research sample consisted of 20 professors specialized in the field of mathematical biomechanics from several Iraqi universities. The questionnaire passed through the stages that require obtaining an accurate questionnaire in stages. Preparing a formulation and exploratory experiment while applying scientific foundations to the questionnaire. The results were discussed after transcribing the data and rearranging some paragraphs according to the agreement of the experts. The researchers concluded that most of the evaluators agree that determining the research sample and their levels affects the correct application of the experiment. It also turns out that planning experiments in the field Biomechanics science and providing everything necessary to conduct the experiment are essential for the success of the research study related to the field of biomechanics



website

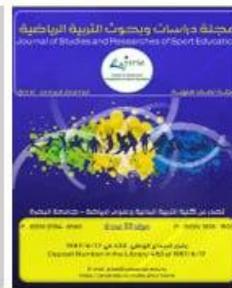
DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.621> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تخطيط وتنظيم إدارة التجارب العملية لاختبارات مادة البايوميكانيك من الناحية الفنية حسب وجهة نظر المختصين

ضياء احمد عسكر<sup>3</sup>    
جامعة البصرة/ وحدة النشاطات الطلابية<sup>3</sup>

يعرب عبد الباقي<sup>2</sup>  

فؤاد عبد المهدي محمود<sup>1</sup>    
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة<sup>1,2</sup>

### المخلص

هدفت الدراسة الى :- تخطيط وتنظيم التجارب العملية من الناحية الفنية في علم البايوميكانيك الرياضي وقد استعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية و تألفت عينة البحث من 20 أستاذ مختص في مجال البايوميكانيك الرياضي ومن عدة جامعات عراقية ومر الاستبيان بالمراحل التي تتطلب الحصول على استبانة دقيقة بمراحل اعداد صياغة وتجربة استطلاعية مع تطبيق الأسس العلمية على الاستبيان وقد تم مناقشة النتائج بعد تفرغ البيانات وإعادة ترتيب بعض الفقرات وفق اتفاق الخبراء وقد استنتج الباحثون اتفاق اغلب المقومين على ان تحديد عينة البحث ومستوياتهم يؤثر على تطبيق التجربة بالشكل الصحيح، كما يتبين ان التخطيط للتجارب في مجال علم البايوميكانيك وتوفير كل ما يلزم لأجراء التجربة يعد من الضروريات لنجاح الدراسة البحثية المتعلقة بمجال علم البايوميكانيك

### معلومات البحث

تاريخ البحث :  
الإستلام : 2024/3/27  
القبول : 2024/4/17  
التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

### الكلمات المفتاحية :

تخطيط وتنظيم ، التجارب العلمية ، الناحية الفنية ، البايوميكانيك

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

"ان الادارة هو العلم الذي يعنى بأمر ادارة جميع الانشطة الانسانية سواء كانت هذه الانشطة عملية او نظرية علمية كانت او انسانية ومن بين هذه الانشطة العلمية والعملية هي التجارب البحثية والتي لا بد ان تدار بشكل منظم وصحيح حتى يتحقق الغرض من البحث ، وهي عملية معقدة" (Tauginiené, 2009) ، " فإدارة التجارب لا بد ان تنتظم التحري عن منهجيات حديثة في الوصول الى الغرض المطلوب من البحث ومن الممكن ان نستفيد من مناهج ادارة البحوث في التخصصات الأخرى من اجل تحقيق الأهداف" (Zhang, 2000) تتعرض التجارب العملية في بحوث التربية الرياضية وخاصة تجارب البيوميكانيك الى بعض الاخفاقات التي تكاد ان تكون جوهرية كونها تؤثر على نتائج التجارب بصورة مباشرة او غير مباشرة وهذا الامر الذي نراه بوضوح ما بين التجارب التي تجرى هنا في بلدنا العزيز وبلدان العالم المتقدم رغم تكافؤ الاجهزة وعلمية المشرفين على هذه التجارب (D. A. Neamah, 2014)، من الخطأ ان يتبادر الى ذهن الفرد ان عملية الادارة هي عملية حصرية في ادارة الامور المكتتبية للمؤسسات سواء كانت مؤسسات تجارية او مؤسسات تربية او رياضية بل تتعداها الى جميع الاعمال الخاصة والعامة ومن ضمنها التجارب العملية التي تحتاج الى تكاتف مجموعة من الاشخاص كون هؤلاء الاشخاص مكلفين بأداء واجبات تختلف كل حسب اهميتها ودورها في انجاح هذه العملية وان هذا العمل يحتاج الى تخطيط حتى يتسنى لنا بأداء الواجبات حسب الاهمية والدور الذي تحققه وحسب " التخطيط : هو الوظيفة الأولى من وظائف الإدارة فهو القاعدة التي تقوم عليها الوظائف الإدارية الأخرى والتخطيط عملية مستمرة تتضمن تحديد طريقة سير الأمور للإجابة عن الأسئلة مثل ماذا يجب ان نفعل ومن يقوم به وأين ومتى وكيف " (Nazzal, 2015) كما ان هذه التجارب تحتاج الى عملية ادارية اخرى لا تقل اهميتها عن التخطيط وهي عملية التنظيم حيث ان هذه العملية تأتي بالمرحلة الثانية بعد التخطيط وهي " التنظيم : هو الترتيب المنظم للمجهودات الجماعية من اجل الوصول الى وحدة النشاطات سعيا الى تحقيق هدف مشترك " (Nazzal, 2015) ، وعند الاخذ بهذين الوظيفتين واعطائهما اولوية في ادارة التجارب العملية لمادة البيوميكانيك سوف يكون حتماً هناك فروق ودقة وسرعة واقتصاد في الوقت والجهد في النتائج التي يتم الحصول عليها وحسب وجهة نظر المختصين في علم البيوميكانيك .  
ومن هنا كان لا بد على المختصين في مجال البحث العلمي وللاختصاصيين في علم البيوميكانيك وعلم الادارة ان يتعاونوا معا في وضع حل علمي مناسب لهذه المشكلة وهي تجنب العراقيل العملية الفنية في اداء هذه التجارب ومن خلال التخطيط والتنظيم المناسب لها ومن هنا تجلت للباحثين اهمية البحث في تخطيط وتنظيم إدارة التجارب العملية لاختبارات مادة البيوميكانيك من الناحية الفنية حسب وجهة نظر المختصين .

### 1 - 2 مشكلة البحث :

ان المشاكل التي تواجه التجارب العملية الميدانية وخاصة تجارب علم البيوميكانيك كثيرة ومتعددة ومصادرها كثيرة ومتعددة أيضاً وان الباحثون ومشرفيهم غالبا ما يتطرقون الى هذه المشاكل كمواضيع فنية معيقة للتجارب العملية وان هذه المشاكل او المعوقات ما لم يتم التعامل معها معاملة دقيقة ويتم تصحيحها وفق خطوات عمل منظم ومتأكد من صحتها فأنها غالبا ما تتحول الى نتائج تشوبها عدم الدقة والتي من الصعب تلافيها او التعامل معها الا بوجود إدارة منظمة ومقننة لتلك التجارب ، ومن هنا تجلت للباحثين المشكلة البحثية التي يتم من خلالها تجنب هذه العراقيل والعواقب التي تواجه الباحثون في مجال علم البيوميكانيك ومن وجهة نظر المختصين في هذا العلم ، حتى يتسنى للباحثون توجيه بعض الاحترازات والحلول الواجب اتباعها في مواجهة هكذا معوقات فنية في اداء التجارب العملية وهو ما يدعى بإدارة التجارب العملية من الناحية الفنية .

### 1-3 أهداف البحث :

- 1- تعميم استبيان آراء الخبراء في علم البيوميكانيك لتخطيط وتنظيم التجارب العملية من الناحية الفنية .
- 2- تخطيط و تنظيم التجارب العملية من الناحية الفنية في علم البيوميكانيك الرياضي .

### 1-4 مجالات البحث :

- 1- أولاً : المجال البشري : (20) من اساتذة متخصصين في مادة علم البيوميكانيك في بعض الجامعات العراقية .
- ثانياً : المجال الزمني : من 1 / 4 / 2023 الى 30 / 5 / 2023 .
- ثالثاً : المجال المكاني : القاعات المتخصصة لأداء التجارب العملية في كلية التربية الرياضية / جامعة البصرة .

### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

### 3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لملائمته أهداف البحث وطبيعة المشكلة التي يراد دراستها " لأنه عبارة عن أسلوب أو تنظيم أو استراتيجية أو خطة عامة تعتمد على مجموعة من الأسس والقواعد والخطوط يستفاد منها في تحقيق أهداف البحث أو العمل العلمي " (M. Owais, 2003)

### 3-2 مجتمع وعينة البحث :

اختيرت عينة البحث من مجتمع البحث اختياريهم وبالطريقة العمدية والبالغ عددهم (20) وهم اساتذة متخصصين في مادة علم البيوميكانيك في بعض الجامعات العراقية وقد تم مراعاة ان تكون من اغلب الجامعات وبالقباب عليمه متقدمة غالبا ملحق (3) .

### 3-3 إجراءات البحث الميدانية :

### 3-3-1 إجراءات صياغة الاستبيان :

من أجل الوصول الى نتائج البحث الحالي لابد من تحقيق أهدافه وهو صياغة استبيان ( أولوية محطات التجارب الخاصة باختبارات علم البيوميكانيك من الناحية الفنية وحسب الأولوية ) من وجهة نظر الاساتذة الاختصاص في علم البيوميكانيك ولغرض تحقيق ذلك أتبع الباحثون الخطوات التالية :

### 3-3-1-1 تحديد الهدف من الاستبيان :

أن الهدف من صياغة الاستبيان هو التعرف على خطوات العمل في تنفيذ التجارب العملية لاداء الاختبارات والتجارب الخاصة في مادة البيوميكانيك والتخطيط لها من خلال اعداد فريق عمل مساعد يستوعب كل فرد منهم عمله وكذلك توفير المستلزمات والاجهزة الخاصة في انجاز ونجاح التجربة كما ينظم العمل لهم من خلال معرفة واجباتهم ولولوية عمل كل فرد منهم

### 3-3-4 إعداد الاستبيان :

قام الباحثون بإجراء مقابلات شخصية مع بعض طلبة الدراسات العليا والمختصين في مجال مادة علم البيوميكانيك وكذلك من خبرة احد الباحثون وهو مختص في علم البيوميكانيك وبدرجة استاذ ، ومن التعرف على آراءهم والحصول على اكبر قدر من المعلومات التي تساعد الباحثون في تحديد اهم المشاكل والعراقيل التي يمكن ان تصادفهم عند اداء التجارب الخاصة في علم البيوميكانيك قام الباحثون بعملية مزوجة بين آراء الخبراء وبعد والاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ، حدد الباحثون خطوات العمل في اجراء التجارب العملية من الناحية الفنية واعطاء كل خطوة منها اهمية حسب الاولوية وكما في ( الملحق 1 )

### 3-4-1 تعميم الصيغة الأولية للاستبيان على الخبراء :

قام الباحثون بعرض الصيغة الأولية للاستبيان على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم البايوميكانيك ( ملحق 3 ) وذلك للتأكد من صلاحية و قابلية الاستبيان وكل فقرة من حيث نوع المفردات والادوات ووضوحها وكيفية اجراء هذه الخطوة وكذلك صلاحيتها وتسلسلها في عمل التجربة وقام الباحثون وبعد إن أبدى الخبراء والمختصين استجاباتهم وملاحظاتهم على فقرات الاستبيان ( ملحق 1) وظهر لنا الاستبيان بصيغة جديدة كما هو في ( ملحق 2) وذلك من خلال الفقرات التي تم الاتفاق عليها بنسبة (75%) فأكثر من الخبراء والمختصين وتعد مقبولة أي بواقع (15) خبير من أصل (20) خبير ، وعليه فقد اعتمد الباحثون المعيار الآتي:-

1- تبقى الفقرات اذا بلغت نسبة المتفقين على صلاحيتها 75% فأكثر .

2- تحذف الفقرات او تعدل إذا بلغت نسبة المتفقين على عدم صلاحيتها او تعديلها باقل من 75% فما دون.

وقد اسفر التحليل الاولي للاستبيان على اتفاق اغلب الخبراء باستثناء بعض التغييرات الطفيفة على نفس التنظيم والتخطيط المدرج ضمن الاستبيان الاولي حيث تم الأخذ بها .

### 3-4-2 التجربة الاستطلاعية:

وبعد ان اصبحت الاستمارة الخاصة بفقرات التجربة جاهزة للتطبيق على عينة أولية من الاساتذة المختصين في علم البايوميكانيك لغرض التأكد من فهم العينة لفقرات الاستبيان ولكل فقرة منه وحسب الأولوية لكل فقرة من فقرات الاستبيان ومدى وضوح فقراتها وأسلوب صياغتها والكشف عن الفقرات غير الواضحة من حيث اللغة والمضمون تم تطبيق الاستبيان على (6) خبراء من (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة ) وكان ذلك بتاريخ ( 15 / 4 / 2023 ). وقد أوضحت نتائج هذا الإجراء أن فقرات الاستبيان كانت واضحة لدى جميع أفراد العينة الاستطلاعية.

### 3-4-3 إجراءات تعميم الاستبيان على عينة التطبيق :

ان الغرض الاساسي والرئيسي من تجربة تطبيق الاستبيان هو استخدام الوسائل الاحصائية للحصول على فقرات دقيقة ، ثم قام الباحثون بعملية تطبيق الاستبيان على عينة (التطبيق) والبالغ عددهم ( 20 ) استاذًا ومشرفًا على طلبة الدراسات العليا وكان ذلك بتاريخ (2023/5/1) وبعد الانتهاء من عملية توزيع الاستمارات بالطريقة الالكترونية ( والإجابة عليها دقق الباحثون كل استمارة للتأكد من أن جميع الفقرات تمت الإجابة عليها بالصورة الصحيحة ولم يستبعد الباحثون أي واحدة من الاستمارات المعممة على الاساتذة ( عينة التطبيق ) وكان لها ترتيب جديد وحسب نسبة الاتفاق لعينة التطبيق وكما في الجدول ( 1 و 2 ).

### 3-5-5 المعاملات العلمية للمقياس :

#### 3-5-1 الصدق :

يقصد بصدق الاختبار " هو قياس الصفة المراد قياسها دون تدخل صفة أخرى تؤثر على عملية القياس في الايجاب او السلب " (K. al-D. A. Owais & al-Hilali, 1997) ، وتتعدد أساليب تقدير الصدق حسب الحالات والمتغيرات فالصدق له أهمية كبيرة في بناء وتصميم المقاييس والاستبيانات ومن خلال قياس الظاهرة التي وضعت للدراسة أي إن المقياس الصادق هو المقياس الذي يقيس الظاهرة المقصودة والتي يريد الباحث أن يقيسها ، والصدق يتكون من عدة أنواع وقد استخدم الباحثون ( الصدق الظاهري ، صدق البناء ).

#### أولاً - الصدق الظاهري :

يعد هذا النوع من أنواع الصدق المطلوب في بناء الاختبارات والمقاييس والاستبيانات للإشارة إلى مدى ملائمة الاستبيان لمعالجة المشكلة الموضوع من أجلها وذلك عن طريق معرفة الفقرات الاستبيان ومدى صلاحيتها ونسبة وضوحها مع معرفة التعليمات الواجب اتباعها لأداء التجربة وكذلك لاستخراج الإجابات التي تتناسب مع عينة البحث وذلك من خلال ما يقرره الخبراء والمختصون في مجال علم البيوميكانيك وقد اجمع الخبراء على أن هذه الفقرات واضحة ومفهومة ومهمة لإجراء التجارب العملية في مادة علم البيوميكانيك واتفقهم (75%) فأكثر وان لها علاقة في نجاح هذه التجارب . " هو الاختبار الذي يدل اسمه على صدقه، أي صادق في صورته الظاهرة وبمعنى اخر ليس صدقا علميا وإحصائياً" (Farahat, 2001)

#### ثانياً - صدق البناء :

" وهو ما يسمى في بعض الأحيان بصدق المفهوم ويعد من أكثر أنواع الصدق ملائمة لأنه يعتمد على التحقق التجريبي من مدى تطابق الفقرات الخاصة بالاستبيان مع الخاصية أو المفهوم أو التجربة المراد إجرائها وتعد أساليب جمع الفقرات وتقييمها وتنظيمها بصورة مرتبة حسب الأولوية والأهمية مؤشرا على هذا النوع من الصدق " ، لذا فقد تحقق هذا النوع من الصدق . (D. A. Neamah & Mustafa, 2018)

#### 3-5-2 ثبات الاستبيان :

" يعد الثبات من العناصر الأساسية في إعداد الاختبارات وأعمد نتائجها ويعرف الثبات بأنه "الدقة في تقدير العلامة الحقيقية للفرد على الفقرة التي يقيسها المقياس، أو مدى الاتساق في علاقة الفرد إذا أخذ المقياس نفسه مرات عدة في الظروف نفسها " (Ahmed & Fathi, 1993)

#### 3-5-3 موضوعية الاستبيان :

" يقصد بالموضوعية هي عدم تأثر الاختبار بتغيير المحكمين وان يعطي الاختبار النتائج نفسها بغض النظر بمن يقيم الاختبار وهذا يعني استبعاد الحكم الذاتي ، اذ انه كلما زادت الموضوعية في التحكيم قلت الذاتية " (Muhammad, 1995) والاختبارات التي يختار فيها البديل الأفضل من بين عدة بدائل يطلق عليها الاختبارات الموضوعية لان بإمكان المحكمين كلهم استخدام نفس الاجابة والاتفاق على نفس الاختيار ، وبما إن الاستبيان يحتوي على نفس الاختيارات التي تم الاتفاق عليها من قبل الخبراء فانه يعتبر موضوعيا.

#### 3-6 الوسائل الإحصائية : الوسط الحسابي ، النسبة المئوية % ، مربع كاي

#### 4-: عرض ومناقشة النتائج :

من اجل تحقيق أهداف البحث قام الباحثون بعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها بعد ان تمت معالجتها إحصائياً .

#### 4-1 عرض وتحليل نتائج الكشف عن آراء العينة حول الاستبيان :

لقد قاما الباحثون بعد ان تم تفرغ الاجابات من قبل عينة البحث ( الاساتذة الخبراء ) في مادة علم البيوميكانيك بإعطاء أولوية فقرات كل محور من محاور الاستبيان الخاص بالتجارب العملية لمادة علم البيوميكانيك وذلك من خلال تصويت العينة على كل فقرة وبالتالي فان الفقرات التي تم اخذ آراء الخبراء حولها وتم احتساب الأولوية لها وحسب آرائهم وذلك من خلال جرد استمارات الاستبيان وبعد التعديلات والتغييرات المقترحة من قبل الخبراء الذين عم عليهم الاستبيان حيث اشادوا على استمارة الاستبيان وتخطيط وتنظيم التجارب العملية لمادة علم البيوميكانيك من الناحية الفنية من وجهة نظرهم (الخبراء) في مادة علم

البايوميكانيك ، لذا صيغت استمارة الاستبيان بصيغتها الجديدة ولكن بترتيب جديد وحسب آراءهم وهي الانسب والأكفأ لأداء التجارب وعليه يكون ترتيب الفقرات لمحور (قبل التصوير) وحسب نسبة الاتفاق وكما في الجدول التالي :

جدول (1)

تسلسل الفقرات بعد استخراج نسبة الاتفاق	نسبة اتفاق الخبراء 75%	تسلسل الفقرة قبل استخراج نسبة الاتفاق
2	95%	1
1	100%	2
3	90%	3
4	85%	4
5	80%	5
6	75%	6

وكذلك يكون ترتيب الفقرات لمحور (اثناء التصوير) وحسب الأهمية النسبية كالتالي :

جدول (2)

تسلسل الفقرات بعد استخراج نسبة الاتفاق	نسبة اتفاق الخبراء 75%	تسلسل الفقرة قبل استخراج نسبة الاتفاق
1	100%	1
3	90%	2
2	95%	3
4	85%	4
5	80%	5
6	75%	6

#### 4-2 مناقشة النتائج :

ويرى الباحثون ان نسبة اتفاق الخبراء على ان تكون الفقرة (1) في محور قبل التصوير هي الفقرة الثانية بينما تكون الفقرة الأولى هي الثانية اي تكون فقرة تحديد العينة هي الفقرة الثانية تعد وجهة نظر موفقة الى ان هذا الامر يكون من ناحية منهجية البحث كون ان ما حدده الباحثون كان يقصد به ان القائم بالتجربة لابد ان يكون قد حدد المشكلة البحثية سابقا من ضمن مجتمع يعاني من هذه المشكلة وبالتالي فان العينة محددة من ضمن هذا المجتمع ولما كانت الفقرة الثانية ولو لا فهم الباحث للمهارة وماهيتها بشكل كبير لما استطاع من تشخيص وجود مشكلة اذ لابد ان يمتاز الباحث بقدرة عالية على فهم النشاط الذي يقوم بأجراء تجربة عليه أي ان ترتيب الفقرات لم يعتمد على مراحل البحث العلمي التي تتطلب ان يحدد الهدف قبل العينة بل كان من ناحية عملية ان تكون العينة هي من يعاني من مشكلة لذا فان وجودها سبق تطبيق الدراسة مع ذلك فان الخبراء ذهبوا باتجاه قد يكون اكثر دقة وربما يسبب خطأ في الفكرة ويتفق الباحثون مع ما ذهبوا له. " فتحديد الهدف وتحديد المسبب في استخدام التحليل البايوميكانيك يسهم في تحسين وتطوير تلك المهارة " (Lees, 2002) وان معرفة إمكانيات العينة ووضعها يعد من اهم ما يميز التجربة الناجحة اذ من خلالها يتمكن الباحث من تحديد عدد المحاولات والوقت الكافي لتنفيذها بدون ان يعاني افراد العينة من التعب والملل الذي يرافق التجربة . ومن المعروف ان تجارب علم البايوميكانيك الرياضي تتطلب عمليات تصوير وان معرفة الهدف من الدراسة ونوع المهارة التي يراد دراستها يسهم بتوفير المعلومات المطلوبة عن عدد الآلات التصوير وامكانياتها في

تغطية حركة الرياضي ، " ويذكر بان التجارب البايوميكانيكية في المجال الرياضي لابد ان تتوفر فيها أنظمة تصوير مع نقاط دلالة لمفاصل الجسم " (Shatnawi et al., 2021) (Mushref et al., 2024) اما عن بقية الفقرات فقد اتفق اغلب الخبراء على ان تكون كما هي بالترتيب حتى الفقرة (6) " اذ لا يختلف المختصين في أهمية جمع بيانات خاصة بأفراد العينة والتي من الممكن ان تكون مهمة في استخراج بعض المتغيرات الخاصة بقياسات اطوال أجزاء الجسم والكتلة وليس بالضرورة ان تكون القياسات المطلوبة في المجال الرياضي هي نفسها في بقية العلوم الأخرى الا اننا في مجال الرياضة يكون جل الاهتمام بالطول والوزن والعمر " (Al-Jadaan et al., 2020) وتختلف القياسات حسب العلم الذي يتناولها فالمهندسون وعلماء الميكانيكية الحيوية والأطباء يتناولون القياسات الانثروبومترية التي تخدم مجال اختصاصهم ولكن يتفق الخبراء على الفقرات من (7) الى الفقرة (9) فلم تحصل على نسبة اتفاق 75 % فما فوق وهذا يعني انها لم تأخذ الأهمية الكبيرة لديهم الا ان هذا لا يعني انها ليست مهمة بل تعد ذات تأثير كبير وقد يكون بعضها من بديهيات " عملية إجراءات قبل التصوير فتوفير الإضاءة المناسبة او التأكد من كفاءة آلة التصوير مهم جدا وكذلك الموقع الذي سيتم فيه العمل واهيانا يتطلب عمل التجربة ليس في القاعات المغلقة بل في الهواء وخارج المختبرات ويتطلب دراية ومعرفة بترتيب العمل فبعض من هذه الأمور يسبب أحيانا تصوير غير واضح مما يعني صعوبة عملية التحليل فيما بعد كما ان التجربة واجراء تصوير من اجل معرفة كمية الضوء المطلوبة تعد مهمة بالرغم من ان حاجة الكاميرات الفيديوية الى اضاءة اقل كما يشير " (Yasser & Ahmed, 2015) ان كمية الانارة التي تتطلبها عملية التصوير بالكاميرا في الصالات المغلقة اقل بكثير من الإضاءة المطلوبة في التصوير السينمائي . الا ان في بعض الأحيان تحتاج الكاميرات ذات السرعة العالية الى اضاءة كبيرة لان سرعة الغالق تزداد لذا فان الحاجة للإضاءة تكون اكبر ويعد موقع التصوير او اجراء التجربة مهم جدا . كما يتطلب في بعض الدراسات توفر أجهزة منها لقياس السرعة او اجهزة (EMG) او أجهزة تربط على جسم الرياضي من اجل استخراج متغيرات مثل (BIOSAN) وغيرها (Mashkor, 2017)

كما يعتمد عدد الآلات التصوير المستخدمة على المتغيرات البايوميكانيكية التي يراد دراستها ففي بعض الدراسات يكون تصوير جانبي اللاعب مهم جدا من اجل الحصول على متغيرات مهمة تؤثر على الأداء فعلى سبيل المثال ذراع اللاعب عند الحركة في بعض المهارات التي تتطلب تهديف او تصويب تسهم بشكل كبير في أحداث التوازن كما ان ضبط الآلات التصوير وعددها في حالة التحليل الثلاثي الابعاد يعد ضرورة قصوى تفرضها المتغيرات ومن الجدير بالذكر ان الخبراء ساهموا باختصار النقاط من خلال دمج البعض منها مع أخرى تندرج في نفس سياق عملها مما ساهم بإعطاء اختصار افضل للاستمارة وبالتالي تسهيل الامر على الباحثون الجدد في مجال التحليل الحركي و علم البايوميكانيك وقد اكدوا على ضرورة تلك النقاط ولم يتم الاستغناء عنها . (Aldewan et al., 2013)

ومما تقدم يتبين ان التخطيط للتجارب في مجال علم البايوميكانيك وتوفير كل ما يلزم لاجراء التجربة يعد من الضروريات لنجاح الدراسة البحثية المتعلقة بمجال علم البايوميكانيك اذ ان توقع وتنبؤ ما قد يحدث اثناء العمل واتخاذ ما يلزم من وسائل وسبل للتغلب على ما يعترض التجربة من مشكلات على ان يكون العمل منظم بالشكل المطلوب كون ان عملية التخطيط ( Aljadaan, 2018) (Alsaeed et al., 2023)

كما ان عملية تنظيم العمل واناطة الواجبات لافراد قادرين على أداء العمل بدقة وفعالية عالية يعد من اهم ما يميز التجربة في مجال علم البايوميكانيك اذ ان العملية لا تقبل الخطأ وفي حالة تعرض أي من مفردات العمل للخطأ فان معالجة ذلك تكون صعبة نوعا ما خاصة فيما يخص توفر العينة التي عادة ما تكون من لاعبي المنتخبات الوطنية او المستويات العليا التي يكون

وقت التدريب مهم جدا لديهم ان " التنظيم هو تحديد أوجه النشاط اللازمة لتحقيق أي هدف وترتيبها في مجموعات بحيث يمكن اسنادها الى افراد " . (D. A.-S. Neamah, 1818)

### 1- الاستنتاجات

- 1- اتفاق اغلب المقومين على ان تحديد عينة البحث ومستوياتهم يؤثر على تطبيق التجربة بالشكل الصحيح يسبق تحديد الهدف من الدراسة
- 2- اتفق الخبراء على ان باقي الفقرات في المرحلة الأولى من الاستبانة هي ذات ترتيب صحيح من حيث الأهمية للفقرة السادسة في مرحلة ما قبل التصوير
- 3- يتبين ان التخطيط للتجارب في مجال علم البايوميكانيك وتوفير كل ما يلزم لاجراء التجربة يعد من الضروريات لنجاح الدراسة البحثية المتعلقة بمجال علم البايوميكانيك

### 2\_ التوصيات

1. الالتزام بما توصل اليه الباحثون حول تخطيط وتنظيم البرنامج الخاص بتجارب البايوميكانيك من الناحية الفنية لأنه يسهل عملية أدائها والحصول على نتائج دقيقة وبدون أي أخطاء تذكر وبسرعة اكبر وبمجهود على الافراد المساعدين اقل
2. يوصي الباحثون على تقنين أي تجارب في أي مجال كان سواء على علم التدريب او علم التعلم او التجارب الفسلجية او العلاجية يؤخذ هذا التقنين من الناحية الفنية لهذه التجارب كونها تحتاج الى تخطيط وتنظيم وكما هو الحال في بحثنا هذا.
3. يجب ان يؤخذ بنظر الاعتبار نوع التجربة التي تكون من ضمن البحث او الرسالة بان يضيف او يحذف مرحلة بيئية كان تكون استعمال جهاز معين او الغاء التصوير مثلا.

### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في بعض أساتذة متخصصين لتخطيط وتنظيم التجارب العلمية من الناحية الفنية

### تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

فؤاد عبد المهدي محمود الحمداني <https://orcid.org/0000-0002-8685-0676>

## References

- Ahmed, O., & Fathi, M. (1993). *Basics of Scientific Research* (2nd edition, p. 194). Al-Kinani Library.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 36*, 27–41.  
<https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Al-Jadaan, D. A. N., Zaalán, M. S., & Ali, I. A. (2020). Analytical Study to Indicate the Comparison in Biomechanical Variables of Handball Scoring. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation, 24*(02), 160–171.
- Aljadaan, D. A. S. N. (2018). The amount of movement quantity decrease and its effect on the output accuracy and strength to the skill of remote aiming by jumping for handball. *Bucharest, Marathon Journal, 10*(2), 67.
- Alsaeed, R., Hassn, Y. , Alaboudi, W. , & Aldywan, L. (. (2023). Biomechanical analytical study of some obstacles affecting the development of football players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health, 10*(23), 342–346.  
<https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i3e.2967>
- Farahat, L. A.–S. (2001). *Mathematical Cognitive Measurement* (p. 19). Al-Kitab Publishing Center.
- Lees, A. (2002). Technique analysis in sports: a critical review. *Journal of Sports Sciences, 20*(10), 813–828.
- Mashkor, N. H. (2017). The stylistic influence of small units (homogeneous and heterogeneous) on some Elkinmetekih variables and the level of technical performance and achievement of the effectiveness of the discus. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 50*.
- Muhammad, S. H. (1995). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports* (3rd edition, p. 202). Dar Al-Fikr Al-Arabi.

- Mushref, A. J., Hummadi, J. N., & Bouslah, N. (2024). The effect of exercises using the 4D Pro tool on developing a number of special physical variables and some skills on the artistic gymnastics jumping table for men. *Rawafed Journal for Studies and Research in Sports Sciences*, 4(1), 12–20. <https://scholar.google.com/citations?user=HVXKHBEEAAAJ&hl=ar>
- Nazzal, A. H. J. et al. (2015). *Fundamentals of work in sports management* (1st edition, p. 33). Al-Ghadeer Printing and Publishing Company Limited.
- Neamah, D. A. (2014). Relation of time with some biochemical variables of the advancement of the aiming skill by jumping forward in hand. *Maysan Journal of Physical Education Sciences*, 9(9), 144–158.
- Neamah, D. A., & Mustafa, U. S. (2018). TEST PROROSAL TO EVALUATE SPECIFIC ENDURANCE AND THE AMOUNT MOTION FOR HANDBALL PLAYERS. *ACADEMIA E STUDII ECONOMICE DIN BUCURESTI Departmentul de Educatie Fizica Si Sport*, 22, 56–66.
- Neamah, D. A.–S. (1818). Comparative study of varying distances of approximate running on some biomechanical variables to accurately perform the aiming skill by jumping forward in hand. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 44, 46–70.
- Owais, K. al–D. A., & al–Hilali, E. (1997). *The Mathematical Meeting* (p. 55). Dar al–Fikr al–Arabi.
- Owais, M. (2003). *Scientific research in social service (study and diagnosis in practice research)* (3rd edition). Dar Al–Nahda Al–Arabiya.
- Shatnawi, M. M., Al–Jadaan, D. A. N., Ahmad, M. A., & Al–Saeedin, M. S. (2021). ANALYTICAL STUDY OF SOME BIOMECHANICAL VARIABLES FOR THE ACCURACY OF THE PERFORMANCE OF THE CORRECTION SKILL BY JUMPING FORWARD WITH A HAND BALL. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 32(3).
- Tauginienė, L. (2009). The roles of a research administrator at a university. *Viešoji Politika Ir Administravimas/Kauno Technologijos Universitetas, Mykolo Romerio Universitetas. Vilnius: Technologija*, 2009, Nr. 30.
- Yasser, N. H., & Ahmed, T. M. (2015). *Sports Kinetic Analysis* (1st edition, p. 118). Dar Al–Diyaa.

Zhang, Z. (2000). A flexible new technique for camera calibration. *IEEE Transactions on Pattern Analysis and Machine Intelligence*, 22(11), 1330–1334. <https://doi.org/10.1109/34.888718>

### ملحق رقم (1)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

السيد الخبير .....المحترم

م/ استمارة استبيان

تحية طيبة ....

نظرا لما تتمتعون به من خبرة عالية في مجال البحث العلمي وتعاون صادق في إنجاح المسيرة العلمية يرجى تفضلكم بمساعدتنا في الإجابة على هذا الاستبيان الخاص بالبحث الموسوم ((تخطيط وتنظيم إدارة التجارب العملية لاختبارات مادة علم البايوميكانيك من الناحية الفنية)) وذلك بالإجابة على أولوية محطات التجارب الخاصة باختبارات علم البايوميكانيك وحسب الأهمية وذلك من خلال اطلاعكم على الملحق المرفق مع هذا الاستبيان والذي يبين جميع المحطات الخاصة بالتجارب العملية لاختبارات علم البايوميكانيك وترقيمها حسب الأهمية والترتيب الخاص لها في هذه التجارب .  
شاكرين تعاونكم معنا مع فائق التقدير والاحترام

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

التخصص الدقيق :

الجامعة والكلية :

وتكون الإجابة كالتالي : ( مثال )

ت	المحطة	الفقرة	الملاحظات
1	أولاً	1	
2	أولاً	9	
3	ثانياً	3	

الباحثون

### مرفق محطات التجارب العملية في صيغته الأولى ( المرحلة الأولى )

أولاً : قبل التصوير: هناك عدد من الخطوات الضرورية التي على الباحث او المختص تحديدها ومعرفتها وتنفيذها قبل التصوير، نذكر اهمها:

- 1- المعرفة المسبقة بتفاصيل الاداء المهاري مهمة جدا لتحديد وضبط سرعة آلة التصوير كذلك لتحديد المستويات والمحاور التي تتم عليها المهارة المراد تصويرها، فهي تساعد في تحديد مكان وضع آلة التصوير وعددها، ففي حالة كون الحركة او المهارة تؤدي على مستوى واحد ومحور واحد مثل حركة الرجلين في الركض السريع فانه يمكن استخدام آلة تصوير واحدة توضع على احد الجانبين ومتعامدة مع محور الدوران لحركة الرجلين اما في حالة كون الحركة او المهارة تتم على اكثر من محور و مستوى واحد فانه يفضل استخدام اكثر من آلة تصوير واحدة حتى تتحقق الرؤية الكاملة لتفاصيل الاداء كأن توضع آلة تصوير من الجانب والآلة اخرى من الأمام او من الأعلى. ولكن هذا لا يمنع استخدام اكثر من آلة تصوير واحدة عندما يراد تحليل الحركات او المهارات التي تؤدي على مستوى واحد عندما يكون المطلوب دراسة هذه الحركة بدرجة عالية من الدقة .
- 2- على الباحث او المختص ان يحدد العينة التي سيتم تصويرها من حيث أعمارهم و عددهم وعدد المحاولات، وذلك لتهيئة وترتيب اللاعبين خصوصا في حالة التصوير لاكثر من لاعب ولأكثر من محاولة من خلال وضع العلامات الفسفورية على مفاصل الجسم وكذلك ترتيبهم بشكل متسلسل لسهولة العمل وتوفير الوقت.
- 3- هناك بعض القياسات الواجب تسجيلها والتي تحتاج اليها بعض الدراسات او البحوث، مثل (العمر، الكتلة، طول الجسم، اطوال اجزاء الجسم،....الخ)
- 4- يجب تحضير لوحة ترقيم تستخدم لترقيم اللاعبين او ترقيم محاولاتهم وعادة ما يتم تصوير هذه اللوحة قبل البدء بتصوير لكل محاولة حتى يمكن معرفة رقم اللاعب ورقم محاولته اثناء تحليل الفيلم.
- 5- يجب على الباحث او المختص ان يحدد مسبقا فريق العمل الذي سيعمل معه حيث يفضل ان تتم الاستعانة بأفراد لهم خبرة في هذا المجال من حيث التصوير واخذ القياسات، وان طبيعة وعدد افراد فريق العمل يتحدد من خلال طبيعة البحث او الدراسة والإجراءات المتبعة وعدد افراد العينة التي سيتم تصويرها .
- 6- المعرفة المسبقة بالمتغيرات المطلوب استخراجها وأداء المهارة المختارة وهي مهمة جدا لمعرفة موقع آلة التصوير نسبة لمجال الحركة فقد تفرض المتغيرات المختارة عدم الحاجة الى تصوير جسم اللاعب بأكمله عند الاداء أو عدم تصوير الاداء بشكل كامل ولكل مجال الاداء ويتم التركيز على جزء معين من الاداء .
- 7- المعرفة المسبقة بموقع اداء التصوير وأسباب كثيرة منها كمية الانارة الموجودة والتي قد لا تكفي للتصوير كذلك توفر الطاقة الكهربائية ونقاط التوصيل الكهربائي ( في حالة الحاجة الى انارة إضافية ) اضافة الى توفر المساحة الكافية لمتطلبات التصوير من حيث اداء المهارة ومواقع آلات التصوير في حالة استخدام أكثر من آلة التصوير .
- 8- المعرفة المسبقة بكمية الانارة التي تحتاجها كل سرعة ( إذا كانت آلة التصوير خاصة متعددة السرعة ) و التأكد من كفاية الانارة ووضوح الصورة والاداء المسجل للمهارة من خلال اجراء تسجيل تجريبي قبل تنفيذ التسجيل الرئيسي وذلك للتأكد من ضبط المستلزمات التي تم تهيئتها مسبقاً لتفادي اي مشاكل ممكن ان تحدث كزيادة في الانارة او تعديل موقع آلة التصوير .
- 9- التأكد من ضبط آلة التصوير ومستلزماتها من حيث:

- أ- صالحة عملها من حيث السرعة المختارة ( إذا كانت آلة التصوير خاصة متعددة السرعة ) كذلك وضوح الصورة.
- ب- البطارية المستخدمة وصالحيتها (كمية الشحن ) والهدف منها معرفة الفترة الزمنية التي ستعطيها آلة التصوير أثناء التشغيل والتسجيل، لعدم حدوث انقطاع مفاجئ لمصدر الطاقة آلة التصوير .
- ت- الحجم الكلي للذاكرة المستخدمة في آلة التصوير أو حجم الذاكرة الفارغة المستخدمة ( Ram-Hard ) وذلك لعدم التوقف المفاجئ للتصوير بسبب امتلاء الخزن للذاكرة.
- ث- صالحة عمل الحامل الثلاثي لآلة التصوير .

ثانياً: اثناء التصوير: عند بداية التجربة للبدء بالتصوير هناك عدد من الخطوات التي يجب اتباعها وهي:

- 1- تثبيت آلة التصوير في الموقع المحدد لها من حيث بعد العدسة وارتفاعها والتي يجب ان تكون في وسط مجال الحركة افقياً وعمودياً ومن الجهة الجانبية للأداء ، وقد يتطلب وضع آلة التصوير ثانياً من أي جهة أو موقع اخر حسب المتغيرات ومحاورها والتي تم تحديدها مسبقاً المراد استخراجها للمهارة المختارة.
- 2- من الخطأ تحريك الكاميرا بأي اتجاه من الاتجاهات اثناء التصوير حيث ان تحريك الكاميرا سوف يؤدي الى اختلاف في القيم الميكانيكية المدروسة عن قيمها الحقيقية، لذلك ولغرض الحفاظ على ثبات الكاميرا يتم استخدام (حامل ثلاثي) حيث تثبت عليه آلة التصوير .
- 3- تصوير مقياس الرسم قبل البدء بتصوير اللاعبين على ان يكون التصوير لمقياس الرسم في نفس خط اداء المهارة المختارة وذلك تلافياً للنسيان الذي قد يحصل لتصوير مقياس الرسم بعد الانتهاء من التصوير والسبب المهم هو حاجتنا له عند تشغيل الفلم على برنامج التحليل والذي يتم فيه تحديد مقياس الرسم الحقيقي على الفلم منذ البداية.
- 4- فتح التسجيل آلة التصوير قبل البدء بأداء المهارة بفترة وجيزة وأطفائها مباشرة بعد الانتهاء (يجب الأخذ بنظر الاعتبار لهذه النقطة وبالأخص عند استخدام كاميرات متعددة السرعة ) والهدف منها هو السيطرة على سعة الخزن في الذاكرة وعدم اشغالها بمادة فلمية غير نافعة خارج الاداء وخصوصاً عند استخدام سرعة عالية في التصوير، فالخزن فيه يكون مضاعفاً، وبالتالي قد ينتهي الخزن قبل الانتهاء من تصوير التجربة بشكلها الكامل وبالأخص عندما يكون التصوير لعدد كبير من المحاولات والمهارات.

ثالثاً: بعد الانتهاء من التصوير:

محاولة نقل المادة الفلمية الى جهاز اللابتوب مباشرة بعد الانتهاء من التصوير وذلك للتأكد من نجاح التصوير وضمن النقل السليم، والغرض منه هو لتلافي اي مشكلة ممكن ان تحدث اثناء النقل او في حالة عدم التسجيل وبالتالي نستطيع معاودة التصوير مرة اخرى قبل رفع آلة التصوير من موقعها ومغادرة العينة من موقع التجربة .

ت	المحور	الفقرة	الملاحظات
1			
2			
3			

ملحق رقم (2)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

السيد الخبير .....المحترم

م/ استمارة استبيان

تحية طيبة ....

نظرا لما تتمتعون به من خبرة عالية في مجال البحث العلمي وتعاون صادق في إنجاح المسيرة العلمية يرجى تفضلكم بمساعدتنا في الإجابة على هذا الاستبيان الخاص بالبحث الموسوم ((تخطيط وتنظيم إدارة التجارب العملية لاختبارات مادة علم البايوميكانيك من الناحية الفنية)) وذلك بالإجابة على أولوية محطات التجارب الخاصة باختبارات علم البايوميكانيك وحسب الأهمية وذلك من خلال اطلاعكم على الملحق المرفق مع هذا الاستبيان والذي يبين جميع المحطات الخاصة بالتجارب العملية لاختبارات علم البايوميكانيك وترقيمها حسب الأهمية ( من 1 الى 6 ) والترتيب الخاص لها في هذه التجارب .

شاكرين تعاونكم معنا مع فائق التقدير والاحترام

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

التخصص الدقيق :

الجامعة والكلية :

وتكون الإجابة كالتالي : ( مثال )

ت	المحطة	الفقرة	الملاحظات
1	أولا"	1	
2	أولا"	6	
3	ثانيا"	3	

الباحثون

مرفق محطات التجارب العملية بصيغته الأولى ( المرحلة الثانية )

أولا" : قبل التصوير: هناك عدد من الخطوات الضرورية التي على الباحث او المختص تحديدها ومعرفتها وتنفيذها قبل التصوير، نذكر اهمها:

1- تحديد عينة البحث ومستوياتهم يؤثر على تطبيق التجربة بالشكل الصحيح وكذلك لابد للباحث ان يراعي طريقة التعامل مع كل فئة او مستوى تبعا لاختلاف تلك المستويات وطبيعة تواجد العينة في مكان واحد وفي وقت واحد والزمن الكافي لإجراء التجربة ومدى استعداد العينة لذلك كما ان مستوى العينة والفئة عامل مؤثر على الابعاد التي ستوضع على أساسها الآلات

التصوير أيضا فالمجال الحركي والزمني للاعبين ذوي مستويات اقل لا يتشابه مع ممن هم ذوي مستويات افضل سواء كان في البعد العمودي او الافقي وتحديد العينة يكون من قبل واضع العنوان واللجان التي تقرر صلاحية العنوان ومدى امكانية تطبيقه على هذه العينة وهذا العامل مهم ومؤثر في بقية خطوات التجربة

2- تحديد الهدف من الدراسة ونوع المهارة التي يتم تحليلها ودراستها والمتغيرات البايوميكانيكية التي يجب ان يتم دراستها والتي عن طريقها يمكن ان تحدد نوع الة التصوير وسرعتها وكذلك عدد الآلات الكافية للتصوير اذا ما كان هناك متغيرات تقاس لأكثر من جانب كما في الحركات والمهارات التي يحدث فيها تغيير في أوضاع الجسم مثل الجمناستيك والعباب الرمي في الساحة والميدان والمصارعة وغيرها أي ان المتغيرات هي من يحدد عدد الالات التصوير وسرعتها خاصة اذا كان المطلوب قياس سرعة أداة مثلا سرعة كرة او رمح وغيرها كما ان المتغيرات أيضا هي من يحدد الأجهزة التي يجب ان تستخدم مثل منصات القوى وأجهزة أخرى كما يتطلب أحيان قياس متغيرات لأجزاء من الجسم تكون الة التصوير فيها قريبة جدا وهذا يعني وجود أدوات لتثبيت تلك الالات بحيث لا يعيق الأداء للرياضي لذلك يجب اجراء تجربة استطلاعية لذلك مع وجود خبراء في مجال التحليل الحركي

3- اخذا البيانات التي تخص القياسات الجسمية والاعمار التدريبية وكذلك الاوزان والكتل مع مراعاة ان يكون هناك فريق عمل قادر على القياس بشكل صحيح وبدقة عالية كون ان بعض القياسات قد تدخل بشكل مباشر في قياس بعض المتغيرات كما في العزوم وكمية الحركة الزاوية ويفضل ان يتم في يوم التجربة الاستطلاعية

4- توفير لوحة قياس توضع رقم اللاعب والمحاولة التي يؤديها ففي بعض التجارب يكون شكل اللاعب غير واضح والجميع يرتدون نفس اللون خاصة اذا كانوا منتخبا وطنياً

5- اختيار فريق عمل له تجربة ومتمرس في اجراء التجارب البايوميكانيكية واستخدام الأجهزة فضلا عن المعرفة المسبقة لطريقة قياس المتغيرات المطلوبة قبل التجربة كثل القياسات الجسمية وغيرها

6- لابد ان تكون مشاهدة سابقة لموقع التصوير ومعرفة ما اذا ما كان متوفر مصادر للكهرباء او توفير اسلاك توصيل الكهرباء كذلك التأكد من ابعاد الملعب ومناسبتها للأبعاد التي من المفترض ان توضع على أساسها الآلات التصوير وبقية الأجهزة ومدى ملائمة الأدوات الرياضية وجودتها من اجل التصوير وكذلك مستوى الانارة الكافي ومدى إمكانية التصوير نهارا او ليلا حتى يتم توفير انارة كافية وأداء التجربة الاستطلاعية التي على أساسها يتم تحديد نوع الالات التصوير والابعاد التي ستوضع على أساسها واعداد تلك الالات و التأكد من تغطية الكاميرا للعمل على وتيره واحدة من قابلية شحن الى نهاية التجربة وقدرتها على استيعاب التصوير والخزن للتجربة كاملة او تتطلب الربط مباشرة مع الحاسوب لزيادة السعة للخزن وتسجيل الابعاد في مذكرة من اجل تطبيقها في التجربة النهائية فضلا عن توزيع عمل الكادر المساعد بالطريقة المطلوبة .

ثانياً: اثناء التصوير: عند بداية التجربة للبدء بالتصوير هناك عدد من الخطوات التي يجب اتباعها وهي:

1- ربط مصادر الكهرباء والتأكد من شحن الكاميرات ووضع الكاميرات على الابعاد التي تم الحصول عليها من التجربة الاستطلاعية والتأكد من ان تغطي مجال الحركة من خلال أداء المهارة من قبل احد اللاعبين من اجل التثبيت وان يكون الحامل الثلاثي ثابت بحيث لا يتحرك هو الاخر فضلا عن التأكد من ان الكاميرا جاهزة ولا يتغير فيها أي شيء مثل الزوم مع التأكد من تهيئة القرص الصلب للكاميرا مع ملاحظة درجة الإضاءة وتأثير سرعة الكاميرا والقاعة عليها

2- في التجارب التي تكون حركة اللاعب ثابتة وضمن حيز محدود من الحركة الأفقية يمكن ان يصور مقياس الرسم قبل أداء عملية التصوير وبالشكل الأفقي والعمودي اما اذا كان مجال حركة اللاعب لمسافة افقية اكبر فيفضل ان يكون مقياس الرسم هو احد أجزاء الجسم اذ من الممكن ان لا يكون النتائج صحيحة وهذا يكون مهم جدا في حالة حركة الجسم على شكل قوس .

3- التأكد من خلوا خلفية الكادر من أي مؤثرات ذات اللون قد تسبب عدم وضوح التصوير وكذلك الاهتمام باللون ملابس الرياضيين التي قد تتعارض مع اللون بعض الأدوات الرياضية

4- بعض الالات التصوير المتوفرة هي ذات سعة خزن محدودة خاصة للالات ذات السرعة العالية التي يكون مقطع الفيديو المصور ذو حجم كبير نسبيا لذا يفضل تصوير كل لاعب كمحاولة على حدا ويبدأ التصوير قبل الأداء للحرة بزمن قصير وكذلك لنهاية الحركة .

5- يفضل مشاهدة جزء من المحاولات قبل انتهاء التصوير للاعب ومحاولاته للتأكد من العملية كانت ناجحة خاصة اذا كان القائم بالتصوير هو من كادر العمل المساعد وغير مختص في مجال التحليل الحركي

6- يفضل ان يتم مشاهدة أجزاء من عملية التصوير والمقاطع لكل اللات التصوير قبل انهاء التصوير والتجربة لتلافي عدم ظهور التصوير بالشكل المطلوب

#### ثالثاً: بعد الانتهاء من التصوير:

بعد عملية التصوير يتم نقل المادة المصورة الى الحاسوب وعمل نسخة او اكثر وكذلك عمل نسخة على قرص مرن من اجل تلافي حدوث أي مشكلات مستقبلا ويفضل نقل المادة المصورة بوجود اكثر شخص اكثر خبرة في استخدام النوع المحدد من هذا النوع من الالات التصوير وله خبره في التعامل معها .

ت	المحور الأول ( قبل التصوير )	الفقرة	الملاحظات
1			
2			
3			
4			
5			
6			
ت	المحور الثاني ( اثناء التصوير )	الفقرة	الملاحظات
1			
2			
3			
4			

			5
			6
	الملاحظات	المحور الثالث ( بعد التصوير )	ت

### ملحق رقم (3)

#### مرفق محطات التجارب العملية بصيغتها النهائية

#### بعد تعميمها على الخبراء وبعد خضوعها للإجراءات الإحصائية

أولاً : قبل التصوير: هناك عدد من الخطوات الضرورية التي على الباحث او المختص تحديدها ومعرفتها وتنفيذها قبل التصوير، نذكر اهمها:

- 1- تحديد الهدف من الدراسة ونوع المهارة التي يتم تحليلها ودراستها والمتغيرات البايوميكانيكية التي يجب ان يتم دراستها والتي عن طريقها يمكن ان تحدد نوع الة التصوير وسرعتها وكذلك عدد الآلات الكافية للتصوير اذا ما كان هناك متغيرات تقاس لأكثر من جانب كما في الحركات والمهارات التي يحدث فيها تغيير في أوضاع الجسم مثل الجمناستيك والعباء الرمي في الساحة والميدان والمصارعة وغيرها أي ان المتغيرات هي من يحدد عدد الآلات التصوير وسرعتها خاصة اذا كان المطلوب قياس سرعة أداة مثلا سرعة كرة او رمح وغيرها كما ان المتغيرات أيضا هي من يحدد الأجهزة التي يجب ان تستخدم مثل منصات القوى وأجهزة أخرى كما يتطلب أحيان قياس متغيرات لأجزاء من الجسم تكون الة التصوير فيها قريبة جدا وهذا يعني وجود أدوات لتثبيت تلك الآلات بحيث لا يعيق الأداء للرياضي لذلك يجب اجراء تجربة استطلاعية لذلك مع وجود خبراء في مجال التحليل الحركي
- 2- تحديد عينة البحث ومستوياتهم يؤثر على تطبيق التجربة بالشكل الصحيح وكذلك لابد للباحث ان يراعي طريقة التعامل مع كل فئة او مستوى تبعا لاختلاف تلك المستويات وطبيعة تواجد العينة في مكان واحد وفي وقت واحد والزمن الكافي لإجراء التجربة ومدى استعداد العينة لذلك كما ان مستوى العينة والفئة عامل مؤثر على الابعاد التي ستوضع على أساسها الآلات التصوير أيضا فالمجال الحركي والزمني للاعبين ذوي مستويات اقل لا يتشابه مع ممن هم ذوي مستويات افضل سواء كان في البعد العمودي او الافقي وتحديد العينة يكون من قبل واضع العنوان واللجان التي تقرر صلاحية العنوان ومدى امكانية تطبيقه على هذه العينة وهذا العامل مهم ومؤثر في بقية خطوات التجربة
- 3- اخذ البيانات التي تخص القياسات الجسمية والاعمار التدريبية وكذلك الاوزان والكتل مع مراعاة ان يكون هناك فريق عمل قادر على القياس بشكل صحيح وبدقة عالية كون ان بعض القياسات قد تدخل بشكل مباشر في قياس بعض المتغيرات كما في العزوم وكمية الحركة الزاوية ويفضل ان يتم في يوم التجربة الاستطلاعية
- 4- توفير لوحة قياس توضع رقم اللاعب والمحاولة التي يؤديها ففي بعض التجارب يكون شكل اللاعب غير واضح والجميع يرتدون نفس اللون خاصة اذا كانوا منتخبا وطنياً
- 5- اختيار فريق عمل له تجربة ومتمرس في اجراء التجارب البايوميكانيكية واستخدام الأجهزة فضلا عن المعرفة المسبقة لطريقة قياس المتغيرات المطلوبة قبل التجربة كتل القياسات الجسمية وغيرها

6- لابد ان تكون مشاهدة سابقة لموقع التصوير ومعرفة ما اذا ما كان متوفر مصادر للكهرباء او توفير اسلاك توصيل الكهرباء كذلك التأكد من ابعاد الملعب ومناسبتها للأبعاد التي من المفترض ان توضع على أساسها الآلات التصوير وبقية الأجهزة ومدى ملائمة الأدوات الرياضية وجودتها من اجل التصوير وكذلك مستوى الانارة الكافي ومدى إمكانية التصوير نهارا او ليلا حتى يتم توفير انارة كافية وأداء التجربة الاستطلاعية التي على أساسها يتم تحديد نوع الآلات التصوير والابعاد التي ستوضع على أساسها واعداد تلك الآلات و التأكد من تغطية الكاميرا للعمل على وتيره واحدة من قابلية شحن الى نهاية التجربة وقدرتها على استيعاب التصوير والخزن للتجربة كاملة او تتطلب الربط مباشرة مع الحاسوب لزيادة السعة للخزن وتسجيل الابعاد في مذكرة من اجل تطبيقها في التجربة النهائية فضلا عن توزيع عمل الكادر المساعد بالطريقة المطلوبة .

**ثانياً: اثناء التصوير: عند بداية التجربة للبدء بالتصوير هناك عدد من الخطوات التي يجب اتباعها وهي:**

- 1- ربط مصادر الكهرباء والتأكد من شحن الكاميرات ووضع الكاميرات على الابعاد التي تم الحصول عليها من التجربة الاستطلاعية والتأكد من ان تغطي مجال الحركة من خلال أداء المهارة من قبل احد اللاعبين من اجل التثبيت وان يكون الحامل الثلاثي ثابت بحيث لا يتحرك هو الاخر فضلا عن التأكد من ان الكاميرا جاهزة ولا يتغير فيها أي شيء مثل الزوم مع التأكد من تهيئة القرص الصلب للكاميرا مع ملاحظة درجة الإضاءة وتأثير سرعة الكاميرا والقاعة عليها
- 2- التأكد من خلوا خلفية الكادر من أي مؤثرات ذات اللون قد تسبب عدم وضوح التصوير وكذلك الاهتمام بالوان ملابس الرياضيين التي قد تتعارض مع اللون بعض الأدوات الرياضية
- 3- في التجارب التي تكون حركة اللاعب ثابتة وضمن حيز محدود من الحركة الافقية يمكن ان يصور مقياس الرسم قبل أداء عملية التصوير وبالشكل الافقي والعمودي اما اذا كان مجال حركة اللاعب لمسافة افقية اكبر فيفضل ان يكون مقياس الرسم هو احد أجزاء الجسم اذ من الممكن ان لا يكون النتائج صحيحة وهذا يكون مهم جدا في حالة حركة الجسم على شكل قوس.
- 4- بعض الآلات التصوير المتوفرة هي ذات سعة خزن محدودة خاصة للآلات ذات السرعة العالية التي يكون مقطع الفيديو المصور ذو حجم كبير نسبيا لذا يفضل تصوير كل لاعب كمحاولة على حدا ويبدأ التصوير قبل الأداء للحرة بزمن قصير وكذلك لنهاية الحركة .
- 5- يفضل مشاهدة جزء من المحاولات قبل انتهاء التصوير للاعب ومحاولاته للتأكد من العملية كانت ناجحة خاصة اذا كان القائم بالتصوير هو من كادر العمل المساعد وغير مختص في مجال التحليل الحركي .
- 6- يفضل ان يتم مشاهدة أجزاء من عملية التصوير والمقاطع لكل اللات التصوير قبل انتهاء التصوير والتجربة لتلافي عدم ظهور التصوير بالشكل المطلوب.

**ثالثاً: بعد الانتهاء من التصوير:**

بعد عملية التصوير يتم نقل المادة المصورة الى الحاسوب وعمل نسخة او اكثر وكذلك عمل نسخة على قرص مرن من اجل تلافي حدوث أي مشكلات مستقبلا ويفضل نقل المادة المصورة بوجود اكثر شخص اكثر خبرة في استخدام النوع المحدد من هذا النوع من الآلات التصوير وله خبره في التعامل معها .



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Specific assessment exercises based on visual sensory modeling and its effect on some biomechanical indicator spiking skill on volleyball

Riyadh Alsaeed <sup>1</sup> Hussein Ali Kazem <sup>2</sup> Saif Shaker Kamel <sup>3</sup> Wael kassim Jawad <sup>4</sup>   
University of Basrah / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>1,4</sup>  
Dhi Qar University / College of Physical Education and Sports Sciences<sup>2,3</sup>

### Article information

#### Article history:

Received 2/6/2024

Accepted 2/ 7/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

biomechanics, exercises, muscular strength, modeling, assessment

### Abstract

The spiking skill is one of the types of volleyball skills the mission and which leads The technical aspect plays an important role and this is what makes the player who studies the details of this skill work to confront incorrect performance by relying on additional visual sensory modeling using modern qualitative analysis techniques in a different way directly to identify some basic faulty biomechanical indicators for the stages of technical performance of the spiking skill and the extent of their need for change according to some exercises which contributes to increasing and supporting the motor path of the skill, which helps learners perform the skill successfully, therefore, the researchers used the experimental method using a one-group experimental design appropriate to the nature of the study, the research sample was chosen by the researchers intentionally. The juniors of the Iraqi national volleyball team, where (7) players were selected who are proficient in the skill of striking. Where the researchers were keen to implement specific evaluative exercises in terms of sensory modeling using different tools with a purpose development Some biomechanical indicators developing the muscular strength of a sample of individuals the study in a period of (8) weeks and included (24) training units, (3) units per week, the conclusions, The most important study was that sorting out the mechanical errors related to performance and witnessing them by each learner instilled in themselves the motivation to reach ideal performance according to the corrective exercises that aimed to develop the absolute strength of each of the muscular moment



## **1– The research Introducing**

### **1–1 Introduction and the importance of research**

The skill of spiking is one of the types of volleyball skills in which the technical aspect plays an important role this makes the one who studies the details of this skill work to confront the wrong performance by relying on additional visual sensory modeling using modern qualitative analysis techniques in a different way directly to identify some basic faulty biomechanical indicators for the stages of technical performance of the crushing hit skill and the extent of their need for change according to some calendar exercises which contributes to increasing and supporting the motor path of the skill, which helps learners perform the skill successfully. (Atimari & Montasar, 2022; Hanna & Altimari, 2023)

So, the design of exercises assessment to correct a specific mechanical error is better if visual means are used that will help learners form the skill in a way that does not Leave room to leak mechanical error after developing the efficiency of muscle torque strength as it is the main factor contributing to modeling and simulation transfer the perfect technique to for educated people, As well as organization of behavior control to getting close to the ideal model as much as possible after completing the repetitions or for each mechanical fault there is a specific one as it is the main guide to the behavior of learners. (Salman, 2023) so, Design exercises a calendar in a purpose manner for Body building and shaping during skill performance according to mechanical feedback given according the needs of every player or learner be in fluent the position the kinetic sinner the specific which was previously mentioned analysts will use their inner vision according to the foundations and indicators biomechanics depend on the distinguished and accurate state of measurement not to mention moving away from the traditional guidance provided by the teacher or trainer with feedback through direct observation, thus making the individual repeat the same mistake several times. (Almahdawi, 2023)

Therefore, one of the priorities of researchers is to gradually correct biomechanical errors and begin to correct the basic common errors related to the technique of motor performance according to corrective exercises. After dividing the spiking skill into small stages for the purpose of evaluating the motor path of the skill, which is considered part of the assessment process. (Oudah et al., 2022)

#### **– Research problem:**

Volleyball has six basic skills, one of them is spiking skill, which is attacking skill, the researchers found some weakness related to biomechanical side.

**– Objectives of the study:**

1–Design the exercises Specific assessment in terms of visual sensory modeling to correct mechanical errors in the volleyball spiking skill among the study sample (14–15 years old).

2– Identifying mechanical errors related to the stages of technical performance of the volleyball smash skill among the study sample (14–15 years old).

1– Knowing the extent of the impact of corrective exercises in terms of visual sensory modeling on the development of some biomechanical variables of the volleyball spiking skill among the study sample (14–15 years old).

**Research hypothesis:**

1– The skill of spiking multiplication is faster correction biomechanical errors by using visual sensory modeling with the assessment exercises.

2– There are statistically significant differences for the post–tests in the visual sensory modeling with the assessment exercises.

**The study procedures**

**The study sample:** Experimental approach using experimental design (One group) appropriate to nature problem of the study, the sample was selected of the juniors of the Iraqi national volleyball team (14–15 years old, the players are homogeneous in terms of height and weight, height (170–175cm) and weight (65–70kg). where (7) players were selected who are proficient in the skill of striking, and after reviewing a group of private sources biomechanics and motor learning for the skill of hitting volleyball and related to the topic for the study, the researchers adopted the mechanism of qualitative analysis and sensory modeling Diagnose and correct biomechanical errors according to the following steps:

•After the learner performs the spiking skill more than once, then the best attempt at this skill is recorded using a Casio camera and other modern technical devices.

•Analysts begin qualitative analysis procedures by giving mechanical feedback and identifying a single player–focused mechanical error.

•Giving the learner the opportunity to see his mistakes after dividing the skill into three sections (the preparatory section, the main section, and the final section).

•Displaying the correct model to the learner through visual means to a creative player (mathematical model). On this basis, the technical performance can be formulated to a high and exemplary level after dividing the skill into its three sections to form the learner’s know-how and mental knowledge to remain as a guide and reference for sensory modeling and external feedback when performing the attempts that follow the exercises. Orthodontic

**Figure No. (1)**

**It explains the basic and sub-skill sections and the specific visual errors of the study sample.**

Skill sections and related errors	Qualitative analysis errors (visual observation)	Shortcomings in biomechanical indicators
Errors related to the preparation phase	<ul style="list-style-type: none"> <li>*There is little flexion in the knee joint.</li> <li>*The torso does not tilt slightly forward.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Poor performance speed.</li> <li>*Increased motor performance time.</li> </ul>
Errors related to the approach phase	<ul style="list-style-type: none"> <li>*The players did not take a wide and deep step that would help him maintain the value of the horizontal velocity component.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● A rise greater than the required limit in the value of the knee angle at maximum flexion.</li> <li>*Reduced approach speed.</li> </ul>
Errors related to the jump phase	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Do not transfer the entire center of gravity of the body onto the combs.</li> <li>*Increase in the resting area of the feet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Weak starting speed.</li> <li>*A decrease in the level of instantaneous momentum and the time to reach it.</li> </ul>
Errors related to the multiplication stage	<ul style="list-style-type: none"> <li>● The torso does not arch back as required.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Decrease in the angular range of the trunk before the moment of hitting the ball.</li> <li>*Decrease in ball launch speed.</li> </ul>

	*Rotating the torso in the direction of the striking arm is not the desired form	
Errors related to the concluding section	*Landing on one foot due to imbalance (fall).	*Increasing the force of the collision, causing injury or touching the net.

Correct the errors shown in Figure No. (1), which were diagnosed through qualitative analysis of motor performance, were among the priorities of the researchers' work, and correcting them is a positive factor in improving the biomechanical indicators of this skill. Where be the beginning of a performance orthodontic exercises to run by jumping and jumping of stability (Stand) to ensure greater forces are exerted against gravity to develop the strength of the muscular moments of the extensor muscles contributing to changing the body's state from stationary to moving with the highest acceleration it is consistent with the nature of the distinguished performance.

The researcher Preparing a special educational curriculum consisting of (24) assessment units to develop muscle torque strength, it continued for (8) weeks, at a rate of three units per week, at a rate of (70) Minutes per educational unit also, specify intensity some corrective exercises for absolute body parts in which errors related to technical performance are made according to the method of resistance used by the learner, as follows:

- Added weights for body parts be according to the block every part of the body which is extracted by (multiplying the body mass x Relative weight for the part) and the intensity of the exercise according to the maximum time achieved.

The Rubber exercises resistance create the maximum frequency relative to a specified time, like jumping through rubber resistance (8 seconds) Repeatedly (90%), If The researchers assume the maximum repetition in this period is 10 repetitions, then 90% = 9 repetitions at the same time., And so on.

**-Present and discuss results the study:**

**Schedule (1)**

**Presenting and discussing the results of differences in the values of some values Indicators the biomechanics to be crushed to measure before and after for the study sample**

No	Biokinematic variables	Measuring unit	One-legged push-up skill test	s	±p	Level of development %
1	The height of center of mass at the moment of approach	meter	before	0.771	0.006	5.185
			after	0.731	0.015	
2	The angle of inclination of the torso at the moment of initiating the approach	degree	before	86.285	0.487	4.801
			after	82.142	0.690	
3	The distance of the last jump	meter	before	0.662	0.030	9.727
			after	0.734	0.032	
4	Approach speed	meters/second	before	2.138	0.042	18.861
			after	2.635	0.007	
5	The angle of maximum flexion of the knees	degree	before	124.571	1.618	8.307
			after	135.857	0.690	
6	The height of center of mass at the moment of thrust	meter	before	0.800	0.019	5.405
			after	0.845	0.019	
7	Cruising speed	meters/second	before	2.315	0.037	11.226
			after	2.608	0.053	
8	The angular extent of the torso before the moment the ball is struck	degree	before	165.857	1.069	12.489
			after	145.142	1.345	
9	Final thrust	net	before	648.945	40.351	10.237
			after	722.962	44.279	
10	Access time	second	before	0.199	0.004	4.503
			after	0.190	0.001	

The researchers note from the table (1) There is a rate of development in biomechanical indicators, the researcher attributes this development to the nature of the field study procedures that were organized according to an evaluative educational strategy rapid progress physically and mentally for learners and increase learning the performance motion to improve the skill of overwhelming multiplication by enriching the study sample with cognitive information. (Al-Saeed, 2018) About errors in skill performance and comparing them to ideal performance by tracing the motor path of the crushing hit skill after dividing it into its basic sections (preparatory–Main – Final) based on visual sensory modeling using modern technologies, which in turn increased. Desirea individual sample study in practice corrective doses to correct one error at a time according to detail visual feedback (Kadhim, 2020) individually specified according to the needs of each learner which contributed to revitalization learning process to a member of the group study, and thus obtain on positive results of evolution positive in biomechanical indicators. (Al-Saeed & Pain, 2017) (Hassan & Musharef, 2024)

**schedule (2)**

**Differences in means, standard deviations, and Wilcoxon value (z) for biomechanical indicators for skill for an overwhelming hit to measure before and after the study sample.**

N o	Biokinematic variables	measu ring unit	SF	±A F	Degree of freedom	Minimu m total of ranks	Z value	Signif icance level 0.05	The resu lt
1	The height of center of mass at the moment of approach	meter	0.040	0.017	7	+0.000	2.387	0.016	posi tive
2	The angle of inclination of the torso at the moment of initiating the approach	degree	4.142	1.069	7	+0.000	2.388	0.017	posi tive
3	The distance of the last jump	meter	0.071	0.010	7	-0.000	2.400	0.016	posi tive
4	Approach speed	m/s	0.497	0.044	7	-0.000	2.383	0.017	posi tive
5	The angle of maximum flexion of the knees	degree	11.28 5	1.253	7	-0.000	2.387	0.016	posi tive
6	The height of center of mass at the moment of thrust	meter	0.045	0.031 5	7	-1.000	2.205	0.027	posi tive
7	Cruising speed	m/s	0.292	0.073	7	-0.000	2.414	0.015	Posi tive
8	The angular extent of the torso before the moment the ball is struck	Newto n	74.01 6	62.55 5	7	-1.000	2.197	0.028	posi tive
9	Final thrust	secon d	0.009	0.004	7	+0.000	2.213	0.026	posi tive
10	Access time	degree	20.71 4	1.976	7	+0.000	2.379	0.017	posi tive

The researchers note the significant differences that appeared in the biomechanical indicators were for the benefit of the post-tests. The researchers attribute this noticeable improvement in biomechanical indicators the nature of the corrective exercises, which in turn addressed the mechanical errors that are the real reason for the weak motor correlation between the main sections of the crushing skill. The result improving internal strength represented by muscle strength, ligament, and joints by giving separate corrective exercises for each part of the skill to focus on, as well as about its effective role in producing the force necessary for movement

and the player's sense of the motor and temporal scope of these parts, not to mention considering the correct timing between the sections of the crushing skill. Which in turn reinforced the effectiveness of learning, accelerating it, and continuous correction of biomechanical errors, as an alignment orthodontic exercises according to the mechanical errors in a gradual manner and according to the skill sections, starting from the major errors related to the technical performance up to the errors related to the form of the performance, and thus contributed in a way direct in calendar body position at the moment of initiation by getting closer to perform the preliminary stage by reducing height of the body's center of mass, as well as this in turn increases the inclination of the trunk increased the learner's ability to power generation large, aided by weight torque, which contributes to an early and rapid increase in angular velocity move fast and prepare from most important necessities preparing to perform the skill of crushing multiplication from a scientific stand point, so The researchers find the amount of force used to make an object gain a certain speed varies depending on the position of the body before using the force, and this explains to us the importance of preliminary movements in many sporting events.(Al-Saeed et al., 2016)Which was reflected this on the last jump distance where it is associated with an increase horizontal velocity and thus invested through reducing the body's center of gravity the learner thus converts it in the vertical direction at the end of the stage, the result achieved is an increase in the approach speed value it was achieved by combining the above-mentioned mechanical factors, which in turn contributed to reducing the time of motor performance of the spiking skill due to the application of corrective exercises that she achieved her goal of improving performance and overcoming body mass increase your speed and continue until reaching the approaching stage and at perfect angles for the knees(Al-Saeed, 2018; Al-Saeed & Pain, 2017) at the second test which helped the learners to generate a mechanical force greater than the force of the body's weight, which contributed to the ease of transition from the stage of extreme flexion to the initiation of achieve height ideal to the body's center of gravity the moment the payment has been made by sudden extension of both the hip and knee, The learners were able to reach this stage with confidence on the amount of momentum. Muscle strength subject the speed of extension of the joints and the compatibility of the work of these joints which were acquired through corrective exercises that helped them achieve speed perfect starting point and that during guidance outputs indirection vertical without appearing degree. A slope between the line of action of a force and the place of its impact (the body's center of gravity) (Karim, 2010).(Yaseen & Alsaeed, 2022)(Abbas et al., 2023) It helps to use the true path of force through all the joints

involved in muscular work and the proper timing of it to determine the correct path for the player's center of gravity. Therefore, the effect of the force push on the body because it gains speed and in a short time, which leads to an increase in the body's momentum, therefore, it is important during the pushing phase for the player to keep the pushing foot connected to the ground until the foot and knee extension of the pushing leg is complete, and this applies to the law of pushing the relationship between them is direct (push with force) ( $\text{push} = \text{power} \times \text{time}$ ) which is equal to the change in momentum, and this is what gave the learners the ability and efficiency to control parts of the body after leaving the ground, especially the maximum bend of the torso before the moment of hitting the ball, which came a result due to the nature of the exercises used, which focused on achieving greater flexion at one stage aviation it even serves the skill of crushing multiplication through the value of kinetic transfer and the amount of kinetic energy gained and converted have speed when hitting the ball which It is necessitated by the nature of the involvement of many factors that negatively affect it including positive ones, this is where it stands out the importance of identifying positive factors that help the disease of approaching well and achieving the goal they set a why through effort in a mechanical way, that matches the nature of good performance and limit the impact of negative force as much as possible by changing body positions and following the correct path. For skill as much as possible. (Othman Idham et al., 2023) (Awad et al., 2022)

**Study conclusions:**

- 1–The gradual correction of mechanical errors specified according to the assessment exercises; the skill of spiking multiplication is faster if it is done as a result of visual sensory modeling.
- 2–Use visual sensory modeling in every learner's mistakes individually is one of the important methods which contributed to the access for High degree of Mastery in skill performance to be beaten crushing in volleyball.
- 3– Sorting out the mechanical errors related to performance and seeing them by each learner was the main motivation in achieving ideal performance and seriously applying corrective exercises that aimed to develop the absolute strength of each of the muscular moments.
- 4– Identifying mechanical errors in terms of qualitative analysis. The effective strategy for correcting mechanical errors was based on specific assessment exercises that had a positive impact in the biomechanical indicators of crushing hitting.
- 5– Giving assessment exercises in accordance with the principle of skill progression is the main factor in correcting errors related to performance, in addition to the form of performance, and this in turn contributed to obtaining biomechanical indicators that indicate the validity and safety of performance related to the spiking skill.

## References

- Abbas, R. N., Razzaq, M. A., & Alsaeed, R. (2023). Designing and codifying special tests to evaluate the performance of some scouting skills for middle school scout teams. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 33(1), 46–63. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.419>
- Almahdawi, O. (2023). Effect of skill exercises on high volume control in developing some functional and biochemical indicators and the skills of serving and smashing for young volleyball players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 412–428. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.393>
- Al-Saeed, R. (2018). *Hip and knee joints biomechanics of karate players during training and competition style kicks*.
- Al-Saeed, R., & Pain, M. T. G. (2017). Descriptive analysis of hip and knee joint loading during reverse roundhouse kick (hook) karate kick performed in training and competition modes. *ISBS Proceedings Archive*, 35(1), 9.
- Al-Saeed, R., Pain, M. T., & Lindley, M. (2016). *HIP AND KNEE LOADING OF KARATE PLAYERS PERFORMING TRAINING AND COMPETITION STYLE VERSIONS OF A ROUNDHOUSE KICK*.
- Atimari, Q., & Montasar, R. (2022). A Comparative Analytical Study of the Effectiveness of the Performance for Power Jump Serve and Jump Float Serve for Elite Volleyball Players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(1), 29–38. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i1.292>
- Awad, Y. O., Lamia, H. D., & Shehab, G. S. (2022). Building A Cognitive Achievement Scale For The Skills Of Smash Hitting And Defending The Court In Volleyball For Students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6). <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/7238>
- Hanna, S. J., & Altimari, Q. Abdulhamed. (2023). Evaluation of the Linear Momentum of the Approaching Steps and Its Relationship to some Biokinematic Variables for the Spike Skill of Female Volleyball Players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 78–92. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.380>
- Hassan, M. M., & Musharef, A. J. (2024). The effect of the mental training method accompanied by standard feedback in learning the technical performance of the forward roll diving movement in artistic gymnastics for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). [10.55998/jsrse.v34i1.473](https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.473)
- Kadhim, M. A. A. (2020). The effect of instant feedback on performance at the digital level on discus effectiveness. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 14(4). <https://doi.org/10.37506/ijfmt.v14i4.11907>
- Karim, S. A. (2010). Applications of biomechanics in sports training and motor performance. *Amman: Dar Degla*.
- Othman Idham, A., Hammadi, J. N., & Ameer Jaber, M. (2023). the performance of the skill of receiving the transmission of first-class clubs of Anbar province and its relationship to the speed of kinetic response

among the players of the the player (libero) in volleyball. *Kufa Journal Physical Education Sciences*, 1(6). <https://www.iasj.net/iasj/article/273090>

Oudah, A. Y., Shehab, S. G., & Aldewan, L. H. (2022). *The effect of the interactive blended learning strategy in learning the skill of crushing hitting in volleyball for students*. 6(6), 2860–2867. <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/7736>

Salman, A. (2023). The Effect of Individual Maximum Training on the Concentration of Blood Plasma Proteins (Albumin and Globulin), the Level of Hemoglobin, and the Crushing Serve of Female Volleyball Players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 373–384. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.389>

Yaseen, S., & Alsaed, R. (2022). *THE LINEAR MOMENTUM OF THE STEPS OF APPROACHING AND RELATIONSHIP WITH THE ACCURACY AND SPEED OF THE BALL TO THE SKILL OF SMASH HIGH SPIKE IN VOLLEYBALL*. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/VFZXR>



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The Impact of Deceleration Training on Dynamic Balance Skills of Young football Players

Hersh Rashad Salih<sup>1</sup>  

Al-Hamdaniya University

### Article information

#### Article history:

Received 8/6/2025

Accepted 22/6/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

deceleration training, balance, sports performance, football



website

### Abstract

The research aims to: evaluate the effect of the deceleration training method in improving the dynamic balance skills of young football players compared to traditional training methods. The research sample included 26 football players. The experimental method was used due to its suitability to the nature of the research. The differences between the means were analyzed using Wilcoxon, and the comparison between the two groups was analyzed using post-hoc Mann-Whitney-U analyses. The researcher concluded that the deceleration training program contributes to developing the dynamic balance performance of young soccer players more than the traditional training program and recommended: including the deceleration zone in speed training for young soccer players. The effect of speed training, including the deceleration zone, on various motor skills can be studied.



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## تأثير تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب

هيرش رشاد صالح<sup>1</sup>    
جامعة الحمدانية

### الملخص

يهدف البحث الى: تقييم أثر أسلوب التدريب بالتباطؤ في تحسين مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب مقارنة بأساليب التدريب التقليدية. شملت عينة البحث على 26 لاعب كرة قدم كما تم استعمال المنهج التجريبي بسبب ملائمة لطبيعة البحث، تم تحليل الاختلافات بين المتوسطات باستخدام ويلكوكسون، وتم تحليل المقارنة بين المجموعتين باستخدام تحليلات مان-ويتني-يو اللاحقة. واستنتج الباحث البرنامج التدريبي التباطؤي يساهم في تطوير الأداء التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب أكثر من البرنامج التدريبي التقليدي وأوصى: إدراج منطقة التباطؤ في تدريبات السرعة للاعبي كرة القدم الشباب. ويمكن دراسة تأثير التدريب على السرعة بما في ذلك منطقة التباطؤ على المهارات الحركية المختلفة.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الإستلام: 2025/6/8

القبول: 2024/6/22

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

### الكلمات المفتاحية:

تدريب التباطؤ، التوازن، الأداء الرياضي، كرة القدم

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

كرة القدم هي لعبة تتطلب مهارات متعددة مثل القوة والسرعة وخفة الحركة والتوازن والاستقرار والمرونة والتحمل ( Bloomfield et al., 2007) (et al., 2007) (Gorostiaga et al., 2004) (Helgerud et al., 2001) (Krustrup et al., 2005) على الرغم من أن دراسات أساليب التدريب المختلفة على لاعبي كرة القدم الناضجين اكتسبت أهمية في السنوات الأخيرة، إلا أن هناك نقصًا في الأبحاث حول الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم الشباب. يجب تحسين التوازن الديناميكي، وهو مهارة حركية أساسية، بحلول سن 11 عامًا في كل رياضة (Camliguney, 2013) يساهم تحسين التوازن الديناميكي في قدرة لاعبي كرة القدم الشباب على أداء مهاراتهم الحركية الخاصة بالرياضة بسهولة أكبر عندما يأتي عمر التخصص. (Bruhn et al., 2006)

يتم تعريف التوازن الديناميكي على أنه مهارة البقاء في وضع مستقر وتلعب هذه المهارة دورًا حاسمًا في العديد من الألعاب الرياضية. كرة القدم هي رياضة تتطلب غالبًا مهارات التوازن الديناميكي أثناء التسديد والقطع والتمرير (Pau et al., 2015) (Teixeira et al., 2011) علاوة على ذلك، تم تحديد الارتباطات بين التوازن بساق واحدة والركل (Tracey et al., 2012) من ناحية أخرى، فإن لاعبي كرة القدم الذين يعانون من عدم تناسق التوازن الديناميكي هم أكثر عرضة للإصابة بإصابة عضلية هيكلية في الأطراف السفلية (Onofrei et al., 2019) (Gonell et al., 2015) مما يتسبب في نقص التدريب والمنافسة، وبالتالي انخفاض أداء فريق كرة القدم. (BadrKhalaf et al., 2021)

يتم تعريف التباطؤ على أنه قيام الرياضيين بإبطاء حركتهم، وفي النهاية يتوقفون ويتخذون وضع الجسم المطلوب. التباطؤ مطلوب بعد أي أداء في العدو لإبطاء مركز ثقل الرياضي، بغض النظر عن السرعة النسبية للجري (Hewit et al., 2011) لم يتم تحليل جوانب تباطؤ السرعة على نطاق واسع، ولكن هناك نظرية تدريب (Lees, 2002) (Kovacs et al., 2008) (Kovacs et al., 2015) تنص على أن المكونات الأربعة الرئيسية للتباطؤ هي القوة، وقوة رد الفعل، التوازن الديناميكي أو الاستقرار، والقوة اللامركزية (Kovacs, 2006) ومن المهم أن نلاحظ أن السرعة لا ينبغي اعتبارها مفهوماً واحداً. في الواقع، يجب أن تؤخذ في الاعتبار مراحل التسارع والسرعة القصوى والتباطؤ من أجل فهم أداء السرعة بشكل أفضل (Jeffreys, 2013). نظراً لطبيعة الرياضات الجماعية مثل كرة القدم التي تتطلب الركض المتكرر، فإن قدرة التباطؤ تلعب دوراً هاماً في تحركات اللاعبين أثناء المباريات وأيضاً أثناء التدريب (Lakomy & Haydon, 2004) التسارع والتباطؤ هما الحركتان الأكثر شيوعاً في ألعاب كرة القدم. تم الإبلاغ عن أن مهارات التسارع والتباطؤ لدى الرياضيين تؤثر على كفاءتهم الشاملة وقدراتهم على المراوغة وتسجيل الأهداف، أهمية هذه الدراسة هي : دراسة تأثير مهارات تطوير التدريب على التباطؤ على أداء التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب، و تحديد ما إذا كان برنامج تدريبي لمدة 8 أسابيع كافياً لتحسين التوازن الديناميكي (Izzo & Lo Castro, 2015)

دراسة (Lunsford–Avery et al., 2021) هدفت الدراسة إلي التعرف على الفروق في ببطء النشاط المعرفي بين ذوي وغير ذوي قصور الانتباه والنشاط الزائد، وتكونت عينة الدراسة من (80) فرداً من ذوي قصور الانتباه والنشاط الزائد ، (44) فرداً من غير ذوي قصور الانتباه والنشاط الزائد، والبالغ أعمارهم ما بين 18 – 68 عاماً، واستخدمت الدراسة مقياس باركلي لقياس ببطء النشاط المعرفي ، ومقياس تقدير كونرز لقصور الانتباه والنشاط الزائد للبالغين ومقابلة كونرز لقصور الانتباه والنشاط

الزائد للبالغين باستعمال الدليل التشخيصي والاحصائي ، وتوصلت نتائج الدراسة إلي وجود فروق بين ذوي وغير ذوي قصور الانتباه والنشاط الزائد في بطن النشاط المعرفي في اتجاه ذوي قصور الانتباه والنشاط الزائد

### 1 - 2 مشكلة البحث :

عند إطلاع الباحث على أغلب الدراسات والأدبيات الحديثة في مضمار تعلم كرة القدم وتدريبات تعلمها اتفقت هذه الدراسات والأدبيات على أن هناك حاجة ماسة إلى أساليب تركز على المتعلم ، وتجعله المكون الأساس في عملية التعلم من جهة ومنتجاً ومطوراً لمهاراته العقلية والحركية من جهة أخرى ، فعملية التعلم ما زالت تهمل دور المتعلم في هذه العملية ، وجعله فرداً ايجابياً متفاعلاً مستمتعاً لحل المشاكل العلمية ، ولا تشجع المتعلم على البحث والتفكير ، وعدم تشجيعه أيضاً على التأمل وحل المشكلات ، ولاحظ الباحث من خلال مراجعته ومتابعته المستمرة أن أغلب الشباب لديهم ضعف في أداء المهارات التوازن الديناميكي لكرة القدم.

ومن هنا وجد الباحث انه من الضروري استخدام تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي لها القدرة على اكساب المتعلمين المهارات اللازمة التي تنمي عقولهم، ولذلك اتجهت هذه الدراسة في تحديد المشكلة من خلال اعداد وحدات تعليمية تدريبية قائمة على تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب في نادي خبات الرياضي. وبذلك يمكن تحديد مشكلة البحث في التساؤل الآتي: ما تأثير تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب ؟

### 1 - 3 هدفا البحث :

1 - الكشف عن تأثير تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب .  
2 - الكشف عن الفروق بين شباب مجموعة تدريب التباطؤ (DTG) والتي استخدمت تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي، وشباب مجموعة التدريب التقليدي (CTG) التي استخدم الأسلوب التقليدي في الاختبار البعدي للمهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب.

### 1 - 4 فرضيتا البحث :

1 - تأثير الاختبار القبلي والبعدي في تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب .  
2 - وجود فروق ذات دلالة معنوية بين شباب مجموعة تدريب التباطؤ (DTG) والتي استخدمت تدريب التباطؤ على مهارات التوازن الديناميكي، وشباب مجموعة التدريب التقليدي (CTG) التي استخدم الأسلوب التقليدي في الاختبار البعدي للمهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب.

### 1 - 5 مجالات البحث :

- المجال البشري : لاعبون الشباب في نادي خبات الرياضي / أبريل .
- المجال الزمني : من تاريخ ( 2024/1/17 ) الى ( 2024/3/21 ) .
- المجال المكاني : ملعب نادي خبات الرياضي / أبريل .

### 1 - 6 تحديد المصطلحات :

- التوازن الديناميكي: هو قدرة الرياضي على الحفاظ على مركز ثقل ثابت أثناء تحرك الرياضي (Kovacs et al., 2015)  
- التباطؤ: على أنه قيام الرياضيين بإبطاء حركتهم، وفي النهاية يتوقفون ويتخذون وضع الجسم المطلوب. التباطؤ مطلوب بعد أي أداء في العدو لإبطاء مركز ثقل الرياضي، بغض النظر عن السرعة النسبية للجري (Hewit et al., 2011)

## 2 - الإطار النظري والدراسات السابقة :

### 2-1-1 تدريب التباطؤ :

- التباطؤ : على أنه قيام الرياضيين بإبطاء حركتهم، وفي النهاية يتوقفون ويتخذون وضع الجسم المطلوب. التباطؤ مطلوب بعد أي أداء في العدو لإبطاء مركز ثقل الرياضي، بغض النظر عن السرعة النسبية للجري (Hewit et al., 2011)

- قوى التباطؤ :

إن تباطؤ الجسم هو نتيجة أي وجميع القوى التي تعمل عليه. إنه التسارع السلبي أو انخفاض السرعة لجسم ما. يمكن أن يحدث التباطؤ بسبب العديد من الأشياء، مثل الاحتكاك أو الجاذبية. إن تباطؤ الجسم بسبب سرعته المنخفضة هو ما يسبب التباطؤ. هذا تغيير في معدل حركة الجسم، عادة بسبب قوة تؤثر عليه.

### - وقت التباطؤ :

التباطؤ هو مصطلح يستخدم لوصف التسارع السلبي، أو عندما تقل سرعة الجسم بمرور الوقت. وقت التباطؤ هو مقدار الوقت الذي يستغرقه الجسم في الإبطاء من سرعته الحالية.

### - مسافة التباطؤ :

ينتج تباطؤ الجسم عن انخفاض سرعته أو سرعته. يحدث التباطؤ عندما يبدأ الجسم في التباطؤ، ويقاس بالتغير في المسافة المقطوعة بمرور الوقت.

### - معدل التباطؤ :

معدل التباطؤ هو معدل انخفاض السرعة. إنه عكس التسارع. يحدث التباطؤ بسبب الفيزياء عندما يتباطأ الجسم أثناء حركته.

### - الفرق الأساسي بين التسارع والتباطؤ :

هو أن التسارع يشير إلى معدل التغير في السرعة، بينما يشير التباطؤ إلى قيمة التسارع السلبي. لذلك، كلما تباطأ جسم ما أثناء حركته، فإنه يتباطأ. يمكن قياس التباطؤ من حيث تسارع الجاذبية .

## 3 - اجراءات البحث :

### 3 - 1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بسبب ملائمة لطبيعة البحث.

### 3 - 2 مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من لاعبو نادي خبات الرياضي لكرة القدم الشباب، وتكون عينته من ستة وعشرون لاعب كرة قدم شاب يتمتع بصحة جيدة (متوسط العمر:  $13.54 \pm 1.48$ ، الطول:  $154.98 \pm 12.44$ ، الوزن:  $46.16 \pm 11.06$ ، مؤشر كتلة الجسم  $18.96 \pm 2.21$  كجم / م<sup>2</sup>، النسبة المئوية للدهون  $18.22\% \pm 3.22$ ) شاركوا طوعاً في دراستنا. جميع المشاركين في مجموعات التدريب حصلوا على تراخيص كرة قدم نشطة خلال العامين الماضيين ولم يكن لدى أي منهم أي إعاقة. طُلب من المشاركين عدم القيام بأي تدريب إضافي خلال الأسابيع الثمانية من الدراسة. بعد اختبارات ما قبل التدريب، تم تقسيم المشاركين بشكل عشوائي إلى مجموعتين مثل DTG (عددهم = 13) و CTG (عددهم = 13). تم إبلاغ جميع الأشخاص بالمخاطر والفوائد المحتملة للبحث وفقاً لإعلان هلسنكي لعام 1964 الصادر عن المنظمة الطبية العالمية (WHO) (1996) قبل المشاركة في الدراسة. وبالإضافة إلى ذلك، تم الحصول على موافقة من عائلات المشاركين. طُلب من الأشخاص عدم ممارسة الرياضة في اليوم السابق للاختبارات.

## 3 - 3 الإجراء (التصميم التجريبي) :

تم إبلاغ كلا المجموعتين بالبحث قبل بدء التدريب لمدة 8 أسابيع. خلال التدريب الأول، كان من المتوقع أن يتكيف اللاعبون مع إجراءات البحث. تم شرح تقنية التوقف بعد الجري السريع للمجموعات بالتفصيل. تم ممارسة التدريبات 3 مرات في الأسبوع في أيام غير متتالية لمدة 8 أسابيع. لم يكن هناك إعاقة في نهاية 8 أسابيع. احتوى التدريب على عمليات الإحماء (20 دقيقة من الجري والتمدد والخروج الديناميكي والثابت)، وتدرجات السرعة (10-15 دقيقة)، وتمارين فنية تكتيكية (25-30 دقيقة من التسديد والتمرير والدفاع والهجوم) والتبريد (25-30 دقيقة من التسديد والتمرير والدفاع والهجوم). 10 دقائق تم إجراء تدريب السرعة مباشرة بعد الإحماء. تم تطبيق مسافات السرعة على أنها 5 م، 10 م، 20 م و 30 م بما يتماشى مع متطلبات لعبة كرة القدم. تم تطبيق التدريبات فقط في المستوى الخطي. للتدريب على السرعة، تم تطبيق فترات راحة 1:6 بين التكرارات و 4 دقائق بين المجموعات. طُلب من المجموعة التقليدية التوقف ببطء بعد السباق. طُلب من المشاركين في مجموعة التباطؤ التوقف بأمان في أقصر مسافة ممكنة. تناول البحث التأثير المقارن للتوقف البطيء مقابل التوقف ضمن أقصر مسافة على التوازن الديناميكي. قامت مجموعة تدريب التباطؤ (DTG) بتطبيق تقنية التوقف ضمن أقصر مسافة في تدريب السرعة الخطية. وحاول لاعبو كرة القدم التوقف بأمان ضمن أقصر مسافة ممكنة بعد اجتياز المسافات المحددة في أقصر وقت. تم تحفيز المشاركين على عدم انخفاض السرعة أثناء التدريب دون إكمال مسافة السرعة.

## الجدول (1)

برنامج تدريب العدو لمدة ثمانية أسابيع بما في ذلك منطقة التباطؤ:

الاستراحة بين المجموعات	الاستراحة بين التكرارات	المجموعات	التكرارات	منطقة التباطؤ (م)	المسافة (م)	الشدة	
4 د	1،6	2	10	5	5	الحد الأقصى	الاسبوع 1
4 د	1،6	2	8	5	10	الحد الأقصى	الاسبوع 2
4 د	1،6	2	6	5	20	الحد الأقصى	الاسبوع 3
4 د	1،6	2	4	5	30	الحد الأقصى	الاسبوع 4
4 د	1،6	2	-3-4-5 2	5	-2-10-5 30	الحد الأقصى	الاسبوع 5
4 د	1،6	2	-3-4-5 2	5	-2-10-5 30	الحد الأقصى	الاسبوع 6
4 د	1،6	2	-3-4-5 2	5	-2-10-5 30	الحد الأقصى	الاسبوع 7
4 د	1،6	2	-3-4-5 2	5	-2-10-5 30	الحد الأقصى	الاسبوع 8

قامت مجموعة التدريب التقليدية (CTG) بتطبيق تقنية التوقف البطيء في تمارين السرعة. وحاول الرياضيون التوقف ببطء بعد اجتياز المسافات المحددة بأسرع ما يمكن. تم تحفيز المشاركين على عدم التباطؤ أثناء التدريب.

الجدول (2)

برنامج تدريب العدو التقليدي لمدة ثمانية اسابيع:

الاستراحة بين المجموعات	الاستراحة بين التكرارات	المجموعات	التكرارات	المسافة (م)	الشدة	
4 د	1,6	2	10	5	الحد الأقصى	الاسبوع 1
4 د	1,6	2	8	10	الحد الأقصى	الاسبوع 2
4 د	1,6	2	6	20	الحد الأقصى	الاسبوع 3
4 د	1,6	2	4	30	الحد الأقصى	الاسبوع 4
4 د	1,6	2	-3-4-5 2	30-2-10-5	الحد الأقصى	الاسبوع 5
4 د	1,6	2	-3-4-5 2	30-2-10-5	الحد الأقصى	الاسبوع 6
4 د	1,6	2	-3-4-5 2	30-2-10-5	الحد الأقصى	الاسبوع 7
4 د	1,6	2	-3-4-5 2	30-2-10-5	الحد الأقصى	الاسبوع 8

3 - 4 الغرض من البحث:

في التدريب التقليدي على سرعة كرة القدم، يتوقف اللاعبون ببطء أو لا يتلقون أي أمر من مدربهم حول كيفية التوقف. نعتقد أن تقنية التوقف البطيء أو عدم وجود أي تقنية غير كافية لإعداد لاعبي كرة القدم الشباب لظروف المنافسة. كان هدف بحثنا هو تحديد تأثير إدخال منطقة التباطؤ لتدريب السرعة الخطية على التوازن الديناميكي. فرضيتنا هي إن إدخال منطقة التباطؤ في تدريب السرعة الخطية سيؤدي إلى تحسين التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب. سؤال الدراسة هو "هل يجب إدخال منطقة التباطؤ في تدريبات السرعة الخطية لكرة القدم؟"

3 - 5 أداة جمع البيانات:

تم قياس الارتفاع باستخدام جهاز قياس الارتفاع ماركة Seca 220 بشكل عمودي ومواجه. تم استخدام جهاز تكوين الجسم القطاعي من طراز Tanita MC-780MA الإلكتروني لتحديد أوزان الجسم وتحليل الدهون في الجسم ومؤشرات كتلة الجسم للمشاركين. تم قياس طول الساق بشرط قياس. تم إجراء قياسات التوازن الديناميكي للمشاركين باستخدام اختبار التوازن (Gonell et al., 2015)

3 - 6 اختبار التوازن Y :

تم إجراء تسلسل الاختبار على أنه الأمامي الأيمن، والأمامي الأيسر، والخلفي الأيمن، والخلفي الأيسر، والخلفي الأيمن، والخلفي الأيسر. تم تسجيل أعلى قيمة وصول في اتجاهات التطبيق لتقييم أدائها عبر الاختبار بأكمله بالنسبة لقيم القدم اليمنى واليسرى في الاتجاهين الأمامي والخلفي الوسطي والخلفي الجانبي، تم تقسيم مسافة الوصول على طول الساق مضروباً في

100. وللحصول على قيمة التوازن المركب، تم تقسيم مسافة الوصول الإجمالية في ثلاثة اتجاهات وصول بثلاثة أضعاف طول الساق ومضروبة في 100 (Gonell et al., 2015)

### 3 - 7 طول الطرف السفلي:

على طاولة حصيرة مع وضع الشخص مستلقٍ، قام الشخص برفع الوركين عن الطاولة وأعادهما إلى وضع البداية. ثم قام الفاحص بتقويم الساقين بشكل سلبي لموازنة الحوض. تم بعد ذلك قياس طول الطرف الأيمن للمريض بالسنتيمتر من العمود الفقري الحرقفي العلوي الأمامي إلى الجزء الأبعد من الكعب الإنسي باستخدام شريط قياس من القماش.

### 3 - 8 تحليل البيانات:

تم تحليل البيانات لكل موضوع للطرف الأيمن في اتجاهات الوصول الأمامية والخلفية الوسطية والخلفية الجانبية. تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لمسافة الوصول في كل اتجاه وطول الطرف. تم استخدام اختبار ويلكوكسون لتحديد ما إذا كان هناك فرق بين أداء الطرف الأيمن والأيسر. وبما أن مسافة الوصول مرتبطة بطول الطرف، فقد تم تطبيع مسافة الوصول إلى طول الطرف للسماح بإجراء مقارنة مستقبلية بين الدراسات. للتعبير عن مسافة الوصول كنسبة مئوية من طول الطرف، تم حساب القيمة الطبيعية على أنها مسافة الوصول مقسومة على طول الطرف ثم مضروبة في 100. كانت مسافة الوصول المركبة هي مجموع اتجاهات الوصول الثلاثة مقسومة على ثلاثة أضعاف طول الطرف، ثم مضروبة في 100

### 3-9 الاختبارات القبلية :

بتاريخ 2024/1/18 تم إجراء الاختبارات القبلية للعمر الزمني والذكاء ومؤشرات الجسم والتدريب التباطؤ على التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب ولمجموعتي البحث.

### 3-10 الاختبارات البعدية:

بتاريخ 2024/3/24 تم إجراء الاختبارات البعدية للتدريب التباطؤ على التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب ولمجموعتي البحث.

### 3 - 11 التحليل الإحصائي:

تم تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS الإصدار 22.0.

### 4- عرض ومناقشة النتائج:

### الجدول (3)

#### الخصائص البدنية للاعبي كرة القدم:

العدد	العمر (السنة)	الطول (سم)	الوزن (كغم)	مؤشر كتلة الجسم (كغم/م <sup>2</sup> )
13	11-16	157.25±11.64	47.09±10.44	18.86±2.13
13	12-16	152.72±13.26	45.22±11.99	19.06±2.26

- ملاحظة : مجموعة التدريب على التباطؤ (DTG)، مجموعة التدريب التقليدية (CTG).

الجدول (4)

طول أرجل لاعبي كرة القدم:

CTG	DTG	
82.31±8.24 (70-98)	84.15±8.15 (70-102)	طول الطرف الايمن قبل التدريب
83.92±8.14 (70-98)	86±8.58 (70-104)	طول الساق الايمن بعد التدريب
82.38±8.21 (70-98)	84.77±8.23 (70-103)	طول الطرف الايسر قبل التدريب
83.85±8.07 (70-98)	86.08±8.62 (70-104)	طول الساق الايسر بعد التدريب

الجدول (5)

مقارنة اختبارات توازن Y للساق اليمنى

CTG		DTG		الساق اليمنى	
P	متوسط الانحراف المعياري (الحد الادنى والاقصى)	P	متوسط الانحراف المعياري (الحد الادنى والاقصى)		
.002*	59.19±10.4 (42-74.5)	.001*	63.88±9.99 (54-85)	قبل التدريب	الامامي
	76.88±9.15 (63-101)		82.15±7.01 (70.50-93)	بعد التدريب	
.401	72.23±12.44 (55-91)	.054	77.23±6.77 (68.50-90)	قبل التدريب	الخلفي الوسطي
	68.88±8.78 (55-85)		82.31±6.72 (72-95)	بعد التدريب	
.054	72.92±11.70 (52-92)	.043*	72.73±14.32 (56-99)	قبل التدريب	الخلفي الجانبي
	83.81±9.69 (68-107)		88.19±9 (75.5-108)	بعد التدريب	

في الجدول (5) في DTG كان هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين ما قبل التدريب وبعد التدريب للساق اليمنى الأمامية والخلفية الجانبية ( $P < 0.05$ ) وفي CTG كان هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين ما قبل التدريب والساق اليمنى بعد التدريب التوازن الأمامي للساق ( $P < 0.05$ ). في DTG، لم يتم العثور على فرق قبل التدريب وبعد التدريب للساق اليمنى الخلفية الوسطية، في CTG، لم يتم العثور على فرق قبل التدريب وبعد التدريب للساق اليمنى الخلفية الوسطية وقياسات التوازن الخلفي الجانبي ( $P > 0.05$ ).

الجدول (6)

مقارنة اختبارات توازن Y للساق اليسرى

CTG		DTG		الساق اليسرى	
P	متوسط الانحراف المعياري (الحد الادنى والاقصى)	P	متوسط الانحراف المعياري (الحد الادنى والاقصى)		
.001*	57.04±9.45 (43-74)	.001*	60.12±11.80 (45-85)	قبل التدريب	الامامي
	76.62±8.22 (64-100)		81.42±7.3 (72-95)	بعد التدريب	

.005*	65.19±11.56 (52-84)	.017*	69±12.88 (47-99)	قبل التدريب	الخلفي الوسطي
	82.5±8.21 (69-95)		81.27±7.13 (67.5-81.27)	بعد التدريب	
.014*	69.92±10.96 (51-88.5)	.013*	71.11±13.94 (52-93)	قبل التدريب	الخلفي الجانبى
	83.54±8.57 (65-95)		85.27±7.97 (74.50-98)	بعد التدريب	

في الجدول (6) في DTG و CTG كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مقارنات قياسات التوازن الأمامي والخلفي الوسطي والخلفي الجانبى للساق اليسرى قبل التدريب وبعده (P < 0.05).

### الجدول (7)

#### مقارنة اختبارات التوازن Y المركب

CTG		DTG			
P	متوسط الانحراف المعياري (الحد الأدنى والاقصى)	P	متوسط الانحراف المعياري (الحد الأدنى والاقصى)		
.003*	78.52±13.76 (63.27-99.05)	.011*	79.47±16.59 (49.84-103)	قبل التدريب	التوازن المركب الايمن
	96.99±9.88 (75.36-114.05)		95.17±7.95 (76.92-113.08)	بعد التدريب	
.064	86.51±17.84 (66.44-116.67)	.033*	84.22±16.91 (57.11-110.85)	قبل التدريب	التوازن المركب الايسر
	97.09±9.46 (75-110.24)		98.09±6.4 (85.26-110.13)	بعد التدريب	
.006*	7.99±5.75 (-1.85)-17.62)	.861	4.75±8.16 (-7.20)-22.15)	قبل التدريب	الفرق التوازن المركب الايمن والايسر
	0.1±3.26 (-3.92)±6.17)		2.92±5.40 (-2.95)-16.67)	بعد التدريب	

في الجدول (7) في DTG كان هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين التوازن المركب للساق اليمنى قبل التدريب وبعده وقياسات التوازن المركب للساق اليسرى (P < 0.05) ولكن لم يتم العثور على فرق كبير بين ما قبل التدريب وما بعد التدريب لقياسات التوازن المركب الأيمن والأيسر (ع < 0.05). في CTG كان هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين التوازن المركب قبل التدريب وبعده (P < 0.05) للساق اليمنى وقياسات التوازن المركب لليمين واليسار ولكن لم يتم العثور على فرق كبير بين ما قبل التدريب وما بعد التدريب للساق اليسرى المركبة. التوازن (ع < 0.05).

الهدف من هذه الدراسة هو تقييم أثر أسلوب التدريب بالتباطؤ في تحسين مهارات التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب مقارنة بأساليب التدريب التقليدية. ركزت طريقة التدريب هذه على التباطؤ من خلال فرض التوقف ضمن أقصر مسافة في نهاية تدريبات العدو. نتيجة هذا البحث هي أن التدريب على التباطؤ أدى إلى تحسين التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب. (Rasoul, 2024) (Khazal et al., 2024)

بحثت إحدى الدراسات في آثار برنامج تدريب السرعة وخفة الحركة التقليدي، مقابل برنامج يركز على التباطؤ من خلال فرض التوقف عند نهاية التدريبات لدى الرياضيين الجماعيين. تم أيضًا تقييم تأثيرات التدريب على السرعة وخفة الحركة على الاستقرار الديناميكي كما تم قياسه من خلال 3 مسافات رحلة من اختبار (SEBT) Star Excursion Balance Test (المدى الخلفي الوسطي، الوسطي، الأمامي الوسطي؛ الاستقرار الديناميكي)، والقوة الأحادية المتساوية الحركة لباسطات الركبة وعضلاتها القابضة. التحقيق. عززت النتائج أن برنامج التدريب على السرعة وخفة الحركة المصمم جيدًا يمكن أن يحسن السرعة والقوة متعددة الاتجاهات. (Plisky et al., 2009)

يمكن أيضًا تحسين الاستقرار، الذي يتم قياسه من خلال الوصول الوظيفي، من خلال هذا النوع من التدريب. بشكل عام، كان هناك عدد قليل من الاختلافات بين المجموعات في التكيفات الناجمة عن التدخلات. ومع ذلك، هناك بعض القضايا المهمة التي يجب على مدربي القوة والتكيف أخذها بعين الاعتبار فيما إذا كانوا يرغبون في تنفيذ التوقف القسري أثناء التدريبات في محاولة لتدريب التباطؤ، خاصة فيما يتعلق بقوة الساق (Lockie et al., 2014)

هناك بعض القيود على هذه الدراسة. لم يتم استخدام أي مجموعة مراقبة، على الرغم من أن هذا يتماشى مع الأبحاث السابقة (Lockie et al., 2012) يبدو أن كلاً من برنامج تدريب السرعة وخفة الحركة التقليدي والتدريب مع التوقف القسري يمكن أن يحسن جوانب الأداء المتعلقة بالسرعة متعددة الاتجاهات، ويمكن المساعدة في التأكيد الكامل على ذلك باستخدام مجموعة التحكم. اعتمد إدخال تقنية مسافة التوقف كجزء من التدريب على التباطؤ على أبحاث تكرر العدو، بدلاً من أبحاث التدريب على السرعة وخفة الحركة. يحتاج التحميل المرتبط بالتوقف ضمن مسافات معينة إلى مزيد من التحقيق. ولا يمكن استخدام هذه المعلومات لوصف التدريب فحسب، بل أيضًا لتجنب مخاطر الإصابة عند استخدام هذا النوع من البروتوكول. ومع ذلك، لا يزال هذا البحث يوفر معلومات قيمة حول كيفية تأثير التدريبات التي تفرض التوقف على السرعة متعددة الاتجاهات. شمل بحثنا في تدريب العدو تدريبات التوقف القسري.

أظهرت نتائجنا أن التدريب على التباطؤ الذي يتضمن إيقاف التدريبات أدى إلى تحسين التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب. (Musharraf et al., 2022)

## 5 - الاستنتاجات و التوصيات:

### 5 - 1 الاستنتاجات:

ووفقاً لهذه النتائج فإن البرنامج التدريبي التباطؤي يساهم في تطوير الأداء التوازن الديناميكي لدى لاعبي كرة القدم الشباب أكثر من البرنامج التدريبي التقليدي

### 5 - 2 التوصيات:

إدراج منطقة التباطؤ في تدريبات السرعة للاعبين كرة القدم الشباب. ويمكن دراسة تأثير التدريب على السرعة بما في ذلك منطقة التباطؤ على المهارات الحركية المختلفة.

### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبيون الشباب في نادي خبات الرياضي / أربيل

### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك أي تضارب في المصالح

هيرش رشاد صالح <https://orcid.org/0009-0007-0525-9512>

## References

- BadrKhalaf, H. , Aldewan, L. H., & Abdul-Hussein, Th. S. (2021). The effect of McCarthy 's model on developing the football scoring skill for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 67, 170–182. <https://www.iasj.net/iasj/article/213521>
- Bloomfield, J., Polman, R., O'donoghue, P., & McNaughton, L. (2007). Effective speed and agility conditioning methodology for random intermittent dynamic type sports. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 21(4), 1093–1100.
- Bruhn, S., Kullmann, N., & Gollhofer, A. (2006). Combinatory effects of high-intensity-strength training and sensorimotor training on muscle strength. *International Journal of Sports Medicine*, 27(05), 401–406.
- Camliguney, A. F. (2013). The effects of short-term ski trainings on dynamic balance performance and vertical jump in adolescents. *Educational Research and Reviews*, 8(10), 568.
- Gonell, A. C., Romero, J. A. P., & Soler, L. M. (2015). Relationship between the Y balance test scores and soft tissue injury incidence in a soccer team. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 10(7), 955.
- Gorostiaga, E. M., Izquierdo, M., Ruesta, M., Iribarren, J., Gonzalez-Badillo, J. J., & Ibanez, J. (2004). Strength training effects on physical performance and serum hormones in young soccer players. *European Journal of Applied Physiology*, 91, 698–707.
- Helgerud, J., Engen, L. C., Wisløff, U., & Hoff, J. A. N. (2001). Aerobic endurance training improves soccer performance. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33(11), 1925–1931.
- Hewit, J., Cronin, J., Button, C., & Hume, P. (2011). Understanding deceleration in sport. *Strength & Conditioning Journal*, 33(1), 47–52.
- Izzo, R., & Lo Castro, L. (2015). The study of acceleration and deceleration capacity decrease in repeated sprints in soccer. *International Journal of Physical Education, Sport and Health*, 2(2), 1685–2394.
- Jeffreys, I. (2013). *Developing speed*. Human Kinetics.
- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self-scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1).
- Kovacs, M. S. (2006). Applied physiology of tennis performance. *British Journal of Sports Medicine*, 40(5), 381–386.

- Kovacs, M. S., Roetert, E. P., & Ellenbecker, T. S. (2008). Efficient deceleration: The forgotten factor in tennis-specific training. *Strength & Conditioning Journal*, *30*(6), 58–69.
- Kovacs, M. S., Roetert, E. P., & Ellenbecker, T. S. (2015). Efficient deceleration: The forgotten factor in tennis-specific training. *Strength & Conditioning Journal*, *37*(2), 92–103.
- Krustrup, P., Mohr, M., Ellingsgaard, H., & Bangsbo, J. (2005). Physical demands during an elite female soccer game: importance of training status. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, *37*(7), 1242–1248.
- Lakomy, J., & Haydon, D. T. (2004). The effects of enforced, rapid deceleration on performance in a multiple sprint test. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *18*(3), 579–583.
- Lees, A. (2002). Technique analysis in sports: a critical review. *Journal of Sports Sciences*, *20*(10), 813–828.
- Lockie, R. G., Schultz, A. B., Callaghan, S. J., & Jeffriess, M. D. (2014). The effects of traditional and enforced stopping speed and agility training on multidirectional speed and athletic function. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *28*(6), 1538–1551.
- Lockie, R. G., Schultz, A. B., Jeffriess, M. D., & Callaghan, S. J. (2012). The relationship between bilateral differences of knee flexor and extensor isokinetic strength and multi-directional speed. *Isokinetics and Exercise Science*, *20*(3), 211–219.
- Lunsford-Avery, J. R., Kollins, S. H., & Mitchell, J. T. (2021). Sluggish cognitive tempo in adults referred for an ADHD evaluation: A psychometric analysis of self-and collateral report. *Journal of Attention Disorders*, *25*(3), 322–331.
- Musharraf, A. J., Harbi, A. R. N., Hammadi, J. N., & Fayhan, A. Q. S. A. (2022). A study comparing some motor abilities between soccer and handball players. *Sciences Journal Of Physical Education*, *15*(3).
- Onofrei, R.-R., Amaricai, E., Petroman, R., Surducan, D., & Suciu, O. (2019). Preseason dynamic balance performance in healthy elite male soccer players. *American Journal of Men's Health*, *13*(1), 1557988319831920.
- Pau, M., Arippa, F., Leban, B., Corona, F., Ibba, G., Todde, F., & Scorcu, M. (2015). Relationship between static and dynamic balance abilities in Italian professional and youth league soccer players. *Physical Therapy in Sport*, *16*(3), 236–241.
- Plisky, P. J., Gorman, P. P., Butler, R. J., Kiesel, K. B., Underwood, F. B., & Elkins, B. (2009). The reliability of an instrumented device for measuring components of the star excursion balance test. *North American Journal of Sports Physical Therapy: NAJSPT*, *4*(2), 92.

- Rasoul, T. H. A. (2024). Evaluating The Effectiveness Of Different Teaching Methods In Improving Skill Performance In Teaching Football. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2), 70–80. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.505>
- Teixeira, L. A., de Oliveira, D. L., Romano, R. G., & Correa, S. C. (2011). Leg preference and interlateral asymmetry of balance stability in soccer players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(1), 21–27.
- Tracey, S.-Y., Anderson, D. I., Hamel, K. A., Gorelick, M. L., Wallace, S. A., & Sidaway, B. (2012). Kicking performance in relation to balance ability over the support leg. *Human Movement Science*, 31(6), 1615–1623.



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## The weights and plyometrics methods were influenced in developing some components of special strength and the technical performance of the front hand jump skill on a jumping table device

Kadhim Issa Kadhim <sup>1</sup>  

University of Basra / College of Physical Education and Sports Sciences

### Article information

#### Article history:

Received 29/5/2024

Accepted 2/7/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

weightlifting and plyometric methods, artistic performance, front hand jump skill, jumping table, gymnastics



website

### Abstract

The aim of the research was to: prepare exercises using weights and plyometric methods and identify their effect on developing some components of special strength and the technical performance of the front hand jump skill on a vaulting table device. The research sample was second-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Basra for the academic year 2023–2024, where it was used. The researcher used the experimental method by designing equal groups in order to suit the research problem and objectives. The statistical program SPSS V 26 was used to process the research data. The researcher concluded that weight training has a positive effect in developing the maximum strength of the legs and arms and the skill performance of the front hand jump on the jumping table. He recommended that the second experimental group be skipped. Which used plyometric exercises to develop the components of special strength and skill performance on the first experimental group that used weight exercises.

DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.748> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## تأثير اسلوبي الاثقال والبليومترك في تطوير بعض مكونات القوة الخاصة والإداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز

كاظم عيسى كاظم<sup>1</sup>  

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### المخلص

هدف البحث الى: اعداد تمارينات بأسلوبي الاثقال والبليومتري والتعرف على تأثيرها في تطوير بعض مكونات القوة الخاصة والاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز وكانت عينه البحث هم طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة للعام الدراسي 2023-2024 حيث استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وذلك لملائمته لمشكلة البحث وأهدافه وتم استعمال البرنامج الاحصائي SPSS V 26 لأجل معالجة بيانات البحث , واستنتج الباحث ان تمارينات الاثقال تأثيرا ايجابيا في تطوير القوة القصوى للرجلين والذراعين والاداء المهاري لقفزة اليدين الامامية على طاولة القفز وأوصى ان تفوت المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت تمارينات البليومتري في تطوير مكونات القوة الخاصة والاداء المهاري على المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت تمارينات الاثقال

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/5/29

القبول: 2024/7/2

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

### الكلمات المفتاحية:

اسلوبي الاثقال والبليومترك, الأداء الفني , مهارة قفزة اليدين الامامية , طاولة القفز , جمناستك

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

ان اهم ما يميز عصرنا الحالي هو التطور العلمي والتقني الكبير الذي حصل في كافة مجالات الحياة , اذ فتح هذا التطور افاقا جديدة للبحث والمعرفة ودخل في مجالات حياتنا ومنها المجال الرياضي الذي يعد واحدا من وسائل قياس مستوى التقدم الحضاري والاجتماعي لشعب أي بلد من بلدان العالم وتجلى ذلك واضحا من خلال ما وصلت اليه الدول المتقدمة في تحقيق الانجازات الرياضية العالية , وكان ذلك بفضل ما وصل اليه العلماء والمهتمون بشؤون التدريب الرياضي فضلا عن نتائج البحوث العلمية التي توصل اليها الباحثون, وقد اصبح التدريب الرياضي علما قائما بحد ذاته لكونه اصبح يمتلك عينات خاصة به في البحوث التطبيقية وهم الرياضيون, وقد خطى علم التدريب الرياضي خطوات واسعة باتجاه احداث تطورات كبيرة في مستوى الرياضيين ولمختلف الالعاب والفعاليات اذ كان له الاثر الواضح في مستوى ودرجة الانجازات المختلفة, فالتدريب الرياضي يعمل على زيادة الاعداد البدني والفني والخططي والنفسي في نوع معين من النشاط الرياضي, فالاعداد البدني يؤدي الى تنمية الصفات البدنية (قوة , سرعة , تحمل , مرونة , رشاقة) (Othman et al., 2023), اذ تعد القوة العضلية اهم الصفات البدنية على الاطلاق فهي عنصرا اساسيا ومحددا هاما لتحقيق التفوق في معظم الانشطة الرياضية (Khazaal & Fadel, 2024), ومنها رياضة الجمناستك التي تعد ذات طبيعة خاصة جدا وتتطلب مستوى عالي جدا من المهارات الفنية والبدنية والخططية مما يتطلب معها تنوعا في طرق واساليب التدريب المستخدمة لتنمية تلك العناصر كل على حده , ولقد تنوعت وتعددت طرق واساليب تدريب القوة العضلية ومنها اسلوبي الانتقال والبليومتري (Kamal Nader Faqi & Razkar Majeed, 2024) اللذان يعدان من اهم الاساليب التدريبية التي زاد انتشار استخدامها في اغلب الالعاب والفعاليات الرياضية , فهما يستعملان على نطاق واسع في الرياضات التي تتطلب استخدام القوة القسوى , والقوة السريعة , والقوة الانفجارية اذ يتوقف مستوى المهارات الرياضية بصفة عامة على ما يتمتع به اللاعب من تلك القدرات ذات العلاقة بالمهارة , وتعتمد اغلب مهارات الجمناستك بصورة عامة ومهارات القفز بصورة خاصة ولاسيما مهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز (Hummedi et al., 2024) على هذه الصفات لنجاح ادائها فالباحث وعلى الرغم من انه مع فكرة استعمال اساليب متنوعة في التدريب ومنها العمل بأسلوب (الانتقال , والبليومتري) الا انه يرى ضرورة التركيز في الوحدات التدريبية على الاسلوب الافضل لتطوير مكونات القوة الخاصة وبالتالي مستوى الاداء على جهاز طاولة القفز ومن هذا المنطلق تأتي اهمية هذه الدراسة.

### 1-2 مشكلة البحث :

ان اكثر الالعاب والفعاليات الرياضية تتضمن عنصر القدرة (القوة والزمن) ولأجل تغلب الرياضيين على مقاومة ما يجب ان يكون لديهم قوة بمستوى معين فالقوة تعرف على انها قابلية الفرد على تطبيق قدرة , وان معظم الانشطة الرياضية يمكن ممارستها بمهارة اكبر عندما يمتلك الرياضيون عنصري القوة القدرة وهذا ما يحققه اسلوبي التدريب بالانتقال والبليومتري اللذان يعدان من افضل الاساليب التدريبية المستخدمة لتطوير القوة القسوى والقدرة العضلية (القوة المميزة بالسرعة) وتحسين العلاقة بينها وهما من المتطلبات البدنية الاساسية التي يحتاجها لاعب الجمناستك وخاصة المهارات التي تتسم بالارتقاء والدفع والمد السريع كما هو الحال لنجاح الاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز اذ يعزو الباحث ضعف الاداء الفني لهذه المهارة لدى طلبة المرحلة الثالثة الى عدة اسباب منها ضعف القوة المسلطة على القفز في مرحلة الارتكاز والدفع وعدم الاستفادة الكاملة من كمية الحركة والزخم الخطي المتولد في مرحلة الركضة التقريبية لذا ومما تقدم فقد صاغ الباحث مشكلة بحثه بالتساؤل التالي

"ما هو تأثير اسلوبي التدريب بالاثقال والبليومتري على تطوير بعض متغيرات القوة لعضلات الذراعين والرجلين والاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز؟"

### 1-3 هدفا البحث :

1- اعداد ترمينات بأسلوبي الاثقال والبليومتري والتعرف على تأثيرها في تطوير بعض مكونات القوة الخاصة والاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز .

2- التعرف على افضلية التأثير بين ترمينات الاثقال وترمينات البليومتري في تطوير بعض مكونات القوة الخاصة والاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز .

### 1-4 فرضا البحث:

1- هنالك فروق ذات دلالة احصائية في بعض مكونات القوة الخاصة والاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبيتين .

2- هنالك فروق ذات دلالة احصائية في بعض مكونات القوة الخاصة والاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية على جهاز طاولة القفز بين الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبيتين .

### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة للعام الدراسي 2023-2024 .

1-5-2 المجال الزمني: للفترة الواقعة من 2023/10/13 ولغاية 2024/2/5

1-5-3 المجال المكاني: قاعتي الاثقال والجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

### 3-1 منهج البحث :

استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وذلك لملائمته لمشكلة البحث واهدافه.

### 3-2 مجتمع وعينة البحث :

حدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة للعام الدراسي 2023-2024 للدراسة الصباحية والبالغ عددهم (103) طالب موزعين على (6) شعب وبالطريقة العشوائية اختار الباحث شعبة (أ) لتمثل المجموعة التجريبية الاولى وشعبة (ب) لتمثل المجموعة التجريبية الثانية ثم قام الباحث باختيار (8) طلاب من كل مجموعة اما شعبة (د) فقد خضعت لإجراءات التجربة الاستطلاعية سوف لن يحتاج الباحث الى اجراء عملية التجانس اذ ان عينة البحث لم يكونوا من لاعبي الجمناستك ومن مرحلة دراسية واحدة ومن الجنس نفسه لذلك توافرت شروط التجانس ولغرض التعرف على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبار القبلي اجري الباحث اختبار (T) للعينات المستقلة بين المجموعتين لغرض ضبط المتغيرات اذ أظهرت النتائج بان (**sig**) كانت اكبر من (0.05) وهذا يدل على ان الفروق غير معنوية بين مجموعتي البحث في الاختبار القبلي وهو ما يؤكد التكافؤ كما مبين في الجدول (1)

جدول (1)  
تكافؤ المجموعتين

الدلالة	sig	قيمة (T)	المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الاولى		وحدة القياس	المتغيرات	ت
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			
غير معنوي	0.085	1.85	0.462	9.750	0.834	9.125	(عدد)	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	1
	0.506	0.68	1.861	19.425	1.122	19.950	(م)	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	2
	0.289	1.10	0.61	6.17	0.11	6.41	(سم)	القوة الانفجارية للذراعين	3
	0.709	0.38	3.101	40.429	3.436	41.057	(سم)	القوة الانفجارية للرجلين	4
	0.261	1.17	1.81	37	1.61	38	(كغم)	القوة القصوى للذراعين	5
	0.906	0.12	2.81	42.13	1.28	42	(كغم)	القوة القصوى للرجلين	6
	0.326	1.018	0.291	1.562	0.533	1.343	(درجة)	الاداء المهاري	7

### 3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة:

\* المصادر العربية والأجنبية، شبكة الانترنت الدولية، الاختبارات والقياس، تجهيزات حديد مختلفة (دنباص، شفت، اقراص حديد، مسطبة، جهاز ملتي جيم، اجهزة حديد اخرى)، صناديق بارتراف (30-120 سم). جهاز طاولة قفز. قفاز. شريط قياس، ساعة توقيت. صافرة. ابسطة جمناستك.

### 3-4 الاختبارات المستعملة في البحث:

#### 3-4-1 اختبار القوة القصوى للرجلين: (Hassan, 2012)

- اسم الاختبار: ثني ومد الركبتين كاملا
- الغرض من الاختبار: قياس القوة القصوى للعضلات المادة للرجلين
- الأدوات المستخدمة: قضيب حديد - أقراص، أوزان حديدية، مساند لقضيب الحديد - حزام جلدي .
- طريقة الأداء: يقف المختبر برجلين مفتوحة ويعرض الاكتاف تقريبا تحت عمود الثقل (البار) المحمول على الحملات، يرفع المختبر العمود مع الأوزان ليثبتته على الاكتاف مع التأکید على شد الظهر ورفع الاكتاف الى الاعلى ليركز الحديد على عضلات الاكتاف بعد ذلك يثني الركبتين كاملا ومن ثم يمدها، ويمكن استعمال لوح من الخشب بسمك (2-3)سم ويوضع تحت الكعبين للمساعدة بالجلوس وتعطى محاولات عدة لكل مختبر وتكون فترة راحة من (2-3) دقيقة وبين تكرار واخر .
- طريقة التسجيل: تسجيل اعلى وزن يستطيع المختبر معه ان يثني ويمد الركبتين كاملا مع ملاحظة ان تكون الزيادة بالوزن من (1-2.5) كغم في كل محاولة.

#### 3-4-2 اختبار القوة القصوى للذراعين: (Hassan, 2012)

- اسم الاختبار: اختبار مد الذراعين اماما من وضع الرقود فوق مقعد سويدي
- الغرض من الاختبار: قياس القوة القصوى للعضلات المادة للذراعين

- الأدوات المستخدمة: مصطبة , قضيب حديد - أقرص , أوزان حديدية, مساند لقضيب الحديد - حزام جلدي .
- طريقة الاداء: يرقد المختبر على الظهر فوق المقعد السويدي ويثني الركبتين الى جوار المقعد بشكل مربع ويمسك المختبر العمود الموضوع على قائمي المقعد بفتحة بعرض الصدر ثم يرفع عمود النقل من على القائمين بثني الذراعين حتى الصدر ثم يمدّها الى الامتداد الكامل وتعطى له محاولات عدة وبين كل محاولة واخرى راحة (2-3) دقيقة.
- التسجيل: يتم اعتماد اقصى وزن يمكن دفعه مع ملاحظة ان الزيادة بين كل محاولة واخرى بحدود (1-2,5) كغم.
- 3-4-3 اختبار القدرة الانفجارية للرجلين: (Hassan, 2012)
- اسم الاختبار: القفز العمودي من الثبات (سارجنت)
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة الانفجارية للرجلين
- الأدوات المستعملة: سبورة تثبت على الحائط بحيث تكون حافتها السفلى مرتفعة عن الارض بمسافة (150) سم على ان تدرج بعد ذلك من (151-400) سم , مانيزيا.(يمكن الاستغناء عن السبورة بوضع علامات على الحائط مباشرة وفقا لشروط الاداء).
- طريقة الاداء: يغمر المختبر اصابع اليد في المانيزيا , ومن وضع الوقوف والمختبر مواجه للحائط يحاول المختبر القفز العمودي الى اقصى مسافة يستطيع الوصول اليها لعمل علامة على السبورة او الحائط باليدين.
- طريقة التسجيل: القفز العمودي لسارجنت وفيه يتم وضع علامة اولى قبل القفز (بمد الذراعين عاليا من الوقوف مواجه للحائط) , ثم علامة ثانية بالقفز , والمسافة بين العلامتين تعبر عن درجة المختبر على الاختبار (لكل مختبر ثلاث محاولات يسجل افضلها).
- 3-4-4 اختبار القوة الانفجارية للذراعين (Hassan, 2012)
- اسم الاختبار : رمي كرة طبية زنة (2) كغم باليدين من فوق الراس من وضع الجلوس على الكرسي
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة الانفجارية للذراعين والكتفين
- الأدوات المستعملة : (كرة طبية زنة(2)كغم وشريط قياس وكرسي مع حزام تثبيت الجذع ومحكم
- مواصفات الأداء : - يجلس المختبر على الكرسي والكرة الطبية محمولة باليدين فوق الرأس والجذع ملاصق لحافة الكرسي, يوضع الحزام حول جذع المختبر ويمسك من الخلف عن طريق محكم وذلك لغرض منع المختبر من الحركة للإمام أثناء رمي الكرة باليدين لتتم عملية رمي الكرة باليدين فقط دون استخدام الجذع .لكل مختبر ثلاث محاولات يسجل له افضلها.
- حساب الدرجات : - تحسب المسافة بين الحافة الأمامية للكرسي واقرب نقطة تضعها الكرة على الأرض .
- 3-4-5 اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين (Allawi & Radwan, 2001)
- اسم الاختبار : اختبار الاستناد الامامي
- الهدف من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين.
- الأدوات المستخدمة :-ساعة توقيت.
- طريقة الاختبار : من وضع الاستناد الأمامي المائل مع ملاحظة اخذ الجسم الوضع الجيد والصحيح أثناء ثني الذراعين كاملا ثم مد الذراعين كاملا".
- التسجيل : عدد مرات الثني والمد خلال (10ثانية) حيث يعد المؤشر للقوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين.
- 3-4-6 اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين : (Hussein, 2023)

- اسم الاختبار : اختبار الوثب للأمام أقصى مسافة لمدة (10) ثا
  - الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين
  - الادوات المستخدمة : مضمار العاب قوى , ساعة التوقيت , شريط قياس
  - طريقة الاختبار يأخذ المختبر وضع الاستعداد خلف خط البداية , وعند سماع اشارة البدء يقوم المختبر بالوثب الى الامام بثني الركبتين بشكل كامل ليقطع اطول مسافة ممكنة خلال (10) ثانية.
  - التسجيل : تسجل المسافة التي قطعها المختبر في اثناء مدة (10) ثانية.
- 3-4-2-7 الاختبار المهاري : تم تقويم المهارة من (10) درجات وقد استعان الباحث بثلاث محكمين كالجنة لتقويم الاداء على وفق استمارة معدة لهذا الغرض , اذ تتم عملية التقويم من خلال جمع الدرجات الثلاث وتقسيم على (3) لاستخراج الدرجة النهائية لكل طالب.

### 3-5 التجربة الاستطلاعية :

اجرى الباحث تجربته الاستطلاعية في يوم الاثنين الموافق 2023\11\20 في قاعتي الجمناستك والاثقال في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة على عينة مكونة من (5) طلاب من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الرئيسية

### 3-6 اجراءات البحث الميدانية

### 3-6-1 الاختبارات القبليّة

اجرى الباحث الاختبارات القبليّة في يوم الثلاثاء والخميس للفترة من 2023\11\9-7 على عينة البحث الرئيسية كل مجموعة على حدة وشمل الاختبار على اختبار القوة القصوى في قاعة الاثقال واختبار القدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومهارة قفزة اليبدين الامامية على جهاز طاولة القفز في قاعة الجمناستك في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة.

### 3-6-2 البرنامج التدريبي:

بعد الاطلاع والمسح لعديد من المصادر والمراجع والدراسات الخاصة بالتدريب الرياضي واستشارة بعض اساتذة التدريب الرياضي عمد الباحث الى وضع مجموعة من التمرينات باستخدام اسلوبي الاثقال والبليومتري لتطوير القوة القصوى والقدرة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين وكما يأتي

- تم البدء بتنفيذ اول وحدة تدريبية في يوم الاحد الموافق 2023\11\26 ولغاية 2024\1\14
- مدة تنفيذ البرنامج التدريبي (8) اسابيع .
- عدد الوحدات التدريبية الكلية (24) وحدة.
- عدد الوحدات التدريبية بالاسبوع (3) وحدات.
- زمن الوحدة التدريبية الواحدة (30-35) دقيقة.
- ايام التدريب في الاسبوع (الاحد , الاثنين , الخميس).
- الشدة المستخدمة من (60-100%) من اقصى قدرة للطلاب بالنسبة لتمرينات الاثقال او اقصى مسافة عمودية او افقية بالنسبة لتمرينات البليومترك.
- زمن الراحة بين المجاميع رجوع النبض الى (110-120) ض/د أي ما يعادل (2-3) د.
- زمن الراحة بين التكرارات رجوع النبض الى (120-130) ض/د أي ما يعادل (1-2) د.

- تم تقنين الاحمال المستخدمة في انواع التمرينات حسب القدرة والقوة القصوى لكل تمرين عن طريق القياس الاولي للحد الاقصى لقدرة وقوة كل طالب لكل تمرين .

- تم الاتفاق على تنفيذ الوحدات التدريبية بعد المحاضرة الاولى او الثانية او الثالثة .

### 3-6-3 الاختبارات البعدية:

قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث للفترة من 16- 2024\1\18 باستخدام نفس الاختبارات القبلية وبنفس الترتيب والشروط.

### 3-7 الوسائل الاحصائية:

استعمل الباحث البرنامج الاحصائي SPSS 26V لأجل معالجة بيانات البحث .

### 4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث :

### 4-1 عرض نتائج اختبارات المتغيرات البدنية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى (الانتقال) وتحليلها:

#### جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والقيمة الاحتمالية لنتائج الاختبارات المتغيرات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الاولى

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		القيمة الاحتمالية	الدلالة
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	القوة القصوى للذراعين	(كغم)	38	1.61	44	1.83	9.80	معنوي
2	القوة القصوى للرجلين	(كغم)	42	1.28	45.31	2.81	7.31	معنوي
3	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	(عدد)	9.125	0.834	11.375	0.517	15.875	معنوي
4	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	(عدد)	19.950	1.122	24.412	1.562	7.872	معنوي
5	القوة الانفجارية للذراعين	(م)	6.41	0.11	7.41	0.78	2.65	معنوي
6	القوة الانفجارية للرجلين	(سم)	41.057	3.436	43.857	2.385	13.743	معنوي
7	قفزة اليدين الامامية	(درجة)	1.343	0.533	5.343	0.718	19.423	معنوي

من خلال النتائج المعروضة بالجدول (4) يتبين ان جميع قيم (sig) لمتغيرات البحث كافة كانت اصغر من (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الانتقال) في جميع متغيرات البحث ولصالح الاختبارات البعدية , ويعزو الباحث سبب معنوية الفروق الى ان المجموعة التجريبية الأولى خضعت لبرنامج تدريب يحتوي على مجموعة من التمرينات المقننة عن طريق (RM) عددها (6) تمرينات لكل وحدة تدريبية بهدف تطوير القوة القصوى للذراعين والرجلين بواقع (3) تمرينات للذراعين و(3) تمرينات للرجلين والتي اعتمدت على المبادئ الأساسية والعلمية للتدريب الرياضي من ناحية خصوصية اللعبة وأنظمة الطاقة والمجاميع العضلية العاملة وكذلك التدرج في شدة الاحمال التدريبية المستخدمة وتقنين فترات الراحة بين التكرارات والمجاميع بحيث تتناسب مع إمكانيات الطلبة المتدربين اذ استخدمت شدة تقريبية تراوحت من (60-100%) وهي شدة تسمح للطلبة المتدربين بالتدرج الصحيح بالحمل التدريبي وتهيئة العضلات بشكل جيد للوصول الى الشدة القصوى وشبه القصوى (90-100%) التي تستخدم لتطوير القوة القصوى اذ ان استخدام الشدة القصوى

وشبه القسوى يؤدي الى تطوير القوة القسوى من خلال اشراك وحدات حركية اكبر اذ يشير (Åstrand, 2003) " بأنه كلما زادت عدد الوحدات الحركية المشاركة في العمل زادت القوة الناتجة والمسؤولية تقع على الجهاز العصبي المركزي , مع إعطاء فترات راحة كافية لاستعادة الشفاء تراوحت بين (3-5) دقائق لضمان عودة الطلبة المتدربين الى اقرب ما يكون للحالة الطبيعية واستعادة مخزون الطاقة وهذا يتفق مع ما ذكره (Ali, 2008) بأن فترات الراحة يجب ان لا تقل عن (3-5) دقائق في تدريبات القوة القسوى للسماح لأجهزة الجسم للوصول للحالة التي تؤهلها لتكرار الحمل بالقوة نفسها والنشاط نفسه الذي تم به في المرة الأولى" . (Hammadi & Mushref, 2017) كما يعزوا الباحث سبب التطور في متغيرات القوة لعضلات الذراعين والرجلين الى ترمينات القوة القسوى التي ادت الى تكيف العضلات العاملة والناتج عن زيادة شدة المنبهات وزيادة تعاقب النبضات الى زيادة الوحدات الحركية المحفزة "ان زيادة القوة العضلية تحدث نتيجة التكيفات في العضلات الناتج عن زيادة شدة المنبهات العصبية الى الوحدات الحركية العاملة". ويرى الباحث ان نتائج الأداء المهاري والتحسن الذي طرأ عليها يتطابق مع ما ذكره (Youssef, 2016) تتطلب كل مهارة حركية قدرات بدنية خاصة بها تعين اللاعب على أدائها ويتوقف مستوى أداء المهارة على قدرة امتلاكه للقدرات الحركية الخاصة بها , وان الأداء الناجح لعناصر الجماز يتطلب تنمية بدنية وتنمية مهارية عالية (Saad, 2017)

4-2 عرض نتائج اختبارات المتغيرات البدنية القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (البليومتري) وتحليلها:

### جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والقيمة الاحتمالية لنتائج الاختبارات المتغيرات القبلية

#### والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		القيمة الاحتمالية	الدلالة	
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
1	القوة القسوى للذراعين	(كغم)	37	1.81	42.01	1.68	8.31	0.00	معنوي
2	القوة القسوى للرجلين	(كغم)	42.13	2.81	44.63	1.81	6.43	0.00	معنوي
3	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	(عدد)	9.750	0.462	12.750	0.707	15.875	0.00	معنوي
4	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	(عدد)	19.425	1.861	27.037	2.081	7.872	0.00	معنوي
5	القوة الانفجارية للذراعين	(م)	6.17	0.61	8.69	0.40	2.87	0.023	معنوي
6	القوة الانفجارية للرجلين	(سم)	40.429	3.101	47.000	2.125	11.585	0.00	معنوي
7	قفزة اليدين الامامية	(درجة)	1.562	0.291	7.818	0.672	20.050	0.00	معنوي

من خلال النتائج المعروضة بالجدول (4) يتبين ان جميع قيم (sig) لمتغيرات البحث كافة كانت اصغر من (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (البليومتري) في جميع متغيرات البحث ولصالح الاختبارات البعدية . ويرجع الباحث التحسن في القدرات البدنية الى تأثير الترمينات التدريبية المعدة من قبل الباحث بواقع (6) ترمينات لكل وحدة تدريبية (3) منها للطرف العلوي و(3) للطرف السفلي بغرض تطوير متغيرات القوة

كافة قيد البحث اذ يهدف التدريب البلايومتري الى تطوير عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بزمن الاطالة والتقصير الخاصة بالعضلات المرتبطة بالمهارة الحركية وكذلك الى الانتظام والاستمرارية بالتدريب طيلة فترة البرنامج التدريبي على عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء المهاري وهذا يتفق مع ما أشار اليه (Youssef, 2016) "ان تدريبات البلايومتري تستخدم في تطوير القدرة الانفجارية , كما تستخدم لتحسين العلاقة بين القوة القصوى والقوة الانفجارية من خلال تحسينها لكل من عنصرى القوة العضلية والسرعة في وقت واحد والتي تظهر بشكلها الانفجاري" كما يشير التطور الحاصل بالأداء المهاري لقفزة اليبدين الامامية على جهاز طاولة القفز الى ان تمرينات البلايومتري المتخصصة بقدرة الانقباض في الاستجابة للحمل المتحرك أي الامتداد للعضلات العاملة ما أدى الى تنمية سرعة الأداء والقدرة الانفجارية اثناء أداء المهارة او الحركات التي تتميز بالسرعة كما هو الحال في الأداء المهاري لقفزة اليبدين الامامية على جهاز طاولة القفز "(Mansour, 2022) (Aldewan & Al-Temimy, 2013)

3-4 عرض نتائج اختبارات المتغيرات البدنية البعدية للمجموعتين التجريبتين وتحليلها:

#### جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة لنتائج الاختبارات المتغيرات البعدية للمجموعتين التجريبتين

#### 2و1

القيمة الاحتمالية sig	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة التجريبية 2		المجموعة التجريبية 1		وحدة القياس	المتغيرات	ت
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			
0.039	2.27	1.68	42.01	1.83	44	(كغم)	القوة القصوى للذراعين	1
0.00	4.44	1.81	44.63	2.81	45.31	(كغم)	القوة القصوى للرجلين	2
0.00	4.44	0.707	12.750	0.517	11.375	(عدد)	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	3
0.013	2.85	2.081	27.037	1.562	24.412	(عدد)	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	4
0.001	4.13	0.40	8.69	0.78	7.41	(م)	القوة الانفجارية للذراعين	5
0.014	2.78	2.125	47.000	2.385	43.857	(سم)	القوة الانفجارية للرجلين	6
0.00	7.112	0.672	7.818	0.718	5.343	(درجة)	قفزة اليبدين الامامية	7

معنوي عند  $\text{sig} > (0,05)$

#### 4-8 مناقشة النتائج البعدية :

يتبين لنا من الجدول (4) أن قيمة (sig) لجميع متغيرات القوة الخاصة والأداء المهاري قيد الدراسة كانت اصغر من القيمة الاحتمالية (0.05) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية معنوية بين المجموعتين الاولى والثانية اذ تفوقت المجموعة الاولى (الانتقال) في متغيرات القوة القصوى للذراعين والرجلين ويعزوا الباحث السبب الى ان تمرينات الانتقال تعمل على تنمية القوة القصوى بالدرجة الاولى وهذا يتفق مع ما اشار اليه (جمال صبري , 2011) "ان تدريبات الانتقال والمقاومات هي شكل

فعال جدا لتدريب القوة العضلية القسوى لان التمارين يمكن ان تختار وان تتلاءم وتعديل الاوزان بشكل دقيق" (Kadhim et al., 2024). وقد تفوقت المجموعة التجريبية الثانية التي استعملت البلايومترك في بقية مكونات القوة اذ ركزت تمارينات هذه المجموعة على الحركات المتفجرة وردود الفعل السريعة لحركات القفز والوثب والارتداد العميق وقفزات الصندوق وتمارين الدفع المتفجرة مما ساعد على تطوير القوة المميزة بالسرعة والقوة الانفجارية للطرفين العلوي والسفلي مما عمل على اطالة العضلات وتقصيرها وبالتالي زيادة مطايطتها وهذا يتفق مع ما اشار اليه (Al-Raqqad, 2018) "ان تدريبات البلايومترك موجهه بهدف تطوير القدرة العضلية والغرض الاساسي منها زيادة القدة العضلية للانبساط واثناء ذلك يتم تخزين كمية كبيرة من الطاقة المطايطية في العضلة وهذه الطاقة يعاد استخدامها اثناء الانقباض التالي وتجعله اقوى". كما يرجع الباحث سبب تطور الاداء الفني لمهارة قفزة اليدين الامامية الى تطور صفتي القوة المميزة بالسرعة والقوة الانفجارية للذراعين والرجلين وهذا ما ركز عليه الباحث في تماريناته التي تتطابق مع متطلبات الاداء الحركي لهذه المهارة من وثب وارتقاء وطيران وهذا يتفق مع ما اشار اليه (Al-Madamgha, 2017) "هنالك انواع متعددة من القوة العضلية على المدربين معرفتها جيدا لأجل ادارة عملية تدريب القوة بشكل فعال بشكل اكبر فالفعاليات والالعاب الرياضية غير الدائرية واكثر العناصر المهارية في الجمناستك وكل لعبة تحتاج الى القفز والوثب (Abd Ali Khdhim et al., 2023) تكون ضمن الالعاب والفعاليات التي تستفاد من تنمية القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة لتحقيق الانجاز المثير . وفي هذا الصدد يشير (Youssef, 2016) تعتبر القوة المميزة بالسرعة احد المتطلبات البدنية التي يحتاجها لاعب الجمناستك وخاصة للمهارات التي تنسم بالارتقاء والدفع والمد السريع. (Ghazi et al., 2024)

## 5- الاستنتاجات والتوصيات

### 1-5 الاستنتاجات

- 1- ان لتمرينات الانتقال تأثيرا ايجابيا في تطوير القوة القسوى للرجلين والذراعين والاداء المهاري لقفزة اليدين الامامية على طاولة القفز .
- 2- ان لتمرينات البلايومترك تأثيرا ايجابيا في تطوير القوة المميزة بالسرعة والقوة الانفجارية للرجلين والذراعين والاداء المهاري لقفزة اليدين الامامية على طاولة القفز .
- 3- تفوت المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت تمارينات البلايومترك في تطوير مكونات القوة الخاصة والاداء المهاري على المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت تمارينات الانتقال.

### 5-2 التوصيات

- 1- الاهتمام بتمرينات الانتقال والبلايومترك بما يتناسب مع قابليات الطلبة المتعلمين في تطوير القوة الخاصة.
- 2- اجراء دراسات مشابهة تعتمد اساليب تدريبية اخرى وعلى عينات مماثلة بغية الاستفادة منها في عملية المقارنة.

### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة للعام الدراسي 2023-2024 .

### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

كاظم عيسى كاظم <https://orcid.org/0000-0002-3424-2222>

## References

- Abd Ali Khdhim, M., Hussein Abdulrasool, T., & Hasan Aldewan, L. (2023). The Effect of Using Wheatley's Strategy in Learning the Technical Performance of the Javelin Throwing Event for Students Journal of Studies and Researches of Sport Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.395>
- Aldewan, L. H., & Al-Temimy, S. L. A. (2013). Formative assessment to the method of teaching methods according to the model of Rosenberg. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 95–108. [.https://www.iasj.net/iasj/article/94544](https://www.iasj.net/iasj/article/94544)
- Ali, Y. M. T. (2008). The effect of weight training using a different number of training units on some aspects of muscular strength and body measurements among bodybuilders. *Journal of Tikrit University for Humanities*, 15(7).
- Allawi, M. H., & Radwan, M. N. al-D. (2001). *Motor performance tests* (p. 123). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Madamgha, M. R. I. (2017). *The science of sports training, its theories and applications* (p. 737). Dijlah Library for Printing, Publishing and Distribution.
- Al-Raqqad, R. M. (2018). The effect of a proposed training program using plyometric exercises on developing the muscular ability of the legs and achieving achievement in the long jump. *Dirasat: Educational Sciences*, 45(4), 520–532.
- Åstrand, P.-O. (2003). *Textbook of work physiology: physiological bases of exercise*. Human kinetics.
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Hammadi, W. K., & Mushref, A. J. (2017). Special Exercises in the Reverse Technique and their Impact on the Performance of Human Wheel Movement in the Artistic Gymnastics for Men. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 3(15).
- Hassan, A. T. (2012). *Principles of sports training and strength training* (pp. 408–409). Dar Al-Diyaa for Printing and Design.
- Hummadi, J. N., Mushref, A. J., Awad, A. K., & Ali, O. A. (2024). The effect of special exercises on developing some coordination abilities and improving the level of performance of both open

- and wide jumping skills on the artistic gymnastics vaulting table for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.468>
- Hussein, Q. M. (2023). *The effect of special exercises using guide marks and optical lasers in developing some aspects of learning some technical gymnastics skills for students* [Unpublished doctoral thesis]. University of Basra.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>
- Kamal Nader Faqi, S., & Razkar Majeed, khadher. (2024). The effect of plyometric exercises using the double pyramid method (opposite and opposite) on some of the physical variables of advanced handball players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1), 55–70. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.434>
- Khazaal, A. M., & Fadel, M. H. (2024). Using Special Exercises for The Explosive Power Of The Legs And Arms According To Energy Systems In Developing Some Physical And Functional Aspects Of Gymnasts. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.467>
- Mansour, F. D. (2022). *Comprehensive Sports Training* (1st edition, p. 304). Al-Rafah Press.
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Saad, L. H. A.-D. , F. H. M. (2017). The impact of the use of an educational curriculum in a cooperative (integrated and technical) method in teaching some ground movements for the third stage. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 53.
- Youssef, A. A.-H. (2016). *Guided readings in gymnastics training* (p. 187). Modern Book Center.

انموذج لوحدة تدريبية لأسلوب البلايومترك

الاسبوع / الاول      الوحدة الاولى / 2023/11/26      الشدة / 75 %  
اليوم / الاحد      هدف الوحدة / تطوير بعض مكونات القوة      الزمن / 30 د

ت	اقسام الوحدة	التمريبات	زمن الاداء	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموع
1	الرئيسي	الوثب فوق صندوق من الاقتراب	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	304.5 ثا
2		وثب عميق فوق صندوق والارتداد	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	304.5 ثا
3		الدفع المزدوج (الوثب الارتدادي على سلم وحائط)	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	304.5 ثا
4		الدفع الامامي لكرة طبية تجاه حائط من الوقوف المواجه	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	304.5 ثا
5		الدفع الامامي لكرة طبية تجاه حائط من الجلوس على الاربع	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	304.5 ثا
6		دفع كرة طبية من اعلى الراس	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	304.5 ثا
	المجموع						30.45 د

انموذج لوحدة تدريبية لاسلوب الانتقال

الاسبوع / الاول      الوحدة الاولى / 2023/11/26      الشدة / 60 %  
اليوم / الاحد      هدف الوحدة / تطوير بعض مكونات القوة      الزمن / 32.7 د

ت	اقسام الوحدة	التمريبات	زمن الاداء	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموع
1	الرئيسي	دبني بار خفض وسط	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	327 ثا
2		دبني دمبلص رقم 11	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	327 ثا
3		شوتتك رقم 11	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	327 ثا
4		كر بار واقف وسط	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	327 ثا
5		كر دمبلص واقف	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	327 ثا
6		كر سلك واقف وسط	5 ثا	3*8	60 ثا	90 ثا	327 ثا
	المجموع						32.7 د



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## The effect of brainstorming strategy (by simile method) on learning some types of shooting Basketball for students

Bilal Haider Makki <sup>1</sup>  

University of Basra / College of Physical Education and Sports Sciences

### Article information

#### Article history:

Received 23/4/2024

Accepted 2/7/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

brainstorming strategy, simile method, shooting, basketball

### Abstract

The aim of the research was to: – Identify the effect of the brainstorming strategy (in the simile method) on learning some types of basketball shooting for students. The sample of the research were first-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra, where the researcher used the experimental method with a design of two equal (control) groups. (and experimental) and the SPSS system was relied upon to find the data. Accordingly, it was concluded: The brainstorming strategy (by the simile method) is important in raising the level of learning for some types of basketball shooting for students. He recommended adopting the brainstorming strategy (by the simile method) because of its importance in raising the level of learning for some. Types of basketball shots for, students



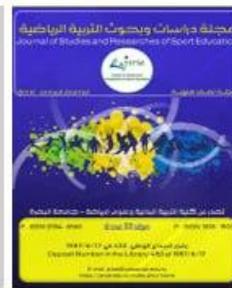
DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.684> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### تأثير استراتيجيات العصف الذهني (بطريقة التشبيه) على تعلم بعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب

بلال حيدر مكي<sup>1</sup>  

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

#### المخلص

هدف البحث الى:- التعرف على تأثير استراتيجيات العصف الذهني (بطريقة التشبيه) على تعلم بعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب وكانت عينه البحث هم طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة حيث استعمل الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم المجموعتين المتكافئتين ( الضابطة والتجريبية) و تم الاعتماد على نظام SPSS لإيجاد البيانات وعليه استنتج : استراتيجيات العصف الذهني (بطريقة التشبيه) لها اهمية في رفع مستوى التعلم لبعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب, وأوصى اعتماد استراتيجيات العصف الذهني (بطريقة التشبيه) لما لها اهمية في رفع مستوى التعلم لبعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/4/23

القبول: 2024/7/2

التوفر على الانترنت: 15 يوليو 2024,

#### الكلمات المفتاحية:

استراتيجية العصف الذهني، طريقة التشبيه، التصويب، كرة السلة.

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعلم المؤسسات التعليمية والتربوية دوراً كبيراً في بناء جيل متعلم ومثقف ولديه القدرة على التفكير والابداع من خلال ما يكتسبه من معلومات علمية وفكرية متنوعة ، تجعله قادراً على بناء شخصيته وكيانه مستقبلاً بعد ان يتمكن من الحصول على المعلومات المطلوبة والقدرة على القيادة في المؤسسات التي تخدم المجتمع .

ومن تلك المؤسسات التعليمية هي التربية البدنية وعلوم الرياضة التي تعتبر جزء لا يتجزأ من التربية العامة التي تعمل على خدمة الرياضة وبناء المتعلمين لممارسة الرياضة لمختلف الالعاب ولديهم الخبرة الكافية في الحصول على الانجازات الرياضية او التعليمية لغرض اعطاه الخبر في تعليم للمبتدئين في المراحل الدراسية المختلفة.(Al-Diwan et al., 2007) كذلك تعمل المؤسسات التعليمية الرياضية في بناء الدرس واخرجه بما يحقق الفائدة العلمية في سرعة اكتساب المهارة وتعلمها لأي لعبة رياضية بعد ان يعتمد على طريقة او اسلوب تدريسي يناسب للعبة وامكانيات المتعلم.( Ameer et al., 2021) (MUSHREF & Sulaiman, 2017)

ويعد التعليم بالعصف الذهني من الاساليب العلمية في بناء الفكر الحقيقي للمتعلم ويكون قادر على حل المشاكل التعليمية التي تواجه في كيفية تطبيق الحركة والاداء المطلوب اذا يعد العصف الذهني " من استراتيجيات التدريس المهمة والفعالة إذ انها تعد الاقرب الى التدايعات التي تولد إلى الذهن تلك الأفكار المعتادة أو مألوفاً حتى يصل بها إلى أثار الأصلية أو تلك التي تتسم بالتفرد في المهارة، كما أن احد مبادي العصف الذهني هو ان الكم اهم من الكيف، أي كلما زاد عدد الأفكار ارتفع رصيد الأفكار المفيدة " (Al-Hashoush, 2011)

ومن الالعاب الرياضية التي تحتاج بصورة كبيرة الى طريقة تدريس مثل استراتيجيات العصف الذهني هي كرة السلة وخاصة التصويب لما تحتويه هذه اللعبة من التنوع في تنفيذ التصويب سواء من الناحية الفنية او القانونية وتحتاج الى التفكير وحل المشاكل والصعوبات في التنفيذ والتسجيل. (Hamid et al., 2024)

ومن هنا جاءت اهمية البحث في رفع المستوى التعليم للطلبة في اداء التصويب بكرة السلة وفق استراتيجيات وطريقة تدريس صحيحة هي العصف الذهني وبإحدى طرقها هي التشبيه او التمثيل لأداء حركة واحدة مشابهة للأداء الصحيح في تسجيل النقاط من التصويب الناجح وبهذا نتمكن من التعليم الصحيح والمناسب للطلاب.

### 1-2 مشكلة البحث :

التصويب بكرة السلة متنوع من الناحية الفنية ويؤدى بطرق واساليب متعدد حسب نوع التصويب مما يتولد مشكلة ذهنية للمتعلم في اختيار الاسلوب الامثل في اداء كل نوع من انواع التصويب اعلاه وهذا يتطلب تعليمهم باستراتيجية تعليمية مناسبة وصحيحة مثل العصف الذهني.

ووفق رؤية الباحث العلمية والتخصصية بطرائق التدريس ولعبة كرة السلة لاحظ هناك تذبذب بمستوى تعليم بعض انواع التصويب لدى الطلبة وعدم الاداء بالشكل الصحيح لكل نوع من انواع التصويب وهذا يقلل من فهم اللعبة وتحقيق النجاح فيها والفوز ووفق ذلك تكمن مشكلة البحث ، مما يتطلب تعليمهم بأسلوب او طريقة تعليمية تساعدهم في التفكير والفهم الذهني للأداء وتطبيق الحركات المتشابهة مثل استراتيجيات العصف الذهني التي اثبتت نجاحها في معظم الالعاب وجاء دورها باستخدام احد طرقها وهي التشبيه ضمن العصف الذهني في تعليم انواع التصويب .

### 1-3 أهداف البحث:

- 1- التعرف على تأثير استراتيجيات العصف الذهني (بطريقة التشبيه) على تعلم بعض أنواع التصويب بكرة السلة للطلاب.
- 2- التعرف على نتائج الفروقات بين الاختبارات القبلية والبعديتين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض أنواع التصويب بكرة السلة للطلاب.
- 3- التعرف على نتائج الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض أنواع التصويب بكرة السلة للطلاب.

### 1-4 فروض البحث:

- 1- وجود تأثير ايجابي لاستراتيجية العصف الذهني (بطريقة التشبيه) على تعلم بعض أنواع التصويب بكرة السلة للطلاب.
- 2- وجود فروقات معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديتين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم بعض أنواع التصويب بكرة السلة للطلاب.
- 3- وجود فروقات معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في تعلم بعض أنواع التصويب بكرة السلة للطلاب.

### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

1-5-2 المجال المكاني: القاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

1-5-3 المجال الزمني: المدة 2024/1/3 الى 2024 /3/5

### 1-6 تحديد المصطلحات :

- استراتيجيات العصف الذهني :

العصف الذهني هو " عبارة عن مؤتمر ابتكاري ذي طبيعة خاصة من أجل إنتاج قائمة من الأفكار يمكن أن تستخدم كمفاتيح تقود إلى أفكار جماعية متحررة من القيود، متفتحة على الواقع لا يقيدتها التصلب، او الجمود أو اسلوب منظم للتفكير " (Tawfiq, 2019)

كذلك هي "التحرك الحر للأفكار وإطلاق الافكار وحل المشكلات الابداعية " (Ahmed, 2010)

كما هي " استراتيجية تستخدم في تعليم المخطط بدقة عالية وعناية محددة الخطوات تهدف إلى تبادل اداء وتلاحقه الافكار، لتوليد اراء وأفكار جديدة في جو من الحرية التامة بقصد إيجاد الحلول القضية المطروحة على بساط البحث " (Al-Suwaidan, 2000)

- طريقة التشبيه في استراتيجيات العصف الذهني: هي "طريقة تعتمد تشبيه الفكرة المراد تطويرها بعنصر او أكثر في

فكرة اخرى وعندها تتولد افكار جديدة (Abd Zaid, 2011)

### 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

#### 1-2 منهج البحث :

تم الاستعانة بالمنهج التجريبي ذو التصميم المجموعتين المتكافئتين ( الضابطة والتجريبية) ذات الاختبارين ( القبلي والبعدي) لأهميتها في انجاز البحث ومعالجة المشكلة.

## 2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بطلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة والبالغ عددهم ( 180) طالب ( وهي شعب الطلبة فقط )، اما العينة فقد بلغت (20) طالب (شعبة واحدة أ)، مقسمة الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) تضم كل مجموعة (10) طلاب وكما موضح في الجدول (1) التي تم معالجتها المتغيرات لغرض التجانس والتكافؤ.

### جدول (1)

يوضح الاوساط والانحرافات ومعامل الاختلاف وقيم (t) لغرض التجانس والتكافؤ في المتغيرات المستخدمة

مستوى الدلالة	قيم t المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الاختبارات
		معامل الاختلاف	الانحراف	الوسط	معامل الاختلاف	الانحراف	الوسط	
غير معنوي	0.45	1.269	0.897	70.65	1.398	0.985	70.45	الوزن /كغم
غير معنوي	0.209	0.96	1.669	173.74	1.132	1.965	173.56	الطول/ سم
غير معنوي	0.588	6.54	0.567	8.66	5.105	0.435	8.52	التصويب المحتسب بنقطتين من القفز / درجة
غير معنوي	0.331	17.942	0.642	3.578	9.13	0.334	3.658	التصويب السلمي بعد أداء الطبطبة/عدد
غير معنوي	0.958	15.659	0.557	3.557	8.95	0.337	3.765	التصويب من خلف خط الرمية الحرة/عدد

قيم (t) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى دلالة (0.05) = 1.734

2-3 وسائل جمع المعلومات وأدوات البحث: المصادر العربية والأجنبية، الملاحظة العلمية، الاختبارات المستخدمة، ملعب كرة سلة، كراس سلة قانونية، شريط قياس، ساعة توقيت، ميزان طبي، كرات سلة، جدار صد.

## 2-4 إجراءات البحث :

### 2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

تم تحديد متغيرات البحث حسب اهمية البحث ومعالجة مشكلته وكذلك من خلال الدراسات والمراجع بكرة السلة والتي شملت 1-التصويب المحتسب بنقطتان. 2-التصويب السلمي بعد أداء الطبطبة. 3-التصويب من خلف خط الرمية الحرة.

### 2-4-2 الاختبارات المستعملة:

#### 2-4-2-1 اختبار التصويب بالقفز نقطتان (Obaid, 2014)

الهدف من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب من القفز (نقطتان) بعد أداء التسليم والاستلام مع جدار. - الأدوات: 1-ملعب كرة سلة قانوني . 2-شريط لاصق مقسم إلى علامات عددها (70)3-ساعة توقيت4-جدار متحرك قياس (140×160)م5-كرات سلة عدد (9)

- طريقة الأداء :

(1) الاختبار البدني: يقف اللاعب المختبر في الركن الأيسر من الملعب ويقوم الميقاتي في لحظة البدء بتشغيل ساعة التوقيت والإيعاز للمختبر بالتحرك بأقصى سرعة خلال زمن (15) ثانية بشكل قطري إلى الركن المعاكس لنصف الملعب ثم الانتقال بشكل عرضي على خط منتصف الملعب وبعدها الانتقال بشكل قطري إلى الركن الخلفي لنصف الملعب نفسه ثم الرجوع إلى نقطة البداية ويستمر بتكرار الاختبار لحين انتهاء الوقت المحدد بعدها ينتقل إلى الاختبار المهاري، ويبدأ المسجل بحساب عدد العلامات الموضوعة على طول مسافة الاختبار التي توضع على خطوط الملعب نفسها وبلون مغاير له مع وضع علامات إضافية قطرية والمسافة بين علامة وأخرى (1م) ماعدا القطري تبدأ العلامات الأولى من مسافة (1,51م) وبذلك بلغ عدد العلامات الكلي (70) علامة .

(2) الاختبار المهاري :

ويبدأ مباشرة بعد انتهاء وقت الاختبار البدني لينتقل اللاعب إلى الاختبار المهاري الذي يبدأ في التحرك إلى نصف الملعب الآخر إذ رتبت (9) كرات بين الشواخص (9) كما موضح في الشكل (10) ويقوم المختبر بأداء التصويب من القفز (نقطتان) لجميع الكرات (9) بعد أداء مهارة التسليم والاستلام مع الجدار المتحرك الذي يوضع أمام اللاعب المصوب على السلة ، إذا تم وضع (ثلاث كرات من جهة اليسار وثلاث أخرى أماما وثلاث أخرى يمينا)، أما الجدار يتم تحريكه مع الكرات (9) ، علما أن مسافة الكرات المرتبة في الاختبار المهاري جميعها تبعد عن مركز الحلق ( 5 أمتار ) و تبعد الكرات عن الجدار (3 أمتار ) وينتهي الاختبار مع أخر كرة تصوب على السلة.

- شروط الاختبار:

\* الاستمرار بالاختبار البدني دون توقف ويجب أن يؤدي المختبر التصويب من القفز بالتعاقب لجميع الكرات الموجودة في الاختبار و كلاً بحسب الموقع لها .

\* اي خطأ قانوني بالأداء المهاري يلغى احتساب النقاط .

- التسجيل:

\* تحسب عدد العلامات التي تسجل في الاختبار البدني.

\* يمنح المختبر في الاختبار المهاري (3) نقاط إذا دخلت الكرة في الشبكة مباشرة .

\* يمنح المختبر (2) نقطة إذا ضربت الكرة بالحلق أو اللوح و دخلت السلة .

\* يمنح المختبر ( 1 ) نقطة إذا لمست الكرة الحلق و لم تدخل .

\* يمنح المختبر ( صفرا ) اذا لم تلمس الحلق نهائيا .

\* النقاط الكلية للاختبار ( 27 ) نقطة .

\* الدرجة النهائية للاختبار تحسب كالاتي:

الدرجة النهائية = عدد العلامات المسجلة في الاختبار(البدني)+النقاط المسجلة في

الاختبار (المهارى)

2-2-4-2 اختبار التصويب السلمي بعد أداء الطبطبة: (Khalaf, 2021)

الهدف من الاختبار : قياس دقة التصويب بعد أداء مهارة الطبطبة.

طريقة الأداء : يمنح كل لاعب (10) محاولات. يشترط أداء الطبطبة والثلاثية بشكل قانوني. الكرة التي تدخل الهدف بعد ارتكاب خطأ قانوني من الطبطبة أو الثلاثية لا تحتسب من ضمن الأهداف المسجلة في المحاولات. احتساب النقاط : يحسب كل محاولة ناجحة في التصويب نقطة واحدة. أعلى نقطة يحصل عليها المختبر (10) نقاط.

### 2-4-3 اختبار التصويب من خلف خط الرمية الحرة: (Khalaf, 2021)

الهدف من الاختبار : قياس دقة التصويب.

طريقة الأداء : يتخذ اللاعب وضع الوقوف ومعه الكرة خلف منتصف خط الرمية الحرة يقوم كل اللاعب بأداء مجموعتين كل مجموعة تتكون من (5) رميات متتالية . من حق اللاعب التصويب على السلة بأي طريقة مناسبة لكل لاعب محاولة واحدة فقط.

احتساب النقاط: مسجل يقوم بالنداء على الأسماء أولاً يسجل نتائج الرميات ، محكم يقف بجانب اللاعب لإعطاء الكرة وملاحظة صحة الأداء بعد حساب الدرجات فتحسب التسجيل درجة واحدة عند كل رمية ناجحة (أي تدخل السلة) ، لا تحتسب للاعب أي درجة عندما لا تدخل الكرة السلة (فاشلة) ، درجة اللاعب مجموعة النقاط التي يحصل عليها في رمياته أل(10).

### 2-4-3 التجربة الاستطلاعية : أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2024/1/3 على عينة البحث الأصلية وذلك بتطبيق

بعض التمرينات لغرض تقنيها ومعرفة مدى ملائمة لعينة البحث وإيجاد ومعرفة الصعوبات التي تواجه البحث في تطبيقها.

### 2-5 التجربة الميدانية :

1-5-2 الاختبارات القبليّة : تمت في تاريخ 2024/1/7

2-5-2 التعليم المستخدم : (Al Diwan, 2009)

قام الباحث بأعداد مجموعة من التمرينات التعليمية والخاصة بأنواع التصويب بكرة السلة وتم تطبيقها باستراتيجية العصف الذهني وفق طريقة التشبيه .

وتم تطبيق تلك التمرينات في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية خلال درس كامل (انظر ملحق (1)) ولمدة ثمان

أسابيع ضمن وبواقع وحدتين تعليمية ، وبدا تطبيق البرنامج بتاريخ 2024/1/8 وانتهت تطبيقها بتاريخ 2024/3/4 .

2-5-3: الاختبارات البعديّة: أجريت بتاريخ 2024/3/5

2-6 الوسائل الإحصائية: تم الاعتماد على نظام SPSS لإيجاد.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

## جدول (2)

يوضح الفروقات بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	قيمة t	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		الاختبارات
			القبلي	البعدي	
معنوي	2.422	0.662	10.124	8.52	التصويب المحتسب بنقطتين من القفز / درجة
معنوي	2.824	0.557	5.231	3.658	التهديف السلمي بعد أداء الطبطبة/عدد
معنوي	2.632	0.553	5.221	3.765	التهديف من خلف خط الرمية الحرة/عدد

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

## جدول (3)

يوضح الفروقات بين القلبي والبعدى للمجموعة التجريبية في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	قيمة t المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		الاختبارات
			القلبي	البعدى	
معنوي	3.805	0.996	12.45	8.66	التصويب المحتسب بنقطتين من القفز / درجة
معنوي	3.973	0.919	7.23	3.578	التهديف السلمي بعد أداء الطبطبة/عدد
معنوي	4.264	0.886	7.335	3.557	التهديف من خلف خط الرمية الحرة/عدد

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

## جدول (4)

يوضح قيم (ت) للفروقات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	قيمة t المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
معنوي	6.121	0.864	12.45	0.745	10.124	التصويب المحتسب بنقطتين من القفز / درجة
معنوي	6.386	0.667	7.23	0.665	5.231	التهديف السلمي بعد أداء الطبطبة/عدد
معنوي	2.114	0.681	7.335	0.574	5.221	التهديف من خلف خط الرمية الحرة/عدد

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.734

بعض عرض جدول (2) و(3) والتي تبين الفروقات فيم قيم (t) القلبية البعدية وللمجموعتين في الاختبارات المستخدمة هذا يدل على أن المجموعتين قد تعلمت التصويب بأنواعه المختلفة وهذا يدل على نجاح الاسلوبين التقليدي واستراتيجية العصف الذهني اذ يرى (Sabr, 2005) "إن التعلم ضمن منهاج تعليمي يطبق بصوره موضوعيه يؤدي إلى زيادة التعلم وبالتالي تطور في المهارة في الجانبين المعرفي والمهاري (Abdul Hussein et al., 2023)

ويضيف (Ismail, 1996) " المنهج التعليمي يودي الى التنمية والتطور، اذا تم انجازه ورسمه بصورة علمية في تنظيم عملية التعليم وبرمجته واستعمال الأساليب المناسبة والمتدرجة بالصعوبة كذلك استعمال الوسائل التعليمية المؤثرة تحت ظروف تعليمية جيدة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة". (Mushref, 2022)

اما في جدول (4) تبين لنا تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة وهذا يدل على استراتيجية العصف الذهني اذ يرى كل من (Abdel Dayem & Hassanein, 2010) " ان العصف الذهني من الأساليب الحديثة والجديدة التي تسهم في حل المشكلات التي يمكن أن تعترض اللاعبين ويشجعهم على تجاوزها ولاسيما اذ اطلق لهم العنان في تحليل الامور والاطلاع افكارهم التربوية واعطائهم الاسلوب القيادي في حل المشكلات كما انه يتيح للاعبين فرصة التعبير عن أفكارهم بحرية، كما يشعروهم بأنها هي التي تولد المعرفة وتنتجها" (Musharraf, 2024)

والعصف الذهني مهم واساسي في رفع مستوى التفكير وتحقيق التعلم اذ يرى (Ghanem, 2004) " تعليم مهارات التفكير يعني تعليم الطلبة بصورة مباشرة وغير مباشرة كيفية تنفيذ مهارات التفكير الواضحة المعالم كالملاحظة والمقارنة والتصنيف والتمييز والتحليل والتركيب...الخ بصورة مستقلة عن محتوى المادة الدراسية " (Sabet & Ali, 2012)

ويرى (Magill & Anderson, 2010) ان "الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو انه لابد 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

#### 5-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 5-1 الاستنتاجات :

- 1- استراتيجية العصف الذهني (بطريقة التشبيه) لها اهمية في رفع مستوى التعلم لبعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب.
- 2- حل المشكلات ورفع مستوى التفكير مهمة في تعلم المهارات الاساسية وخاصة التصويب بكرة السلة للطلاب.

##### 5-2 التوصيات :

- 1- اعتماد استراتيجية العصف الذهني (بطريقة التشبيه) لما لها اهمية في رفع مستوى التعلم لبعض انواع التصويب بكرة السلة للطلاب.
- 2- التأكيد الاستعانة في حل المشكلات ورفع مستوى التفكير في تعلم المهارات الاساسية وخاصة التصويب بكرة السلة للطلاب.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة البصرة

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

بلال حيدر مكي <https://orcid.org/0000-0002-9200-9293>

## References

- Abd Zaid, N. (2011). *Learning and Kinetic Learning, 1st edition* (p. 131). Dar Al-Diya.
- Abdel Dayem, A. M., & Hassanein, M. S. (2010). *Measurement in Basketball* (p. 80). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Abdul Hussein, A. Z., Aldewan, L. H., Al-Saeed, R. A. A., & Amin, H. A. A. (2023). Building and codifying a scale of cognitive achievement of badminton lecture for students of the faculties of Physical Education and sports Sciences. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.416>
- Ahmed, K. I. (2010). *Modern Concepts in Sports Psychology* (1st edition, p. 65). Al-Nour Library.
- Al Diwan, L. H. (2009). Effective Methods of Teaching Physical Education. *Al-Nakhil Press, Basra*.
- Al-Diwan, L. H., Ghazi, M., & Qader, A. A. (2007). Evaluating practical education for fourth-year students in the College of Physical Education University of Basra from the students' point of view. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 20*.
- Al-Hashoush, K. M. (2011). *Teaching methods, modern physical education* (1st edition, p. 107). Arab Society Library for Publishing and Distribution.
- Al-Suwaidan, T. et al. (2000). *Brainstorming skill and its role in developing creative thinking among students* (1st edition, p. 53). Gulf Creativity Company.
- Ameer, J. M., Jasim, N. H., & Mohammed, F. D. (2021). USING A SUGGESTED EDUCATIONAL CURRICULUM TO DEVELOP SOME PHYSICAL AND KINETIC ABILITIES FOR SLOW LEARNING STUDENTS. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation, 3*(32), 9.
- Ghanem, M. M. (2004). *Thinking in Children* (1st edition, p. 48). Dar Al-Thaqafa for Publishing and Distribution.
- Hamid, N. S., Mushref, A. J., AHMED, D. M. A., & Abdullah, F. (2024). The effect of the active discussion strategy on psychological stability and the development of some offensive skills in basketball for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34*(2).
- Ismail, S. M. (1996). *The effect of teaching methods to develop the explosive power of the legs and arms on the accuracy of long-range shooting by jumping high in handball* [A doctoral thesis]. University of Baghdad.
- Khalaf, F. A. Z. (2021). *The effect of individual defensive exercises in developing some defensive situations in youth basketball* [Doctoral thesis]. University of Basra.
- Magill, R., & Anderson, D. I. (2010). *Motor learning and control*. McGraw-Hill Publishing New York.

- Musharraf, A. J. (2024). The effect of exercises similar to performance according to a multi-level method in learning some of the skills of the floor mat in artistic gymnastics for men. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 14(28), 129–135. <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2024.148118.1118>
- Mushref, A. J. (2022). *The effect of specific exercises based on learning for empowerment and performance simulation tools in developing floor movements in artistic gymnastics for men* [Thesis for: Ph.D, Anbar University]. DOI: 10.13140/RG.2.2.13848.57604
- MUSHREF, A. J., & Sulaiman, K. I. (2017). *Special exercises in the reverse method for some floor movements for artistic gymnastics for men and their effect on the level of skill performance of students / College of Physical Education and Sports Sciences, Anbar University* [Masters, Anbar University]. DOI: 10.13140/RG.2.2.14155.81443
- Obaid, A. A. (2014). *Designing and codifying tests to measure the complex offensive skill performance of advanced basketball players* [A doctoral thesis]. University of Basra.
- Sabet, S. H., & Ali, M. M. (2012). Effect of exercise on the level of learning some skills of basketball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32.
- Sabr, Q. L. (2005). *Topics in motor learning* (p. 56). Al-Jumaa Press.
- Tawfiq, H. (2019). The effectiveness of a training program based on metacognitive strategies in developing academic perseverance among academically struggling students at the Faculty of Education – Aswan University. *Journal of the College of Education (Aswan)*, 34(34), 143–183.

ملحق (1)

نموذج من الوحدات التعليمية

الزمن الكلي: 40- 42 دقيقة

هدف الوحدة : تعليم انواع التصويب بكرة السلة

الأسبوع: الأول

الوحدة التعليمية : 1-2

الملاحظات والإشكال	الحجم	رقم التمرين	زمن التمرينات	القسم
-التأكيد الجانب التفكير	3×8	1- اداء التصويب من القفز من جهتي السلة ذهابا وايابا.	40 دقيقة	التطبيقي
-التأكيد حل المشكلات	3×10	2- اداء رميات حرة		
	3×8	3- اداء التصويب السلمي من الامام والجانبين		
	3×8	4- اداء التصويب ذهابا وايابا على السلتين بثلاث انواع		



## Some physical and motor abilities and their relationship to the accuracy of shooting free throws in basketball for young players in Maysan

Muhammad Fadel Anbar Hazal <sup>1</sup>  

General Directorate of Maysan Education

### Article information

#### Article history:

Received 15/6/2024

Accepted 2/7/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

Physical and motor abilities, shooting, free throws, basketball

### Abstract

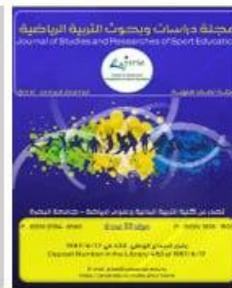
The aim of the research is: identification the relationship between physical and motor abilities and the skill of basketball free-throw shooting accuracy among basketball players in Maysan. Then, the researcher discussed the method used in the research, which is the descriptive method using the survey method and correlational relationships. The research sample included basketball players in Maysan. The number of them is (70) players, and the researcher will conclude from the results he arrived at. The researcher noted that the research sample has a level of performance in the skill of free-throw shooting accuracy for basketball players in Maysan. The researcher also recommended that there is an urgent need for basketball coaches to pay attention to developing physical and motor abilities Through training curricula.





## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



بعض القدرات البدنية والحركية وعلاقتها بدقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة للاعبين الشباب في ميسان

محمد فاضل عنبر هذال <sup>1</sup>  

المديرة العامة لتربية ميسان

### المخلص

هدف البحث الى : التعرف على العلاقة بين القدرات البدنية والحركية ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة لدى لاعبي كرة السلة في ميسان، ومن ثم تطرق الباحث للمنهج المستخدم في البحث وهو المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية، اما عينة البحث فاشتملت على لاعبي كرة السلة في ميسان والبالغ عددهم (70) لاعبين، وستنتج الباحث من خلال النتائج التي توصل اليها لاحظ الباحث ان عينة البحث تتمتع بمستوى أداء مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة للاعبين كرة السلة في ميسان، كما وأوصى الباحث هنالك ضرورة ملحة لاهتمام مدربي كرة السلة في تطوير القدرات البدنية والحركية من خلال المناهج التدريبية.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/6/15

القبول: 2024/7/2

التوفر على الانترنت: 15 يوليو، 2024

### الكلمات المفتاحية:

القدرات البدنية والحركية، التصويب، الرمية الحرة، كرة السلة

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

ان جميع الدراسات الحديثة والمصادر العلمية والنظريات اكدت على ضرورة الاهتمام بالبرامج التدريبية لأنها لأسس التي من خلالها نرتقي بالواقع الرياضي وصولاً الى تحقيق النتائج المرغوب فيها وكذلك تحقيق مستويات متقدمة اسوةً ببقية دول العالم المتقدم وخصوصاً لعبة كرة السلة وهنا وجب على المدرب تطوير امكانياته والبحث دائماً بالطرائق والأساليب الحديثة المعتمدة عالمين في سبيل الارتقاء بالواقع الرياضي بجميع جوانبه المهارية والخطئية والنفسية وخصوصاً البدنية والحركية علماً ان الاعداد البدني يعتمد على القدرات البدنية الحركية (Othman et al., 2023) التي يحتاجها لاعبي كرة السلة كقدرات بدنية وحركية مثل القوة الانفجارية للذراعين والرجلين والمرونة والرشاقة الى... الخ كما وتعد القدرات البدنية والحركية من العوامل المهمة للاعب ان كان في مرحلة الدفاع او الهجوم في كرة السلة حيث انها تساهم وبشكل كبير في اكساب وتطوير المهارات البدنية والحركية للاعب لأنها تدل على مدى قدرت الرياضي على التوافق بين الجهاز العصبي المركزي والجهاز العصبي المحيطي حيث كلما كان هنالك توافق عند الرياضي دل على ان الرياضي يتمتع بقدرات بدنية وحركية عالية تمكنه من أداء مهارة التصويب من الرمية الحرة بدقة عالية. (Hamid et al., 2024)

كما وتعتبر لعبة كرة السلة من الألعاب الجماعية والشعبية التي تبعث المتعة والسرور على ممارسيها ومتابعيها حيث يعتبر الاعداد البدني العامل الأساسي لها في عملية الاعداد البدني حيث تتوقف جميع المهارات الأساسية على عملية الاعداد البدني والتي من خلاله يتم تطوير القدرات البدنية والحركية وكذلك الجانب المهاري للاعب كما تحتوي لعبة كرة السلة على العديد من المهارات ومن بينها مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة والتي عن طريقها يمكن للاعب ان يحرز أكبر عدد من النقاط وهذا يؤهل الفريق الى تحقيق الفوز. (Sabet & Ali, 2012)

وتكمن أهمية البحث من خلال اجراء اختبارات ميدانية واستخراج قيم كمية للقدرات البدنية والحركية ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة وهو معرفة العلاقة بين القدرات البدنية والحركية وأداء مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة. (Al-Din Ahmed et al., n.d)

### 1-2 مشكلة البحث:

من خلال متابعة الباحث للبطولات الي تقام في محافظة ميسان للعبة كرة السلة وجد هنالك تفاوت كبير بين القدرات البدنية والحركية ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة كما تعتبر القدرات البدنية والحركية من العناصر الأساسية في توظيف المهارات بكرة السلة حيث أي ضعف في القدرات البدنية والحركية ينعكس على الأداء المهاري وخصوصاً مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة وهنا لاحظ الباحث وجود ضعف في مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة من خلال متابعة الباحث للوحدات التدريبية لأندية محافظة ميسان بكرة السلة لذا ارتى الباحث دراسة هذه المشكلة ووضع الحلول المناسبة التي ترتقي بواقع أداء مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة.

### 1-3 أهداف البحث:

- 1- التعرف على قيم القدرات البدنية والحركية لدى لاعبي كرة السلة في محافظة ميسان.
- 2- التعرف على مستوى أداء مهارة دقة لرمية الحرة لدى لاعبي كرة السلة في محافظة ميسان.
- 3- إيجاد العلاقة بين بعض القدرات البدنية والحركية والحركية ودقة أداء مهارة التصويب من الرمية الحرة

#### 1-4 فرض البحث:

❖ وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين بعض القدرات البدنية والحركية ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة لدى لاعبي كرة السلة في محافظة ميسان.

#### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبي كرة السلة الشباب في محافظة ميسان للموسم (2023-2024)

1-5-2 المجال الزمني: الفترة من (2024/2/1) لغاية (2024 /5/10)

1-5-3 المكاني: قاعات وملاعب الأندية المبحوثة.

#### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

##### 1-2 منهج البحث :

إن لكل بحث منهجه الخاص به يستخدمه الباحث من أجل الوصول للحقائق العلمية، والمنهج هو "الطريق العلمي الصحيح الذي يسلكه الباحث في حل مشكلة بحثه، فطبيعة المشكلة هي التي تفرض منهج معين للوصول إلى الحقيقة" (Nouri Al-Shawk & Rafi Al-Kubaisi, 2004). لذا استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملاءمتها لطبيعة مشكلة البحث.

##### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

"من الأمور الواجب مراعاتها في البحث العلمي هو اختيار عينة تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً صادقاً وحقيقياً، إذ ترتبط عملية اختيار العينة ارتباطاً وثيقاً بطبيعة البحث المأخوذ من العينة كونها تمثل الجزء الذي يمثل المجتمع الأصلي أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليه" (Wajih Mahjoub, 2001)

تمثل مجتمع البحث بلاعبي كرة السلة الشباب في ميسان والبالغ عددهم (70) لاعبا للموسم الرياضي (2023-2024) موزعين على خمس اندية وهم (نادي ميسان(14)، نادي دجلة(14)، نادي المشرح(14)، نادي العمارة(14)، نادي الكحلاء(14) اما عينة التجربة الاستطلاعية فتمثلت بنادي دجلة والبالغ عددهم (14) فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية وهم يمثلون نسبة (20%) من مجتمع الأصل حيث تم استبعادهم من التجربة الرئيسية اما عينة التجربة الرئيسية فتمثلت بالأندية التالية (نادي ميسان , نادي المشرح, نادي العمارة, نادي الكحلاء) ونسبتهم من مجتمع البحث (80%) كما وقد تم تحديد بعض المتغيرات التي تعتبر لها تأثير في التجربة وتم معالجتها إحصائياً لغرض التأكيد من تجانس العينة في تلك المتغيرات واستخدم الباحث معامل الالتواء بيرسون.

والجدول (1) يبين ذلك حيث كان معامل الالتواء لمتغيرات البحث محصوراً بين ( $3 \pm$ ) وعليه تكون العينة موزعة توزيعاً طبيعياً إذ كلما انحصرت قيمة معامل الالتواء بين ( $3 \pm$ ) كانت العينة متجانسة". (Al-Tikriti, 1999)

جدول (1)

بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الالتواء لعينة لبحث

القياسات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	معامل الالتواء
الكتلة (كغم)	79.66	1.63	0.84	0.383
العمر التدريبي (سنة)	13.33	0.81	0.84	0.857
الطول الكلي (سم)	190.33	1.21	0.84	0.075

2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المساعدة:

المقابلة الشخصية، الاستبانة، الملاحظة، الاختبار والقياس، فريق العمل المساعد (\*), ملعب كرة سلة، كرات عدد (5)، شريط قياس، طباشير ملونة، ساعة توقيت عدد (2)، جهاز حاسوب الالكتروني.

ومن خلال اطلاع الباحث على المصادر والمراجع والدراسات ذات العلاقة استطاع الباحث تحديد مجموعة من الاختبارات ملحق (1) خاصة بالقدرات البدنية والحركية وللتأكد من وملاءمتها لعينة البحث تم وضعهن في استمارة استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين وكان عددهم (21) خبير لغرض الحصول على صدق التكوين الفرضي وبعد ورود الإجابة من السادة الخبراء استخدم الباحث اختبار (كا<sup>2</sup>) لمعرفة أي الاختبارات تم قبوله او رفضه ملحق (2) وأعتمد الباحث نسبة (75%) فما فوق من إجابات الخبراء لقبول الاختبار.

❖ الاختبارات التي تم قبولها (القوة المميزة بالسرعة للذراعين، الرشاقة، التوازن، المرونة).

❖ الاختبارات التي تم استبعاده من قبل الخبراء (القوة الانفجارية للرجلين، التوافق، سرعة الاستجابة الحركية).

2-4-4 الاختبارات المتعلقة بالبحث:

2-4-4-1 اختبار الأداء المهاري:

❖ دقة التصويب من خط الرمية الحرة" (Resan, 1989)

2-4-4-2 الاختبارات البدنية والحركية:

❖ اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين (ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل لمدة (10 ثا) (Hussein & Ahmed, 1979)

❖ اختبار الرشاقة ( الركض الارتدادي الجانبي بين ثلاث خطوات المسافة بين خط واخر (4) قدم ( S. H. Muhammad, 2001)

❖ اختبار التوازن الحركي ( السير على الجهاز دورة كاملة وعند الانتهاء عند خط البداية يقوم بدورة ثانية عكس الأولى (Muhammad , 2003)

❖ اختبار المرونة (اللمس السفلي والجانبي لمدة (30) ثا) (Al-Khashab, 1990)

2-5 التجربة الاستطلاعية:

اجرا الباحث التجربة استطلاعية بتاريخ (2024/2/29) على عينة مكونة من (14) لاعبن يمثلون نادي دجلة بكرة السلة حيث تم استبعادهم من التجربة الرئيسية

2-6 التجربة الرئيسية:

بعد الانتهاء من إجراءات البحث شرع الباحث بأجراء التجربة الرئيسية (تطبيق الاختبارات) على قاعات وملاعب الأندية المبحوثة وللفترة من (2024/3/10) لغاية (2024 /4/25) على عينة البحث البالغ عددهم (56) لاعبن وهم يمثلون (نادي ميسان (14)، نادي المشرح (14)، نادي العمارة (14)، نادي الكحلاء (14) وكانت نسبتهم من مجتمع البحث الكلي (80%).

2-7 الوسائل الإحصائية:

استعمل فيه الحقيبة الإحصائية التالية (spss):

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات بعض القدرات البدنية والحركية ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة

جدول (٢)

يبين نتائج اختبارات بعض القدرات البدنية والحركية ومستوى أداء مهارة التهديف

ت	المتغيرات	وحدة القياس	مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة		R	sig	الدلالة
			ع	س			
1	القوة المميزة بالسرعة	ثا	12.20	0.87	0.78	0.000	دال
2	رشاقة	ثا	11.98	0.69	0.65	0.000	دال
3	توازن	ثا	11.49	0.96	0.60	0.000	دال
4	مرونة	ثا	10.88	0.88	0.49	0.000	دال

معنوي عند مستوى دلالة (0.005)

من خلال النتائج التي ظهرت لنا يتبين ان هنالك وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغير القوة المميزة بالسرعة ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة و يتبين لنا ان هنالك وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغير الرشاقة ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة.

### 3-2 مناقشة النتائج

يتبين لنا هنالك وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغير التوازن ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة كذلك تبين لنا هنالك وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغير المرونة ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة كما ويعتبر الاداء للمهاري في دقة التصويب من الرمية الحرة من الركائز الاساسية في كرة السلة وكما اكد (Abdel Khaleq, 2016). "ان الأداء المهاري هو نتيجة لأداء سلوك معين للفرد والذي من خلال الممارسة والتدريب يتمكن من اتقان تلك المهارات والتي تمكن الفرد من الوصول الى حلول لتلك العقبات التي تواجهه وغالباً مثل هذه الكفاءات في سياقات معينة (Rasoul et al., 2024). فقد يكون الشخص الكفاء في أداء مهارة معينة في سياق آخر وقد لا يكون كذلك "كما وتعتبر القوة الانفجارية للذراعين المصدر لاساسي في مهارات كرة السلة حيث تعتمد اغلب مهارات كرة السلة اعتماداً كلياً على قوة الذراعين وكما اكد (A. D. Muhammad & Fatnani, 2010) "ان الذين يتطلعون إلى تحقيق المزيد من النجاحات والانجازات هم يمتلكون قدرات ومفاهيم إيجابية تمكنهم من تحقيق أهدافهم وبالتالي يحصلون على المزيد من القبول والإعجاب أي ان أساس القدرات الحركية هي القوة العضلية التي يعتمد عليها أي نشاط حركي اما الفرد الذي لا يمتلك قوة عضلية تمكنه من أداء المهارات المطلوبة منه فان توقعاتهم لتحقيق النجاحات ضعيفة وهذا يفسر من هم يتطلعون إلى مستوى اعلى من الطموح وتحقيق النجاح ".ومن خلال عرض النتائج في جدول رقم(2) والذي يوضح علاقة الارتباط المعنوية بين القدرات البدنية والحركية ومهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة من خلال الاختبارات اعلاه ان السبب الاساسي لوجود هذه العلاقة هو ان اغلب مهارات كرة السلة وخصوصاً مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة تعتمد على القدرات البدنية والحركية للرياضي بحيث اللاعب الذي لديه قدرات بدنية وحركية عالية مثل الرشاقة يغير وينوع في حركاته اثناء اللعب وكذلك يجيد عملية الخداع والتصويب وبالتالي فان الرشاقة تعد عنصراً مهماً لدى لاعب كرة السلة كما اكد (Al-Atoum, 2012) "ان جميع الرياضيين يحتاجون صفة الرشاقة وهي ضرورية لجميع اللاعبين وفي كل الفعاليات لان الرياضي من خلال الرشاقة يتمكن من أداء أي حركة بشكل انسيابي والتي تمكنه من أداء أي مهارة بشكل مثالي". وكذلك التوازن اثناء الجري او التسديد فالتوازن دور كبير والذي يمكن اللاعب من السيطرة على الكرة واستخدام حركاته واجزاء جسمه للتوازن وكما اشار (Hassanein, 2004). وهو "الاتزان المصاحب لحركة الجسم وهو القدرة على توازن الجسم اثناء الحركة(اداء حركي) كما في معظم الالعب الرياضية وايضاً المرونة لها دور كبير في عمليات التسديد والخداع وكذلك القفز لان المرونة تعتمد على مرونة ومطاطية الاربطة والتي تمكن الرياضي من اداء الحركات بزوايا مختلفة وهذا ما اكدته (Al-Rubaie, 2017). "ان حركة المفصل تعتمد اعتماداً كلياً على مرونة الاربطة فكما كانت الاربطة مرنة زادت مرونة حركة المفصل مما ينعكس على أداء الرياضي والذي من خلاله يحقق خطوات متتالية تمكنه من الارتقاء عالياً عند التسديد او الخداع"(Ghazi et al., 2024) (Musharraf, 2024)

ان افتقار مفاصل الجسم للمرونة سوف يؤدي الى عدم القدرة على اظهار النشاط الحركي بشكله المطلوب وهنا يؤكد الباحث على ان العلاقة بين الأداء المهاري لدقة التصويب من الرمية الحرة او حتى في جميع مهارات كرة السلة تعتمد اعتماداً كلياً على القدرات البدنية والحركية وهذا يعتمد على قدرات الجهاز العصبي والعضلي على العمل المشترك في اظهار الشكل المناسب والملائم للحركة من خلال التوافق بين الجهازين اذ ان لاعب كرة السلة عند أداء لمهارة دقة التصويب من الرمية الحرة (Al Kitani, 2024) يحتاج الى عمل الجهازين في ان واحد من خلال عمل التوافق مثلاً بين العين والذراعين والرجلين وبأوقات متعددة وغير محددة وبمثيرات عديدة وهذا يحتاج الى قدرة عالية على التركيز من قبل الجهاز العصبي والعضلي لذا يتوجب السيطرة على هذه الحركات والتوافق فيما بينها وإدماجها وكما يذكر (Ayoub, 2011) "التوافق هو القدرة على التنسيق بين حركة

الرجلين واليدين من خلال الحواس التي عن طريقها تبدأ العمليات العقلية في تحديد المثير ومن ثم الأيعاز إلى العضلات العاملة لأداء الواجب الحركي فكلما كان هنالك توافق جيد كان الأداء جيد". (Kadhim et al., 2024).

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات:

- 1- تمتع عينة البحث بمقادير جيدة في اختبارات القدرات البدنية والحركية.
- 2- تمتع عينة البحث بمقادير جيدة في الاختبار مستوى أداء مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة.
- 3- ظهرت ومن خلال النتائج علاقة ارتباط معنوية بين بعض القدرات البدنية والحركية ومستوى أداء مهارة دقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة.

##### 4-2 التوصيات:

- 1- ضرورة اهتمام مدربي ولاعبي كرة السلة بمختلف القدرات البدنية والحركية في المناهج التدريبية.
- 2- التأكيد على إجراء اختبارات القدرات البدنية والحركية والمهارية بشكل مستمر لدى لاعبي كرة السلة في محافظة ميسان.
- 3- القيام بإجراء دراسات مشابهة لقدرات حركية أخرى مع مهارات أخرى في كرة السلة.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا إلى عينة البحث لبذلهم الجهد الكبير في مساعدتي على إكمال هذه الدراسة.

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلف أنه ليس هناك تضارب في المصالح

محمد فاضل عنبر هذال <https://orcid.org/0009-0003-1932-0282>

## References

- Abdel Khaleq, A. M. (2016). *Personality Psychology* (2nd Edition). Anglo Egyptian Library.
- Al Kitani, M. (2024). The effect of neuromuscular training on improving some skill performances in basketball. *Journal of Physical Education*, 36(1), 16–1. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(1\)2024.2061](https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(1)2024.2061)
- Al-Atoum, A. M. (2012). *The World of Basketball* (Vol. 1st Edition). Arab Society Publishing House.
- Al-Din Ahmed, D., Rahim Nouri Harbi, A., Jaber Musharraf, A., & Firas Abdullah Al-Rawe, M. (n.d.). Mental Motivation and its Relationship to the Students' Performance of Gradable Scoring Skill in Basketball. In *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE)* (Vol. 14).
- Al-Khashab, Z. Q. (1990). *Designing and codifying tests to measure some basic motor skills in football*. Higher Education Press.
- Al-Rubaie, M. D. (2017). *Contemporary management in the sports field: Vol. Volume 1*. Dar Al-Diyaa Publishing Press.
- Al-Tikriti, W. Y. (1999). *tatistical applications and computer uses in physical education*. Dar Al-Kutub Publishing House.
- Ayoub, H. A.-S. (2011). *Modern principles in basketball*. United Printing.
- Ghazi, M. A., Abd, M., Kadhim, A., Hasan Aldewan, L., Jawad, S., & Almayah, K. (2024). Facial fingerprint analysis using artificial intelligence techniques and its ability to respond quickly during karate (kumite). *JOURNAL OF HUMAN SPORT & EXERCISE*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Hamid, N. S., Mushref, A. J., AHMED, D. M. A., & Abdullah, F. (2024). The effect of the active discussion strategy on psychological stability and the development of some offensive skills in basketball for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).
- Hassanein, M. S. (2004). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Hussein, Q. H., & Ahmed, B. (1979). *Isometric mental training in the field of sporting events*. Arab World Press.
- Kadhim, M. A. A., Mashi, A. A. A., Al-Diwan, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). Understanding the Mechanism of Conducting Benchmark Test for the Infrastructure of Physical Education Curricula in the Age of Artificial Intelligence. *International Journal of Elementary Education*, 13(1), 8–12. <https://doi.org/10.11648/j.ijeedu.20241301.12>

- Muhammad, A. D., & Fatnani, M. H. (2010). *Belonging, leadership, and personality: Vol. Vol. 1*. Dar Jarir for Publishing and Distribution.
- Muhammad, S. H. (2001). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports* (4th Edition). Dar Al-Fikr.
- Muhammad Sobhi Hassanein. (2003). *Measurement and evaluation in physical education and sports* (Dar Al-Fikr Al-Arabi, Ed.; Part 2 edition, Vol. 5th).
- Musharraf, A. J. (2024). The effect of exercises similar to performance according to a multi-level method in learning some of the skills of the floor mat in artistic gymnastics for men. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 14(28), 129–135. <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2024.148118.1118>
- Nouri Al-Shawk, & Rafi Al-Kubaisi. (2004). *Researchers' Guide to Writing Research in Physical Education*.
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children's creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Rasoul, T. H. A., Shabib, S. S., Mohammed, L. H., & Ghazi, M. A. (2024). The impact of climate change on the flow of the teaching unit during the teaching of some basic skills in the physical education lesson. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, 19(2), 160–176. DOI: <https://doi.org/10.31185/wjoss.464>
- Resan, K. M. (1989). *Encyclopedia of Measurements and Tests in Physical Education and Sports*. Higher Education Press.
- Sabet, S. H., & Ali, M. M. (2012). Effect of exercise on the level of learning some skills of basketball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32.
- Wajih Mahjoub. (2001). *Principles of Scientific Research and Its Methods*, (Dar Al-Manhaj for Publishing and Distribution, Ed.).

### ملحق (1)

نموذج استمارة استبيان التي وزعت على الخبراء والمختصين في مجال الاختبارات والقياس:  
رأي الخبراء والمتخصصين حول تحديد الأنسب من القدرات الحركية التي تخدم متطلبات البحث الموسوم بـ (بعض القدرات البدنية والحركية وعلاقتها بدقة التصويب من الرمية الحرة بكرة السلة للاعبين الشباب في ميسان) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال لذا يرجى التفضل باختيار الاختبار الأنسب من خلال وضع علامة ( ) أمام الاختبار الأنسب للقدرات البدنية والحركية وبما يتلائم مع اجراءات البحث.

مع فائق الاحترام والتقدير

الاسم:

اللقب العلمي:

الاختصاص:

مكان العمل:

التاريخ:

تاريخ الحصول على اللقب العلمي

التوقيع:

ت	القدرات البدنية والحركية	تصلح	لا تصلح
1	الرشاقة		
2	التوازن		
3	المرونة		
4	القوة الانفجارية للذراعين		
5	القوة الانفجارية للرجلين		
6	التوافق		
7	القوة المميزة بالسرعة للذراعين		
8	سرعة الاستجابة الحركية		

ملحق (2)

يبين قيم (كا<sup>2</sup>) المحسوبة لاتفاق السادة الخبراء حول القدرات البدنية والحركية

ت	الابعاد	المتفقون	غير المتفقين	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	مستوى الدلالة	الترشيح	
						نعم	كلا
1	الرشاقة	19	2	13.76	0.000	√	
2	التوافق	14	7	2.332	0.127		√
3	المرونة	20	1	17.19	00.00	√	
4	القوة المميزة بالسرعة للذراعين	21	0	0.000	0.21	√	
5	القوة الانفجارية للرجلين	12	9	0.354	0.513	√	
6	التوازن	18	3	10.714	0.000	√	
7	القوة الانفجارية للذراعين	13	8	1.19	0.27	√	
8	سرعة الاستجابة الحركية	10	11	17.19	0.046	√	

معنوي عند مستوى دلالة  $0.005 \geq$



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Kinetic Perception And Intelligence And Their Relationship To Front And Back Roll Performance In Gymnastics

Fatima Hassan Hassoun <sup>1</sup>  

Department of Student Activities / University of Basra

### Article information

#### Article history:

Received 3/1/2024

Accepted 11/2/2024

Available online 15, July, 2024

#### Keywords:

motor perception, intelligence,  
forward rolling, backward rolling

### Abstract

The research aims to identify the degree of kinetic perception, intelligence, forward and backward rolling, and the relationship between motor perception, intelligence, and forward and backward rolling of the sprouts. The descriptive approach was used in the style of studying the relationship, and the research sample reached (20) sprouts from the Basra Educational Training Center. The conclusions of the research were that the buds in the training center had a significant degree of motor awareness and intelligence. The buds have an appropriate degree of skill performance in front and back rolling. There is a significant correlation between kinetic perception, intelligence, and forward and backward rolling.



website

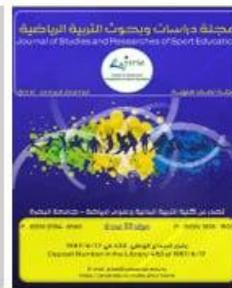
DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.492> ©Authors, 2024. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.

This is an open-access article under the CC By 4.0 license ([creative commons licenses by 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



### الإدراك الحركي والذكاء وعلاقتها بأداء الدرجة الامامية والخلفية بالجمناستك

فاطمة حسن حسون<sup>1</sup>  

جامعة البصرة / قسم النشاطات الطلابية

#### الملخص

يهدف البحث الى التعرف على درجة الادراك الحركي والذكاء والدرجة الامامية والخلفية والعلاقة بين الادراك الحركي والذكاء والدرجة الامامية والخلفية للبراعم، تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب دراسة العلاقة وبلغت عينة البحث (20) برعم من المركز التدريبي لتربية البصرة، وكانت استنتاجات البحث يتمتع البراعم في المركز التدريبي بدرجة معنوية من الادراك الحركي والذكاء. ويمتلك البراعم درجة مناسبة من الأداء المهاري للدرجة الامامية والخلفية ووجود علاقة ارتباط معنوية بين الادراك الحركي والذكاء والدرجة الامامية والخلفية.

#### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/1/3

القبول: 2024/2/11

التوفر على الانترنت: 15 يونيو، 2024

#### الكلمات المفتاحية:

الادراك الحركي، الذكاء، الدرجة الامامية،  
الدرجة الخلفية

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة

من منطلق العناية بالطفل في ميادين مختلفة عديدة ومنها ميدان الرياضة يتطلب من المتخصصين في جميع المجالات إن يبذلوا جهودهم متعاونين للنهوض بالطفولة التي هي الأساس التي يبنى عليها المجتمع السليم، لهذا لا بد من الاهتمام بهذه المرحلة إيماناً إن مستقبل الأمة في حاضر أطفالها.

و نظراً لأهمية العلاقة بين الإدراك الحركي و الذكاء في مختلف الجوانب البدنية والعقلية والمهارية حيث لهما أهمية كبيرة في مجال التعليم في المدرسة و تعليم وأداء مختلف المهارات الرياضية ومنها مهارات الجمناستيك ، لذا يجب أن يتمتع البرعم بدرجة مناسبة من الإدراك الحركي و الذكاء حتى تكون لديه القدرة على التعلم والتكيف مع ما تعلمه من أجل التعرف على مهارات حل المشاكل مما يمكن الطفل من حل المشكلات التي تقف في طريقه لان الذكاء والتعلم مفاهيم ترتبط بالإدراك حيث يعتبر الدماغ وعاء عضوي للمعرفة ولا يمكن تصور تعلم بدون حاضن مادي وهو الدماغ والتعلم يحدث في الدماغ حسب ماهية درجة الذكاء المتوفرة لدى الطفل ، ومن خلال هذه المعطيات جاءت أهمية هذه الدراسة كونها تسعى لإظهار أهمية الذكاء وعلاقته بالإدراك الحركي للبراعم (Qahtan Tohme, 2023)

حيث يذكر (Raysan & Louay, 2002) "إن القدرات الحركية من أهم القدرات العقلية التي يقوم عليها النشاط الحركي للإنسان بوجه عام والنشاط الرياضي بوجه خاص نظراً للعلاقة الوثيقة بين الحركة والإدراك حيث تشير معظم نظريات علم التعلم إلى الاندماج بين القدرات الإدراكية والقدرات الحركية"

كذلك يشير (Jumaa, 2003) "بالرغم من إن الإدراك يبدأ بإثارة حواسنا إلا إنه في الواقع عملية داخلية أو نشاط نفسي يقوم به الفرد من خلال تفاعله مع البيئة والتي تحدث عن طريق النشاط العصبي الذي يقوم به الجهاز العصبي بالاشتراك مع أجهزة الجسم"

وهناك بعض الدراسات تخص مجال الإدراك الحركي والذكاء منها دراسة (Salwa, 1981) درست العلاقة بين الذكاء والإدراك الحركي لأطفال الصف الثاني ودراسة (Jamal, 1990) درست القدرات الإدراكية الحركية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي دراسة مقارنة بين الريف والحضر

ويمكن إبراز أهمية البحث بالآتي: -

- الوقوف بأسلوب علمي على مستوى الإدراك الحركي والذكاء للبراعم.
- الاستفادة من معرفة الذكاء وعلاقته بالإدراك الحركي في وضع المفردات المناسبة للمهارات الرياضية في الجمناستيك.

### 1-2 مشكلة البحث: -

إن الإدراك الحركي هو قدرات تعليمية يمكن أن يتعلمها البرعم لأنها تعتمد على الحركة كوسيلة كي يصل التعلم للبرعم بشكل مناسب ولذلك يجب أن يكون هناك تفاعلاً بين القدرات الحركية والقدرات الإدراكية بحيث يمكن أن تنمو كلاً القدرتين جنباً إلى جنب.

أما موضوع الذكاء فهو يشترك في كل عملية تعليمية لدوره البارز في وصول البرعم للأداء الجيد لارتباطه بأساليب السلوك ومظاهر النشاط العقلي كالتعليم والتفكير وبواعث السلوك ودوافعه المختلفة.

، وكذلك لاحظت الباحثة قلة الدراسات في مجال بحوث الادراك الحركي والذكاء ورياضة الجمناستك رغم ارتباطهما لهذا ارتأت دراسة هذه المشكلة لتضيف علاقة مهمة بين الادراك الحركي والذكاء وبين أداء الدرجة الامامية والخلفية عسى ان تزيد اهتمام المدربين بهما لما لهم من دور إيجابي في تطوير الأداء.

### 1-3 أهداف البحث: -

- 1- درجة الادراك الحركي و الذكاء و الدرجة الامامية و الخلفية للبراعم بعمر (10) سنوات .
- 2- العلاقة بين الادراك الحركي والذكاء والدرجة الامامية الخلفية للبراعم بعمر (10) سنوات.

### 1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: براعم مركز تدريب مديرية تربية البصرة

1-4-2 المجال المكاني: قاعة المركز التدريبي لمديرية تربية البصرة

1-4-3 المجال الزمني: من 2023/10/1 الى 2023/12/25

### 1-5 تعريف المصطلحات:

- الذكاء: - "هو القدرة على التعلم واستخدام الفرد ما تعلمه في التكيف لمواقف جديدة أي حل مشكلات جديدة .
- الادراك الحركي: - "هو قدرات تعليمية تعتمد على الحركية كوسيلة لأن يأخذ التعلم مكانه " . (Ismail, 2002)

### 2- منهجية البحث وإجراءاته البحث: -

#### 1-2 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب دراسة العلاقة وذلك لملاءمته لطبيعة البحث وأهدافه.

#### 2-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من المركز التدريبي للجمناستك التابع لمديرية تربية البصرة، حيث بلغ إجمالي عينة البحث (20) براعم بعمر (10) سنوات إضافة الى (3) براعم للدراسة الاستطلاعية.

### 2-3 الأدوات المستخدمة في البحث: -

1- قلم رصاص - ورقة بيضاء - ممحاة

### 2-4 الاختبارات المستخدمة في البحث: -

بعد إطلاع الباحثة على العديد من المراجع والدراسات المشابهة (8) (9) (12) حيث تم حصر مجموعة من الاختبارات الخاصة لاختبارات الذكاء والادراك الحركي وهي: -

#### أ- اختبارات الذكاء وهي :

- اختبار رسم الرجل .

- اختبار المتاهات

- اختبار إكمال الصور (Jaber, 1975)

#### ب- اختبارات الادراك الحركي و هي :

- اختبار التعرف على أجزاء الجسم

- اختبار تقليد الحركة

- اختبار التوازن .

- اختبار التمييز بين أجزاء الجسم الأيمن والأيسر. (Amin Al-Khouly & Osama Rateb, 1998)  
وقامت الباحثة بعرض هذه الاستمارة على مجموعة من الخبراء وعددهم ( 8 ) ملحق (1) من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية و علوم الرياضة جامعة البصرة . ملحق ( 2 ) وبعدها قامت الباحثة بتحديد الاختبارات المناسبة عن طريق النسب المئوية لأراء الخبراء وكما يتضح من خلال الجدول ( 1 )

### جدول ( 1 )

يبين النسب المئوية للخبراء على الاختبارات المرشحة لاختبارات الإدراك الحركي و الذكاء

ت	الاختبار	مناسب	النسبة المئوية	غير مناسب	النسبة المئوية
أ	اختبارات الذكاء				
1	رسم الرجل	7	%87,5	1	% 12.5
2	اختبار المتاهات	3	%37.5	5	% 62.5
3	أكمال الصور	4	% 50	4	% 50
ب	اختبارات الإدراك الحركي				
1	التعرف على أجزاء الجسم	6	% 75	2	% 25
2	تقليد الحركة	5	% 62.5	3	%37.5
3	التوازن	3	37.5	5	62.5
4	التمييز بين أجزاء الجسم الأيمن والأيسر	2	% 25	6	% 75

اعتمدت الباحثة نسبة (75%) للقبول بالاختبار المناسب تم اختيار اختبار رسم الرجل بالنسبة للاختبارات الخاصة بالذكاء واختبار التعرف على أجزاء الجسم بالنسبة للاختبارات الخاصة باختبارات الادراك الحركي.

### 2-5 اختبار الادراك الحركي :

- التعرف على أجزاء الجسم :

يلمس الطفل أجزاء مختلفة من جسمه تبعاً لأوامر الممتحن اللفظية مثل : المس الكتيفين ، الحوض ، الرأس ، رسغي القدمين ، الأذنين ، الرجلين ، العينين ، الكوعين ، الفم ، عظمتي الحوض . ملحق (3) .

ويقيم هذا الاختبار على أساس مراعاة سلوك الطفل واستجابات اتجاه العضو المسمى سواء في سرعة الاستجابة أو في عدم التردد ، كما يقيم قدرة الطفل على إدراك العلاقات الثنائية للأعضاء الزوجية .

الدرجة : تعطى درجة لجميع البنود مجتمعة طبقاً للمستويات الآتية :-

- أداء الطفل لجميع البنود بطريقة مناسبة . (الدرجة 4)

- أدى بقليل من التردد أو الاضطراب . (الدرجة 3)

- يظهر بعض التردد في استجابة أو أكثر ، أو إذا لم يلمس غير عضو واحد من الأعضاء الزوجية . (الدرجة 2)

- إذا كان غير قادر على تحديد واحد أو أكثر من الأعضاء أو إذا مس جسمه حتى يجد الأعضاء . (الدرجة 1)

## 2-6 اختبار الذكاء :-

### - رسم الرجل :

يصنف اختبار رسم الرجل بأنه اختبار غير لفظي ، حيث يقيس القدرة العقلية دون الحاجة إلى استخدام اللغة ، ومن مزايا هذا الاختبار يتصف بسهولته وقلة نفقاته ، وهو بسيط في إعطائه ، سهولة أدائه فإنه يعطي للطفل مطلق الحرية في الطريقة التي يريد إتباعها في رسم الرجل ، ويمكن تطبيقه كاختبار فردي وجماعي كما إنه لا يحتاج إلى وقت كبير في أدائه وكذلك في تصحيحه واستخراج درجاته ، ويستغرق أدائه من المفحوص (10) دقائق ، ولا يتطلب من الطفل أكثر من رسم صورة للرجل كما يتذكرها أو يتخيلها ولا يحتاج لذلك أكثر من المواد الآتية :-

- قلم الرصاص .
- ورقة بيضاء سميكة (A4) .
- سطح منبسط أملس لئلا تحدث في الرسم ثقوب .
- ممحاة يستعملها الطفل عند الحاجة .

بعد الانتهاء من تطبيق الاختبار على عينة البحث قامت الباحثة بتصحيح هذا الاختبار وفق مفاتيح الإجابة المعدة لكل جزء من أجزاء الاختبار بحيث تعطى درجة لكل جزء من الأجزاء وفق معالجات خاصة ثم تجمع درجات الأجزاء لكل اختبار لتعطى الدرجة الخام للاختبار ، وقد تم تجميع درجات الاختبار في كشوف خاصة بكل عينة من العينات موضح فيها الدرجات الخام للاختبار لكل فرد من أفراد العينة ملحق(4) .

## 2-7 صدق الاختبارات :-

يعتبر الصدق من أهم المعاملات لأي مقياس أو اختبار، وهو خاصية أساسية يجب توفرها في الاختبار (Laila, 2003) وقد استخدمت الباحثة صدق المحكمين لاختبار الذكاء والادراك الحركي، حيث تم عرضه على الخبراء وعددهم (15) ملحق (5) للتأكد من مناسبة الاختبار للعينة وحصلت الباحثة على الصدق من خلال أجابات الخبراء .

## 2-8 اختبار الدرجة الامامية والخلفية:

عملت الباحثة على اجراء الاختبار عن طريق الأداء المهاري للدرجة الامامية و الخلفية للبراعم من خلال (3) محكمين بأعطائهم استمارة تحكيم تتوزع الدرجات على الجزء التحضيري (3) درجات و (5) درجات للجزء الرئيسي و (2) درجة للجزء الختامي و بذلك يكون مجموع الدرجات (10) درجات ثم تقوم الباحثة باستخراج الوسط الحسابي للدرجات الثلاثة للمحكمين و هي تكون الدرجة النهائية لعينة البحث.

## 2-9- الدراسة الاستطلاعية :-

أجريت الدراسة الاستطلاعية على العينة العشوائية البالغ عددهم ( 3 ) براعم من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية ، وقد أجريت في 1 / 11 / 2023 ، وقد كان

## 2-10 الدراسة الرئيسية:

قامت الباحثة بأجراء الاختبارات المختارة على عينة البراعم في يوم الأحد 1 - 12 - 2023 ، ولغاية 6 - 11 - 2023 ، مع مراعاة جميع الظروف والإمكانيات لتوفير الأجواء المناسبة لتطبيق الاختبارات .

## 2-11 الوسائل الإحصائية :-

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الوسيط - الالتواء - معامل الارتباط البسيط

1-3 عرض النتائج:

من خلال القياسات والاختبارات والتحليل الإحصائي الذي طبق على العينة توصلت الدراسة الى مجموعة من النتائج

التالية :-

جدول(2)

يبين الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و الالتواء للادراك الحركي

المتغير	الوحدة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الادراك الحركي	الدرجة	3.12	0.28	2.99	1.39

جدول(3)

يبين الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و الالتواء للذكاء

المتغير	الوحدة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الذكاء	الدرجة	37.24	8.47	30.47	2.39

جدول(4)

يبين الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و الالتواء للدرجة الامامية

المتغير	الوحدة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الدرجة الامامية	الدرجة	6.24	2.02	5	1.84
الدرجة الخلفية	الدرجة	6.89	2.58	5	2.19

جدول (5)

يبين متوسط الفروق بين الوسط الحسابي و الوسيط الفرضي لعينة البحث

ت	المهارات	الوحدة	القياسات		الوسط الفرضي	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الاحصائية
			الانحراف	الوسط			
1	الادراك الحركي	الدرجة	0.28	3.12	2.00	3.25	معنوي
2	الذكاء	الدرجة	8.47	37.24	25.5	7.58	معنوي
3	الدرجة الامامية	الدرجة	2.02	6.24	5.00	1.24	غير معنوي
4	الدرجة الخلفية	الدرجة	2.58	6.89	5.00	1.57	غير معنوي

قيمة (ت) الجدولية = 2.15

## جدول (6)

مصفوفة الارتباط بين الادراك الحركي و الذكاء و الدرجة الامامية و الخلفية للبراعم

المتغيرات	الدرجة الامامية	الدرجة الخلفية
الادراك الحركي	0.87	0.88
الذكاء	0.65	0.68

(ر) الجدولية = 0.54

## 3-2 مناقشة النتائج :-

أتضح من خلال الجداول (2، 3، 4) ان عينة البحث تتمتع بدرجات مناسبة في الادراك الحركي و الذكاء و الدرجة الامامية و الخلفية حيث أن أوساطهم الحسابية و قيمة الالتواء تبين انهم ضمن التوزيع الطبيعي للعينة بزيادة أو نقصان (+-3ع) وان قيمة الالتواء كانت أقل من (+-3)

و يتضح من خلال الجدول (5) تمتع العينة بدرجة معنوية من الادراك الحركي و الذكاء حيث هناك فروق معنوية بين الأوساط الحسابية و الأوساط الفرضية مما يدل على تمتعهم بدرجات جيدة من الادراك الحركي و الذكاء .

كذلك يتضح من خلال الجدول (5) ان الفروق عشوائية بين الوسط الحسابي و الوسط الفرضي في الدرجة الامامية و الخلفية للبراعم لان القيمة الجدولية أكبر من القيمة المحسوبة مما يدل الى حاجة العينة الى التدريب أكثر و بجدية لزيادة قدرتهم على الأداء المهاري ، و لكن لو رجعنا الى قيمة الوسط الحسابي لوجدنا انها بلغت (6.24) و (6.84) و هي اكبر من نصف الدرجة الكبرى و البالغة (10) درجات مما يدل على قدرتهم المهارية في أداء الدرجة الامامية و الخلفية و لكن مثلما ذكرنا سابقا انهم يحتاجون الى زيادة التدريب و المران على هذه الحركة (Mashkooor & Othman, 2023)

ويتضح من خلال الجدول (6) أن هناك معامل ارتباط معنوي بين الادراك الحركي والذكاء و بين الأداء المهاري لحركة الدرجة الامامية و الخلفية مما يبرهن على ان للإدراك الحركي و الذكاء دور في قدرة البرعم على أداء الدرجة الامامية و الخلفية حيث كلما زادت قدرة البرعم في الادراك الحركي و يمتلك قدرة الذكاء كلما اثر إيجابيا على قدرته على أداء الدرجة الامامية و الخلفية (Aldewan & Muhammad, 2014)

إن الإدراك الحركي هو عبارة عن وسائل تعلم الطفل كيفية استخدامه لميكانيكية الجسم كمرشد ومسيطر لحركات وأوضاع الجسم بحيث تجعله قادرا على استنباط المعنى من القدرات والخبرات الجانبية

حيث عن طريق حركة الطفل تنمو قدراته الادراكية وهذه بدورها تعود فتؤثر على قدرات الطفل الحركية وادائه للمهارات الحركية الأساسية فتزيد دقة وتعقيدا و يبلغ التفاعل بين الحركة والإدراك حد التكامل والاندماج فيما يعرف بالإدراك الحركي والقدرات الادراكية -الحركية وعلى هذا الأساس فان أهم ما تحرص عليه برامج التربية الحركية هو تنمية وتطوير الحركات الأساسية لطفل خاصة في السنوات الأولى من التعليم الأساسي (Al-Diwan et al., 2013)(Othman et al., 2023)

وتؤكد الباحثة ان الادراك الحركي يمكن تنميته وتطويره من خلال التدريب المتواصل وبذل الجهد، وانه يمكن تطوير الاداء من خلال الاستخدام الجيد للمدركات فيكون تأثيرها على اداء المهارات الرياضية بالجمناستك ايجابيا لكي يحقق اللاعب المستوى العالي من المستوى والاداء المهاري ويتم من خلال التدريب المستمر.

وتشير الباحثة أن تمارينات الإدراك الحركي لها علاقة كبيرة بعملية الإدراك كعملية مهمة من العمليات العقلية والتي تتم في جزء معين من لحاء المخ ومن المعروف أن إدارة العمليات الحركية تتم في مراكز معينة من المخ.

#### 4-1 الاستنتاجات:

- 1- يتمتع البراعم في المركز التدريبي بدرجة معنوية من الادراك الحركي والذكاء.
- 2- يمتلك البراعم درجة مناسبة من الأداء المهاري للدرجة الامامية والخلفية.
- 3- وجود علاقة ارتباط معنوية بين الادراك الحركي والذكاء والدرجة الامامية والخلفية.

#### 4-2 التوصيات:

- 1- رغم ان البراعم يتمتعون بدرجة معنوية من الادراك الحركي والذكاء فأنهم يحتاجون الى التدريب عليها لأنهم في حالة نمو فيحتاجون الى زيادة التركيز عليهم.
- 2- زيادة ساعات التدريب والمران على الأداء المهاري للدرجة الامامية والخلفية.
- 3- اجراء دراسات مشابهه على صفات وعوامل ومهارات أخرى للبراعم.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في براعم مركز تدريب مديرية تربية البصرة

#### تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

## References

- Aldewan, L. H., & Muhammad, F. H. (2014). The effect of competition in a manner curriculum to teach comparative some ground movements Fluency and intellectual development of children Riyadh. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 40, 74–89.  
<https://www.iasj.net/iasj/article/103715>
- Al-Diwan, L. H. M., Othman, I. Ahmed., Zitouni, A. Qader. , & Abdul Rasoul Taiba Hussein. (2013). Games teach small effect by methods of brainstorming and interactive and Prince for the development of some of the creative capacity of motor. *Misan Journal for Physical Education Sciences*, 7(7), 42–63.
- Amin Al-Khouly, & Osama Rateb. (1998). *Motor Education for the Child: Vol. 3rd edition* (pp. 38–78). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Othman, I. A., Mohamed, L. H., & Shabib, S. S. (2023). The effect of Top Play and Top Sport cards using recreational games in developing children’s creative abilities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2), 33–51.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.466>
- Ismail, A. F. A. K. (2002). *Intelligence and its development among our children* (p. 247). Arab House Library.
- Jaber, A. H. J. (1975). *Intelligence and its Measures* (pp. 118–123). Dar Al-Nahda Al-Arabiya.
- Jamal, A.–D. A. A.–A. (1990). Perceptual–motor abilities of basic education students, a comparative study between rural and urban areas. *Journal of Physical Education Research, Helwan University*, 8(5), 8.
- Jumaa, M. R. (2003). Intelligence and its relationship to motor perception among students in the fifth year of basic education. *Journal of Physical Education and Mass Sports*, 1, 153.
- Laila, Mr. F. (2003). *Measurement and testing in physical education: Vol. 1st edition* (p. 111). Al-Kitab Publishing Center.
- Mashkooor, N. H., & Othman, I. A. (2023). Perceived Self–Efficacy and Its Relationship to Dexterous Thinking Among Third–Stage Female Students in the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra. *Journal of Studies and Researches of Sport Education* , 33(1), 69–83. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>

Qahtan Tohme, H. (2023). The effect of using exercises with aids in learning the skill of the forward roll in artistic gymnastics for children aged 4–6 years. *Wasit Journal of Rhea Sciences*, 14(2), 171–184. <https://doi.org/10.31185/wjoss.170>

Raysan, K. M., & Louay, A. (2002). *Physical Education and Movement for Preschool Children: Vol. 1st Edition* (p. 71). International Scientific House for Publishing and Distribution.

Salwa, M. R. (1981). The relationship between intelligence and motor awareness of children in the second grade of primary school from 6 to 12 years old. *The Second Scientific Conference for Studies and Research in Physical Education, Helwan University*, 12.

ملحق (1)

أسماء الخبراء الذين عرضت عليهم الاختبارات

ت	الاسم	الجهة
1	أ.د عبد الستار جبار	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
2	أ.د عبد الكاظم جليل	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
3	أ.د محمد عبد الوهاب	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
4	أ.د رياض نوري	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
5	أ.د منتظر مجيد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
6	أ.د علي فرحان	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
7	أ.د ليث محمود	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
8	أ.د غازي لفته	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة

ملحق (2)

الاختبارات التي عرضت على الخبراء

الاخ / الدكتور الفاضل.....

بعد التحية ،،،

نظرا للمكانة العلمية التي تتمتعون بها ولما لكم من خبرة في مجال التربية البدنية و علوم الرياضة نعرض لسيادتكم الاستمارة الخاصة بتحديد الاختبارات لقياس الادراك الحركي و الذكاء للبراعم بعمر (10) سنوات حيث تقوم الباحثة بدراسة بعنوان :  
" الادراك الحركي و الذكاء و علاقتهما بأداء الدرجة الامامية و الخلفية بالجناستك "  
ولغرض الوصول الى الهدف أعلاه قامت الباحثة بعد الاطلاع على المصادر المتخصصة لذلك نأمل منكم بيان رأيكم في الاختبارات الموضحة وذلك من حيث مناسبتها أو أي إضافات أخرى تجدونها مناسبة وضرورية خدمة لمتطلبات البحث

ولكم وافر الشكر والتقدير

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

### اختبارات الذكاء والادراك الحركي

التعديل المقترح	غير مناسب	مناسب	اختبارات الذكاء
			اختبار رسم الرجل (لجواندنف)
			اختبار المتاهات (بورثيوس)
			اختبار إكمال الصور (لهيلي)
			اختبارات الادراك الحركي
			اختبار (التعرف على أجزاء الجسم)
			اختبار (تقليد الحركة)
			اختبار (التوازن)
			اختبار (التمييز بين أجزاء الجسم الايمن والايسر)

### ملحق (3)

#### اختبار الادراك الحركي

- 1- اختبار تعيين أجزاء الجسم :
    - الغرض من الاختبار : قياس الوعي بالجسم .
    - الأداء : يقف الطفل ويطلب منه لمس أجزاء من الجسم تبعاً لأوامر الممتحن اللفظية ويتم لمس الأجزاء الآتية كالآتي :-
  - 1- لمس الكتفين .
  - 2- لمس عظمي الحوض
  - 3- لمس الرأس
  - 4- لمس رسغي القدمين
  - 5- لمس الأذنين
  - 6- لمس الركبتين
  - 7- لمس العينين
  - 8- لمس الكوع الأيمن
  - 9- لمس الكوع الأيسر
  - 10- لمس الفم
- الدرجة : تعطى الدرجة لجميع البنود مجتمعة طبقاً للمستويات الآتية :-
- أداء الطفل لجميع البنود بطريقة مناسبة (الدرجة 4)
  - أدى بقليل من التردد أو الاضطراب (الدرجة 3)
  - يظهر بعض التردد في استجابة أو أكثر، أو إذا كان لم يلمس غير عضو واحد من الأعضاء الزوجية (الدرجة 2)
  - إذا كان غير قادر على تحديد واحد أو أكثر من الأعضاء أو إذا لمس جسمه حتى يجد الأعضاء (الدرجة 1)

ملحق (4)

اختبار الذكاء / اختبار رسم الرجل

يتميز هذا الاختبار ببساطة إجرائه ، اذ لا يتطلب اكثر من ورقة بيضاء وقلم ، ويطلب من المفحوص رسم رجل على الورقة دون اعطاء أية إرشادات وأفضل سن يطبق فيها الاختبار هي التي تتراوح بين 3 ، 10 سنوات ، ويصحح الاختبار ليس على اساس القدرة الفنية او جمال الرسم ، بل على اساس توافر نقاط او جوانب معينة في الرسم تحتوي على تفصيل جسمي أو خاص بالملابس او على اساس اتساق النسب بين اجزاء الجسم وغيرها ومنها :

ت	المفردة	ت	المفردة
1	الرأس	27	إظهار راحة اليد
2	الساقان	28	مفصل الذراع
3	الذراعان	29	مفصل الساق
4	الجدع	30	تناسب الرأس
5	طول الجذع اكبر من عرضه	31	تناسب الذراعين
6	ظهور الاكتاف بوضوح تام	32	تناسب الساقين
7	اتصال الذراعين والساقين	33	تناسب القدمين
8	اتصال الذراعين والساقين في المكان الصحيح	34	الذراعين والساقين من بعدين
9	الرقبة	35	إظهار الكعب
10	تمشي خطوط الرقبة مع الرأس أو الجذع أو كليهما	36	التناسق الحركي لخطوط الرسم (عام)
11	العينان	37	التناسق الحركي لخطوط الرسم (دقيق)
12	الأنف	38	التناسق الحركي لخطوط الرأس
13	الفم	39	التناسق الحركي لخطوط الجذع
14	الفم والأنف من بعدين	40	التناسق الحركي لخطوط الذراعين والساقين
15	إظهار فتحتي الانف	41	التناسق الحركي لخطوط ملامح الوجه
16	الشعر	42	وجود الاذنين
17	الشعر في الاماكن الصحيحة	43	اظهار الاذنين في مكانهما الصحيح وبطريقة متناسبة
18	الملابس (عام)	44	اظهار تفاصيل العين (الحاجب والرمش)
19	وجود قطعتين من الملابس	45	اظهار تفاصيل العين (انسان العين)
20	خلو الملابس من الشفافية	46	اظهار تفاصيل العين (تناسب العين)
21	وجود 4 قطع من الملابس	47	اظهار تفاصيل العين (اتجاه النظر)

22	وجود ملابس كاملة	48	اظهار الذقن والجبهة
23	الاصابع	49	اظهار بروز الذقن
24	صحة عدد الأصابع	50	الرسم الجانبي (1)
25	صحة تفاصيل الأصابع	51	الرسم الجانبي (2)
26	صحة رسم الابهام		

### ملحق (5)

#### أسماء الخبراء لغرض صدق المحكمين

ت	الخبراء	الجهة
1	أ.د عبد الستار جبار	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
2	أ.د عبد الكاظم جليل	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
3	أ.د محمد عبد الوهاب	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
4	أ.د رياض نوري	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
5	أ.د منتظر مجيد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
6	أ.د محمد عوفي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
7	أ.د موفق صنيخ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
8	أ.د علي فرحان	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
9	أ.د ليث محمود	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
10	أ.د محمد رحيم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
11	أ.د ناجي مطشر	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
12	أ.د حيدر عوده	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
13	أ.د سعيد حسين	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
14	أ.د غازي لفته	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة
15	أ.د علي جبار	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/البصرة