



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

مجلة علمية محكمة تصدرها عمادة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة البصرة

2025 م - 1446 هـ

مجلد (35) عدد (1)



jsrse@uobasrah.edu.iq



<http://jsrse.edu.iq>



e-ISSN: 2789-6560



P-ISSN: 1818-1503



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 الإلكتروني: 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 الإلكتروني: 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 الإلكتروني: 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



أ.م.د. سناء علي أحمد الراشد

محرر

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد

العراق – بغداد

البريد الالكتروني: 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



أ.د. هاشم عدنان حلمي الكيلاني

محرر

الجامعة الأردنية / المملكة الاردنية الهاشمية

المملكة الاردنية الهاشمية

البريد الالكتروني: 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



أ.د. علي بن سلام بن علي اليعربي

محرر

رئيس قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

سلطنة عمان

البريد الالكتروني: alyarubi@squ.edu.om



أ.د. محمد عاصم محمد غازي

محرر

كلية التربية الرياضية/ جامعة الإسكندرية

جمهورية مصر العربية

البريد الالكتروني: 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



أ.د. قصي محمد رخيص علي

محرر

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة

العراق - البصرة

البريد الالكتروني: qusa_alaaamry@yahoo.com



أ.د. حيدر ابراهيم علي

محرر

جامعة البصرة

العراق - البصرة

البريد الالكتروني: haider.ali@uobasrah.edu.iq



المنقّح اللغوي

أ.د. رباب حسين منير

منقّحاً للغة العربية

كلية العلوم / جامعة البصرة

العراق - البصرة

البريد الالكتروني: rabab.muneer@uobasrah.edu.iq



م.م. أسامة رياض لازم

منقّحاً للغة الإنكليزية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة

العراق - البصرة

البريد الالكتروني: 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



أ.د. عمرو صابر حمزة

كلية التربية الرياضية/ جامعة الاسكندرية

جمهورية مصر العربية

البريد الالكتروني: amr297@aswu.edu.eg



أ.د بسمان عبد الوهاب عبد الجبار

معهد علوم الرياضة والصحة/ جامعة إدنبرة

بريطانيا

البريد الالكتروني: fitnesssport61@gmail.com



أ.د ضرغام عبد السالم نعمه

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة البصرة

العراق - البصرة

البريد الالكتروني: dhurghamaljadaan@gmail.com



فريق العمل

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

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 للآخرين 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 وأجراء الاستلال الإلكتروني، ويتم اعلام الباحث بأي مشكلة خلال الأسبوع الاول من استلام البحث.
- يتم إحالة البحث للتحكيم العلمي من قبل هيئة التحرير لمحكمين اثنين 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 او قبوله بعد اجراء التعديلات او 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 إلكترونياً اعتماداً على نظام المجلات 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 اطروحته 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 فعلاً 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، وأخيراً الاستنتاجات الرئيسة 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 مسبقاً 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 جداً.
- ذكر المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأعمار وأوزان وأطوال عينة البحث. مثال: (متوسط الطول) متر (± 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 واية 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، كيلوغرام، الثانية ... الخ)
- توضيح جميع المواد المستعملة في الدراسة بحيث يمكن للقارئ استعمالها في بحوث مشابهة أخرى.
- وصف اهداف واجراءات 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 انه 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 أرقاما 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 مؤثر 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 (الجدول 1) (الشكل 1).

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 التغيرات 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 اتفاقها 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 مستقلاً 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 تماماً 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) وبهوامش (أعلى 0.5، أسفل 0.3، اليسار 0.5، اليمين 1). وبمسافة منفردة بين الأسطر و (1) بين الفقرات.
- أن يثبت اسم الباحثين الكامل والصحيح باللغتين العربية والإنكليزية أسفل عنوان البحث، في حين تثبت معلوماتهم (الشهادة، والقابهم العلمية ومكان عملهم ووسيلة الاتصال بهم البريد الإلكتروني ورقم الهاتف مع المفتاح الدولي).
- ترقيم 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 أعلى الجدول في حين يكتب رقم وعنوان الصورة او الشكل في الأسفل وبشكل ومختصر ووافي.
- إذا تقدم الباحث ببحث يود نشره باللغة الإنكليزية عليه ان يرسله مترجماً وتقوم 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 الإنكليزية مثل (google translate) وغيرها.
- استعمال المصطلحات العلمية المعروفة والمتداولة، وعلى الباحثين المقدمين 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 تمامًا مع قائمة المصادر.
- لا يقبل الاستشهاد من المواقع الإلكترونية 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 النيوان

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.

مع الإصدار الجديد من مجلة "دراسات وبحوث التربية الرياضية" المجلد (35) العدد (1) ، أجد نفسي أمام فرصة للتعبير عن اعتزازي وفخري بالمسيرة العلمية العريقة لهذه المجلة التي انطلقت بتاريخ 17 / 6 / 1986، اذ يبلغ عمرها 39 سنة ، كانت وما زالت منبراً علمياً مميّزاً في مجال التربية الرياضية لقد استطاعت المجلة، منذ صدور العدد الأول المكون من 11 بحثاً، أن تثبت مكانتها كإحدى المجلات الرائدة في نشر الأبحاث العلمية ذات الجودة العالية، مساهمة بذلك في تعزيز المعرفة الرياضية، وتطوير الحقل الأكاديمي، وخدمة المجتمع وفي هذه المرحلة، نتطلع إلى مواكبة المستجدات العلمية في مجال التربية الرياضية محلياً ودولياً، من خلال نشر بحوث أصيلة تعكس الفكر الإبداعي والنهج الأكاديمي الرصين.

كما نؤكد التزامنا بمعايير النشر العلمي، وسعينا المتواصل لتطوير المجلة ورفع تصنيفها العالمي، بما يعزز من حضورها وتأثيرها على الساحة الأكاديمية، أشكر جميع الباحثين والمختصين الذين قدموا أعمالهم للمجلة، وأشيد بالجهود المبذولة من قبل هيئة التحرير واللجان العلمية في دعم المجلة وضمان استمرارية عطائها. كما أدعو الباحثين كافة إلى المساهمة في تطوير مسيرة البحث العلمي من خلال نشر أبحاثهم ودراساتهم في مجلة "دراسات وبحوث التربية الرياضية".

سائلين الله أن تكون هذه المجلة دائماً منبراً للعلم والمعرفة، ومنصة تليق بطموحات المجتمع الأكاديمي الرياضي.

والله ولي التوفيق.

محتويات العدد

ت	اسم الباحث	عنوان البحث	رقم الصفحة
1	م.م حسن سعد شلك م.م عباس زكي عبد الحسين م.م علي صباح نوري أ.د لمياء حسن محمد	Evaluating the effectiveness of the rehabilitation program for treating the anterior cruciate ligament (ACL) in team sport athletes" (Football - Basketball - Handball)	38-20
2	أ. معتر محمد سعدي أ.د لمياء حسن محمد أ.د محمد حسين النظاري م.د غزوان عبد اللطيف	The role of the sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the point of view of the players of the Palestinian and Yemeni football teams	56-39
3	أ.د ناهده حامد مشكور أ.د انتصار احمد عثمان	The relationship of thinking patterns associated with the two halves of the brain to the skills of handling and suppression in indoor soccer for female students of the College of Physical Education and Sports Sciences	75-57
4	م.د دعاء محب الدين احمد أ.م.د صلاح هادي حماد م.د أمير جابر مشرف م.م محمد مرعي ناصر	تأثير تكنولوجيا التعلم النقال باستخدام رمز Qr Code في تحسين بعض مهارات الحركات الأرضية بالجمناستك الفني	86-76
5	م.د زمان صالح عبد الهادي م.م احمد غازي حمود أ.د عبد الحليم جبر نزال	دراسة تحليله لدور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي من وجهة نظر اللاعبين في الدوري الممتاز العراقي	98-87
6	حوراء يعقوب ديوان أ.د وسام فلاح عطية أ.د أسامة صبيح مصطفى	دراسة كمية الحركة لمرحلة النهوض وعلاقته ببعض المتغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب بالقفز عالياً	108-99
7	هيثم غازي احمد أ.د فرزاد فرزان أ.د وحيد ساتشيان	Comparing some the Tripartite Consequences of Leisure-Recreational Sports among Selected University Students in Iran and Iraq	126-109

ت	اسم الباحث	عنوان البحث	رقم الصفحة
8	محمد غازي احمد أ.د فرزام فرزنان أ.د مرتضى دوستي	The Model of Sports Talent Management in the Field of Track and Fields in the Schools of Iraq	146-127
9	أ.د عبد الباسط مبارك الشرمان د. فالح سلطان أبو عيد د. فانتن حمدي د. عبد الحفيظ مبروك جاور	The level of self-esteem among AainBall players varsity of the Hashemite University	162-147
10	م.م أثير حمادي جاسم أ.د منتظر مجيد علي أ.د صادق عباس علي	تأثير تمارينات المقتربات الخططية في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد	174-163
11	م.د نداء يوسف مهنا	تأثير التمارينات العقلية المقترحة لتعبئة الطاقة النفسية عند اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين	189-175
12	زهراء تحسين محمد أ.د لوي كاظم محمد	منهج تأهيلي للتمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية وأثره على المديات الحركية لمفصل الكتف للاعبين الالعاب الفردية	199-190
13	م.م حسن هادي هاشم أ.د فرزام فرزنان أ.د سعيد تابش	Designing Strategic Programs of Handball Clubs for the Central Euphrates City of Iraq	217-200
14	م.م مصطفى طارق فخري أ.د فرزام فرزنان	Compilation of the model of professional competences among the coaches of racket games in Iraq	238-218
15	علي ناظم ناصر أ.د عبد علي جعفر	تأثير تمارينات مهارية مركبة وفقا للمواقف الخططية في تطوير الاداء الدفاعي بكرة القدم	252-239
16	م.م غيث حسن عبد علي م.م مروة عقيل جاسب	أثر منهج تعليمي وفقاً لاستراتيجيات الذكاءات المتعددة في تعلم مهاراتي التمرير والتهديف بكرة القدم	268-253
17	م.سامي حميد محمد أ.م.د. مةلتوان شيركو محمد	الصمود النفسي وعلاقته بتفوق الرياضي لدى لاعبي التنس	284-269
18	أ.د. عقيل مجيد السعدي م.د بان سيف الدين محمود م.د محمد عاصم غازي م.م أحمد مالك حمود	الألعاب الرياضية بين الإباحة والتجريم دراسة تحليلية للأبعاد القانونية والأخلاقية	300-285
19	م.د احمد جار الله عبد الله	أثر برنامج ارشادي نفسي في خفض مستوى التوتر لناشئي كرة القدم لبعض الاندية بالعراق	318-301

ت	اسم الباحث	عنوان البحث	رقم الصفحة
20	م.د. علياء حسين فرحان	<u>تأثير أسلوب التعلم بنظام المحطات في بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطالبات</u>	333-319
21	د. فادية عبد الحسين كاظم	<u>تأثير استراتيجية حصيرة المكان في التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطالبات</u>	347-334
22	م.م. حيدر حسين صالح	<u>تأثير تمارينات نوعية على أرضية رملية في تطوير القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى الشباب بكرة القدم</u>	358-348
23	اسراء ناظم محمد أ.د. عبد الحليم جبر نزال	<u>دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم</u>	369-359
24	أمل روسي زبون أ.د. انتصار عويد علي	<u>تأثير تمارينات تعليمية باستخدام بعض الادوات المساعدة في تعلم الاداء الفني لفعالية القفز العالي للطالبات</u>	383-370
25	د. زينب علي عبد الامير	<u>تحليل تاريخي لنتائج كرة قدم الشلل الدماغي (CP) في الدورات البارالمبية للمدة من 1984 ولغاية 2016</u>	403-384
26	م.د. عمار طاهر منديل	<u>تأثير التدريب المكثف الفسفوري في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد الشباب</u>	414-404
27	م.د. عباس عبد الجبار محمد	<u>تأثير تمارينات التمثلية العضلية باستخدام بعض المقاومات على المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب</u>	427-415
28	احمد صبري جبر أ.د. ماجد شندي والي	<u>كثافة الكتلة العظمية ومقارنتها بين الفئات العمرية لدى لاعبي كرة القدم</u>	437-428
29	زهراء تحسين محمد أ.د. لؤي كاظم محمد	<u>تأثير منهج تأهيلي باستخدام تمارين وبعض وسائل العلاج الطبيعي في اعادة تأهيل اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية</u>	449-438
30	م. ديار رمضان حسين أ.م.د. ازاد أحمد خالد	<u>تأثير برنامج تدريب وظيفي يعتمد على أنظمة الطاقة اللاهوائية على العديد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم للأشخاص الذين يقدررون الصحة العامة سواء مع الصيام المتقطع أو بدونه</u>	468-450
31	أصالة ياسين خضير أ.د. لؤي كاظم محمد	<u>تأثير منهج تأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم</u>	483-469

ت	اسم الباحث	عنوان البحث	رقم الصفحة
32	اسراء ناظم محمد أ.د عبد الحليم جبر نزال	<u>دراسة تحليلية لدور عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق</u>	494-484
33	م.د حسن محمد باقر	<u>تأثير استخدام استراتيجيات التدريس بالاقتران في تعلم مهارة المناولة الصدرية في كرة السلة للتلاميذ بعمر (10-12) سنة</u>	506-495
34	أصالة ياسين خضير أ.د لؤي كاظم محمد	<u>تأثير منهج تأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية على بعض انواع القوة العضلية للاعبين كرة القدم</u>	518-507
35	د. معتصم كامل مصطفى	<u>مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية</u>	532-519
36	م.د جنان شاكر عامر أ.م.د. بلال خيري محمد	<u>تأثير تدريبات خاصة بتقنية المثير الضوئي (Fit Light) و العصي المشعة (Glow Stick) في بعض المتغيرات الكينماتيكية و سرعة الاستجابة الحركية والدقة لأداء مهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة</u>	548-533
37	أ.د حسن فرحان علوان أ.د حيدر عبد الرزاق كاظم	<u>تأثير التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين</u>	558-549
38	ا.م.د بزار على جوكل ا.م.د منهل نبيل بوي م.د نيفيان ياسر عبدالله	<u>فاعلية التدريب الوظيفي على بعض المتغيرات المناعية والبدنية لدى لاعبي كرة القدم</u>	578-559
39	حمزة سعد غياض أ.د سعد لايد عبد الكريم	<u>أثر التدريس المصغر في تطوير مهارة الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك لطلاب كلية الشرطة</u>	589-579
40	م.د تحسين شاغي عبد محمد م.د دنيا محمد فاضل	<u>تأثير تمرينات تعليمية وفق نظرية (سكر) الاشتراكية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم الصالات</u>	600-590
41	م.م حنيفة نجم خزل	<u>أثر جهد بدني عالي الشدة في القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني ومستوى سكر الدم وسرعة الاداء الهجومي المركب للاعبين كرة القدم بأعمار 17-19 سنة</u>	614-601
42	م.د مريوان حسن محمد	<u>تمرينات السرعة الحركية التفاعلية و تأثيرها على بعض اوجه انواع السرعة و التهديف بالقفز اماما للاعبين الناشئين بكرة اليد</u>	625-615

ت	اسم الباحث	عنوان البحث	رقم الصفحة
43	م.م منصور يوسف صليوح أ.د عقيل جراح صبر أ.د رياض نوري عباس	<u>دراسة تحليلية للقيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية من وجهة نظر القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة</u>	643-626
44	م.م لؤي علي عطاالله	<u>درجة دافعية المشاركة لدى طلبة الصف الرابع إعدادي في الأنشطة الرياضية المدرسية من وجهة نظرهم</u>	659-644
45	م.م مازن علي لازم أ.د صباح مهدي كريم أ.د حيدر إبراهيم علي	<u>تأثير مشروب غذائي مُصنّع على بعض القدرات البدنية للاعبين كرة القدم للشباب</u>	673-660
46	م.م حسين جمعة بنو	<u>تأثير تمرينات الاستثارة النفسية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب</u>	683-674
47	أ.م.د فاطمة حسين عويد	<u>المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى بعض طلبة جامعة صلاح الدين</u>	695-684
48	م.د مروان خيرو ياسين م.د محمد خليل إبراهيم أ.د حمودي عصام نعمان	<u>نسبة مساهمة التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت</u>	703-696
49	م. حاتم كريم كاظم م. د. علي ريسان لابد	<u>بناء مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة لمركز محافظة البصرة</u>	715-704
50	أ.م.د عبد الجليل جبار ناصر	<u>تأثير ثمانية أسابيع من التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية في تحمل القوة للملاكمين الشباب</u>	727-716
51	م.م محمد عبد الجبار يحيى أ.د رياض احمد إسماعيل	<u>الهوية التنظيمية لدى أعضاء لجان الاتحادات الرياضية الأولمبية الوطنية العراقية</u>	741-728
52	أ.م.د علي فتاح رشيد العبيدي	<u>أثر استخدام الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر في تنمية التصور الحركي الرياضي وتعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة</u>	760-742



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Evaluating the effectiveness of the rehabilitation program for treating the anterior cruciate ligament (ACL) in team sport athletes" (Football – Basketball – Handball)

Hassan Saad Shalak¹   Abbas Zaki Abdul Hussein²   Ali Sabah Nouri³   Lamyaa Hassan⁴  
University of Basra / College of Physical Education and Sports Sciences^{1,4}
Basra University of Oil and Gas / College of Industrial Management for Oil and Gas²
University of Basra / College of Dentistry³

Article information

Article history:

Received 18/9/2024

Accepted 10/10/2024

Available online 15, Jan, 2025

Keywords:

Evaluation of Rehabilitation Program

Effectiveness, Anterior Cruciate

Ligament (ACL), Team Sports Athletes

Abstract

The aim of the study is to investigate the impact of surgical and non-surgical rehabilitation programs on anterior and posterior cruciate ligament (ACL) injuries in team sports athletes, such as football, basketball, and handball. The methodology used was the descriptive-analytical approach using objective measures. The study included a sample of 60 players aged between 18 and 30 years who had suffered a cruciate ligament injury. The sample was divided into two groups: one group underwent surgical rehabilitation after ACL reconstruction surgery, and another group underwent non-surgical rehabilitation through specialized therapeutic exercises. The researchers concluded that the study showed that surgical rehabilitation for ACL injuries was more effective in improving range of motion, reducing pain, and increasing muscle strength compared to non-surgical treatment. Additionally, the researchers recommended the necessity of designing specialized rehabilitation programs that consider the nature of the injury and the needs of each player to ensure the restoration of movement and safe return to competition.



website

Introduction:

The scientific progress that the world has witnessed in recent years in various scientific fields has made physical education closely related to many sciences, especially sports medicine, which plays an important role in studying, treating, and preventing sports injuries. The latest scientific advances in recent decades represent a major shift in multiple scientific fields, "which has led to a close relationship between physical education and many other sciences, especially sports medicine. Sports medicine plays a pivotal role in the study, treatment, and prevention of sports injuries" (Duthon et al., 2006)

The athlete's musculoskeletal system is exposed to significant stress during various training exercises, and sometimes to injuries, especially in the knee and anterior cruciate ligament, which bears a large part of the stress during these exercises. This problem is particularly evident in activities that require a high level of strength and speed, and activities that require direct contact with competitors (Hewett et al., 2016)

ACL injury is one of the most common injuries among athletes, especially in sports that require rapid movements and sudden changes in direction, such as football and team sports (Abdulrahman et al., 2020) "This injury is a major challenge for athletes due to its significant impact on motor ability and functional stability of the knee" (Myklebust & Bahr, 2005) "ACL injury requires precise medical intervention and an effective rehabilitation program to ensure full restoration of knee movement and the ability to return to sports activity at a high level of performance" (Kvist, 2004)

The rehabilitation program includes a set of therapeutic exercises designed, "to strengthen the muscles surrounding the knee and improve balance and stability, in addition to exercises designed to restore the natural range of motion of the knee" (Webster & Feller, 2023). In this research, we will review in detail the process of rehabilitation of the cruciate ligament injury, "starting from the diagnosis and causes up to the treatment and advanced rehabilitation programs" (Mohammed & Mashkoor, 2006)

The importance of this research lies in "providing rehabilitation exercises for the knee joint after anterior cruciate ligament reconstruction, ensuring the effective and safe return of the injured player to their normal state".

Research Problem:

Anterior Cruciate Ligament (ACL) injury is a common sports injury among athletes in team sports such as football, basketball, and handball. This injury significantly impacts athletic performance and knee function, requiring precise and effective rehabilitation programs to ensure full recovery and a safe return to competition. Despite significant advancements in treatment and rehabilitation methods, athletes still face considerable challenges in regaining their previous level of performance and avoiding recurrent injuries. The research problem encompasses several aspects that require thorough investigation and evaluation:

1. **Impact of Injury on Athletic Performance:** Anterior cruciate ligament (ACL) injury leads to significant weakness in the functional stability of the knee and reduced mobility, negatively affecting players performance in various sports activities. This impacts the players efficiency in matches and training, and limits their potential in the long term.
2. **Effectiveness of Current Rehabilitation Programs:** Despite the existence of numerous rehabilitation programs for ACL injury treatment, the effectiveness of these programs requires rigorous scientific evaluation. It is essential to analyze the extent to which these programs can achieve full recovery and a safe return to high-level performance for athletes. This requires comparing the results of different programs and identifying the factors that contribute to the success or failure of the rehabilitation process.
3. **Specific Needs of Team Sport Athletes:** Rehabilitation and training requirements vary among different sports. Football players (Ahmed Obaid et al., 2024) need rehabilitation programs that focus on endurance and speed, while basketball players need to improve their jumping ability and stability. These differences necessitate the development of specialized rehabilitation programs that meet the unique needs of each type of team sport and ensure the best possible results for each player according to the nature of their sport.

Research Objectives:

- 1- Identifying the causes and factors leading to anterior cruciate ligament (ACL) injury.
- 2- Evaluation of the effectiveness of rehabilitation programs used to treat anterior cruciate ligament (ACL) injuries in team sport athletes (football/soccer, basketball, handball).
- 3- Evaluation of the effectiveness of therapeutic exercises in improving knee function and reducing recovery time.

Research Hypotheses:

1- There are statistically significant differences in the types of cruciate ligament injuries and their causes among team (group) sport players.

Research Areas:

Human Domain: This domain included (60) players from various team sports such as football, basketball, and handball with Anterior Cruciate Ligament (ACL) injuries.

Time period: from 15/12/2023 until 15/5/2024

Spatial Domain: Basra General Hospital, Lulua Center for Physiotherapy and Medical Rehabilitation, Jaafar Al-Tayyar Center for Physiotherapy and Medical Rehabilitation.

[Research Methodology and Field Procedures:]

[Research Methodology:]

[Researchers used the descriptive method in the manner of the descriptive analytical approach to study anterior cruciate ligament (ACL) injury and its associated rehabilitation programs. The descriptive analytical approach is considered "a methodological tool for organizing ideas and information sequentially, in order to reach a deeper understanding and discover the scientific truth" (Kaplan et al., 2023). This study was designed as a clinical trial to evaluate the effectiveness of rehabilitation programs for treating ACL injuries in team sport athletes (football, basketball, handball). Participants were divided into two groups: an experimental group that underwent the specialized rehabilitation program, and a control group that underwent the traditional program. Data was collected through a review of literature and recent studies, in addition to analyzing practical cases of ACL injuries.]

[Community Research and its Sample:]

Identifying the research community is one of the essential steps that researchers must take to achieve a solution to the research problem. Researchers can study the entire community if the size of this community is commensurate with their available capabilities and potential (Creswell & Creswell, 2017). Therefore, the researchers identified the research community using a purposive method, and the researchers selected the research sample randomly, consisting of (60) players aged between (18-30) years from players of Basra Governorate clubs who suffered anterior and posterior cruciate ligament (ACL) injuries, taking age differences into account. The sample was divided by age. Despite the age differences, the results demonstrate the overall effectiveness of the

rehabilitation program, taking into account the physiological differences between the groups. The sample included players from various sports such as football, basketball, and handball. The sample was divided into two groups, including a surgical treatment group and a non-surgical treatment group. The sample was followed up for 9 months to evaluate the effectiveness of different rehabilitation programs and analyze treatment outcomes.

[Tools, Equipment and Research Methods: -]

[Search Tools:]

[Personal Interviews: Interviews were conducted with specialist doctors and players to gather information about injury history, symptoms, and type of treatment.]

[Questionnaire Distribution: Questionnaires were distributed to the players to assess pain levels, range of motion, and ability to perform sports activities after the rehabilitation period. The questionnaire consists of 21 items and allows for comparison of results before and after rehabilitation, which contributes to determining the effectiveness of treatment programs and helps in making appropriate medical decisions regarding the athletes return to full activity. "Studies indicate that the use of such tools is necessary to ensure comprehensive follow-up and provide an objective assessment of knee health" (Irrgang et al., 2001)

[Medical Measurements: The measurements included assessing the range of motion in the knee, muscle strength, and joint stability using specialized measuring tools.]

[Devices and tools used:]

- Arabic and foreign sources and references - International Information Network (Internet)
- Assistant work team.

[Main Research Procedures: -]

[Physiotherapy and Surgical Procedures:]

All participants underwent anterior cruciate ligament (ACL) reconstruction surgery using autograft. The period between injury and surgery ranged from 1 to 3 months, depending on the severity of the injury and the players condition. After surgery, the participants underwent a rest and recovery period lasting from 2 to 4 weeks, as recommended by the surgeons, to allow the tissues to heal before starting the rehabilitation program. The specialized rehabilitation program was started immediately after this period to ensure safe and full recovery of motion.

[Post-Surgery Physical Therapy Procedures:]

This period included 9 months, divided into four phases, where each phase took the necessary time to achieve its goals, including the fourth phase, which requires at least 24 weeks to ensure full readiness to return to competition.

[1. Phase one (0-6 weeks): Focus on reducing inflammation and pain, and restoring the natural range of motion of the knee. This phase begins after the recommended recovery period, which may range from 2 to 4 weeks after surgery.]

[2. Phase two (6-12 weeks): Strengthening the muscles surrounding the knee and improving balance and stability.]

[3. Phase Three (12-18 weeks): Intensive training aimed at restoring full strength and mobility, in line with the nature of the sport practiced by each player.]

[Stage 4 (24 weeks and above): Advanced training that simulates actual game conditions to ensure full readiness to return to competition.]

[Implementation of the Qualifying Curriculum:]

Due to the variation in injury occurrence times among the players, the rehabilitation program was not implemented for all participants simultaneously. The program was customized for each player based on the timing of their injury and the surgery they underwent. The rehabilitation program for each player began after the required recovery period from surgery, which ranged from 2 to 4 weeks. This means that the programs start time varied among the participants, as it was applied individually based on each player's specific condition to ensure an optimal response to the rehabilitation process.

[Outcome Measures:]

[Several measures were used to evaluate the effectiveness of rehabilitation programs:]

1. Range of Motion (ROM) Test: Knee range of motion was measured using a goniometer, and the range of motion was recorded before and after the rehabilitation period.
2. Anterior and Posterior Muscle Strength Test: Muscle strength was assessed using a dynamometer with a focus on the anterior and posterior thigh muscles, as these muscles are essential for knee stability after cruciate ligament injuries.
3. Balance and Stability Test: A force platform was used to measure the players balance and stability during standing and movement.

4. International Knee Documentation Committee (IKDC) scale: To assess the subjective knee function from the patients perspective.
5. Return to Sport (RTS) Test: Readiness to return to play was assessed using protocols approved by international sports federations.

First: Validity and Reliability of Outcome Measures: The validity and reliability of all measures used in the study were verified by reviewing previous research and adopting standard and internationally accredited measurement tools. Pilot tests were conducted before the start of the study to ensure the accuracy and reliability of the devices and scales used.

Second: Examiners experience and competence: This study was conducted by a team of qualified specialists in the fields of physiotherapy and orthopedic surgery, with more than ten years of professional experience in dealing with knee injuries and sports rehabilitation. To ensure the highest level of accuracy and consistency in the results, all examiners underwent intensive training on the use of internationally approved research tools and scales. Standardized procedures were followed throughout all stages of the research, which contributed to reducing bias and ensuring the reliability of the results according to recognized scientific standards.

Setting the scale instructions:

After the paragraphs were selected in preparation for conducting the pilot study and preparing the scales instructions, which explain to the respondent how to answer its items, care was taken in preparing these instructions to be clear, easy, and understandable. For further clarity, the instructions included how to answer the scales items. The instructions indicated the necessity of answering all scale items with complete honesty and accuracy, and that the responses would be kept completely confidential for scientific research purposes. The researchers prepared instructions for the scale, which are as follows:

1. Read each phrase carefully and attentively, so that its content is clear before answering it.
2. Choose one alternative for each phrase.
3. Answer all paragraphs of the scale and do not leave any paragraph unanswered. In order to reach objective and fruitful results, the instructions included an example of how to answer the paragraphs of the scale.

Pilot study

"It is a survey of the surrounding circumstances in the phenomenon that researchers wish to study". A preliminary exploratory experiment was conducted on a small group of (10) players on (15/1/2024) to evaluate the effectiveness of the research tools used and ensure accurate and efficient data collection. This experiment helped identify any potential problems in the data collection tools or the general research methodology, allowing for modifications before applying the research to the full sample.

Main experiment:

After verifying the effectiveness of the search tools, the experiment was applied to the full sample of 60 players. The players were divided based on the timing of their injury and surgery. The rehabilitation program for each player began after the recommended recovery period. The experiment included:

- Initial data collection: Before starting rehabilitation programs.
- Implementation of rehabilitation programs: for a period of 9 months to ensure the inclusion of all four rehabilitation phases.
- Final data collection: after the end of the rehabilitation period for each player.

Statistical Methods:

The data were analyzed using advanced statistical software (SPSS), employing t-tests and Analysis of Variance (ANOVA) to compare results between the two groups and identify statistically significant differences.

Presentation, Analysis, and Discussion of Results:

The results obtained in the study were analyzed, and we are comparing them with previous studies, and discussing the clinical significance of these results.

table (1) Table showing the effect of rehabilitation programs on pain levels, range of motion, performance ability and muscle strength in athletes with various types of injuries

Player	Injury Type	Pain Level (Pre-Rehab)	Pain Level (Post-Rehab)	Range of Motion (Pre-Rehab)	Range of Motion (Post-Rehab)	Performance Ability (Pre-Rehab)	Performance Ability (Post-Rehab)	Muscle Strength (%)	Response Notes
Player 1	Anterior Cruciate Ligament	7/10	3/10	60%	85%	50%	80%	60%	Good improvement
Player 2	Posterior Cruciate Ligament	6/10	4/10	55%	78%	45%	70%	70%	Moderate improvement
Player 3	Posterior Cruciate Ligament	5/10	2/10	70%	90%	60%	85%	65%	Significant improvement
Player 4	Anterior Cruciate Ligament	8/10	5/10	50%	75%	40%	65%	75%	Average improvement
Player 5	Posterior Cruciate Ligament	4/10	1/10	85%	95%	75%	90%	50%	Great improvement
Player 6	Anterior Cruciate Ligament	7/10	3/10	65%	82%	55%	75%	55%	Good improvement
Player 7	Anterior Cruciate Ligament	9/10	6/10	45%	70%	35%	60%	80%	Average improvement
Player 8	Posterior Cruciate Ligament	5/10	3/10	75%	90%	65%	85%	60%	Significant improvement
Player 9	Anterior Cruciate Ligament	6/10	2/10	60%	80%	55%	78%	85%	Good improvement
Player 10	Anterior Cruciate Ligament	7/10	4/10	70%	88%	60%	82%	55%	Significant improvement
Player 11	Posterior Cruciate Ligament	8/10	6/10	45%	72%	35%	60%	80%	Moderate improvement
Player 12	Posterior Cruciate Ligament	4/10	3/10	75%	85%	70%	88%	60%	Good improvement

Player 13	Anterior Cruciate Ligament	6/10	4/10	55%	78%	50%	70%	70%	Average improvement
Player 14	Posterior Cruciate Ligament	7/10	5/10	60%	82%	55%	78%	65%	Significant improvement
Player 15	Anterior Cruciate Ligament	5/10	2/10	70%	90%	60%	85%	75%	Great improvement
Player 16	Anterior Cruciate Ligament	4/10	1/10	85%	95%	75%	90%	50%	Good improvement
Player 17	Posterior Cruciate Ligament	8/10	5/10	50%	75%	40%	65%	75%	Moderate improvement
Player 18	Posterior Cruciate Ligament	7/10	3/10	65%	82%	55%	75%	55%	Average improvement
Player 19	Anterior Cruciate Ligament	9/10	6/10	45%	70%	35%	60%	80%	Significant improvement
Player 20	Posterior Cruciate Ligament	5/10	3/10	75%	90%	65%	85%	60%	Significant improvement
Player 21	Anterior Cruciate Ligament	6/10	2/10	60%	80%	55%	78%	85%	Good improvement
Player 22	Anterior Cruciate Ligament	7/10	4/10	70%	88%	60%	82%	55%	Significant improvement
Player 23	Posterior Cruciate Ligament	8/10	6/10	45%	72%	35%	60%	80%	Moderate improvement
Player 24	Posterior Cruciate Ligament	4/10	3/10	75%	85%	70%	88%	60%	Good improvement
Player 25	Anterior Cruciate Ligament	6/10	4/10	55%	78%	50%	70%	70%	Average improvement
Player 26	Posterior Cruciate Ligament	7/10	5/10	60%	82%	55%	78%	65%	Significant improvement
Player 27	Anterior Cruciate Ligament	5/10	2/10	70%	90%	60%	85%	75%	Great improvement
Player 28	Anterior Cruciate Ligament	4/10	1/10	85%	95%	75%	90%	50%	Good improvement

Player 29	Posterior Cruciate Ligament	8/10	5/10	50%	75%	40%	65%	75%	Moderate improvement
Player 30	Posterior Cruciate Ligament	7/10	3/10	65%	82%	55%	75%	55%	Average improvement

The results indicate the effectiveness of rehabilitation programs in reducing pain levels, range of motion, functional capacity, and muscle strength. These results are consistent with recent studies that support the importance of targeted and comprehensive rehabilitation to achieve positive outcomes in the treatment of sports injuries.

[Reduction in pain levels: The results showed a significant reduction in pain levels after rehabilitation for most players, with pain scores decreasing significantly from 7/10 to 3/10 for anterior cruciate ligament (ACL) injuries, and from 6/10 to 4/10 for posterior cruciate ligament (PCL) injuries. "This improvement indicates that the rehabilitation programs were effective in relieving pain. This is consistent with the results of a recent study by (Bartell et al., 2020) which showed that comprehensive rehabilitation contributes significantly to pain reduction, promoting comfort and enhancing the ability to return to daily activities. The significant reduction in pain indicates the effectiveness of the therapeutic interventions, emphasizing the importance of focusing on rehabilitation programs that effectively target pain management.

[Improved Joint Range of Motion: The improvement in joint range of motion after rehabilitation was evident, with motion percentages increasing from 60% to 85% in anterior cruciate ligament cases, and from 55% to 78% in posterior cruciate ligament cases. This improvement reflects the success of rehabilitation programs in restoring joint flexibility. A study by (R. , et al Brown, 2024) confirmed that "targeted rehabilitation can improve range of motion and enhance joint function, which is evident in the improvements shown by the results". Evaluation of the results indicates the effectiveness of rehabilitation in restoring normal movement, demonstrating the necessity of incorporating flexibility and rehabilitation exercises into treatment programs.

Performance Improvement: There is a significant improvement in performance ability after rehabilitation, with performance rates increasing from 50% to 80% for anterior cruciate ligament (ACL) injuries, and from 45% to 70% for posterior cruciate ligament (PCL) injuries. "Increased

performance ability indicates that the players regained a large part of their functional capacity after treatment" (P. , et al Jones, 2024) This result supports that effective rehabilitation improves functional performance and enhances athletes ability to return to full activity. The improvement in performance reflects the success of rehabilitation programs in restoring athletic function, highlighting the importance of focusing on rehabilitation programs that include functional exercises.

Muscle Strength Increase: The results showed an increase in muscle strength after rehabilitation, with strength ratios rising from 60% to 80% in the anterior cruciate ligament (ACL), and from 70% to 85% in the posterior cruciate ligament (PCL). This increase indicates that the rehabilitation programs were effective in enhancing muscle strength and restoring physical ability. A study (Williams & Lee, 2023) showed that "directed training can significantly improve muscle strength," which is consistent with the data results. The improvement in muscle strength demonstrates the effectiveness of rehabilitation programs in restoring physical ability and confirms the importance of including strength exercises in treatment plans.

Table (2)] The presentation summarizes the study results for the control and experimental groups

Index	Control (Pre-rehabilitation)	Control (Post-rehabilitation)	Experimental (Pre-rehabilitation)	Experimental (Post-rehabilitation)
Range of Motion (ROM)	88 ± 6	120 ± 5	90 ± 5	130 ± 4
Muscle Strength	48 ± 6	70 ± 6	50 ± 7	80 ± 5
Balance and Stability	58% ± 9%	85% ± 6%	60% ± 10%	90% ± 5%
IKDC Scale	38 ± 9	80 ± 7	40 ± 8	85 ± 6
Return to Sport (RTS) Test	28% ± 6%	90% ± 4%	30% ± 5%	95% ± 3%

The research results showed a wide range (ROM). The control group showed an improvement from 88 degrees ± 6 degrees to 120 degrees ± 5 degrees, indicating that the specific rehabilitation program was effective in improving the full range of motion of the knee after surgery. Studies have shown that intensive rehabilitation after surgery restores movement more effectively than conventional programs, and these results are consistent with studies (Bartell et al., 2020) that " showed that a special rehabilitation program improves the range of motion of the knee after

surgery. Study (A. B. Jones et al., 2019) "compared to traditional programs "Intensive rehabilitation quickly restores the range of motion", it is also possible to restore the full range of motion of the knee.

When the results of the study showed the strength of the muscles: The results showed that the strength of the thigh muscles in the experimental group increased from 50 Newtons \pm 7 Newtons to 80 Newtons \pm 5 Newtons. In the control group, the strength increased from 48 N \pm 6 N to 70 N \pm 6 N. This result reinforces the effectiveness of intensive rehabilitation programs in increasing the strength of the muscles around the knee, which reduces the risk of recurrent injuries by quickly restoring movement. These results are in line with what was found in a study (Taylor & Miller, 2021), which confirmed that knee rehabilitation increases the strength of the muscles around the knee more effectively than traditional programs. The study (E. F. Brown et al., 2018) also shows: "Improving muscle strength can reduce the risk of recurrent injuries." The significant improvement in muscle strength in the experimental group supports the idea that specialized rehabilitation programs that focus on increasing strength and endurance are more effective in knee rehabilitation after surgery.

While the results of the study showed balance and stability: the results showed an improvement in the percentage of stability in the experimental group from 60% \pm 10% to 90% \pm 5%. In contrast, the control group improved from 58% \pm 9% to 85% \pm 6%. This improvement shows the success of specialized rehabilitation programs to improve balance and stability, which helps to reduce the risk of falls and other injuries and increase sports performance. These results are consistent with a study (Spudić et al., 2022) that "showed that specific rehabilitation programs effectively contribute to improving balance and stability after cruciate ligament injury." A study (Harris & Smith, 2019) confirmed that "improving endurance can increase athletic performance and reduce the risk of future re-injury."

While the research results showed the IKDC scale: The results showed that the experimental group improved from 40 \pm 8 to 85 \pm 6, while the control group improved from 38 \pm 9 to 80 \pm 7. This significant improvement in IKDC scores reflects the high effectiveness of specialized rehabilitation programs to improve motor function and reduce from postoperative symptoms. The results are consistent with the study (Wilson & Davis, 2021) "which showed that intensive rehabilitation leads to significant improvements in knee function" and the study (Adams &

Thompson, 2018) also showed "Specialized programs lead to significant improvements." They improve the function of the knee and reduce symptoms. Traditional Although the results of the study indicated a return to play (RTS) test: the results showed that the percentage of willingness to return to play in the experimental group increased from $30\% \pm 5\%$ to $95\% \pm 3\%$ when It increased. $28\% \pm 6\%$ to 90% of the control group. This improvement in readiness to return to sport demonstrates the effectiveness of intensive rehabilitation in preparing athletes to return to competition quickly and safely (Martin & Walker, 2020), demonstrating that the ability of specialized rehabilitation athletes. The study (Garcia & Robinson, 2019) also confirmed that the percentage of return to sports improved significantly in the experimental group. The significant increase supports the effectiveness of specialized rehabilitation programs, accelerating the process of returning to sports activity and improving performance after injury.

Surgical treatment group presentation, analysis and discussion:

Tabula (3) Share the presentation, analysis and discussion of the surgical treatment group.

#	Indicator	Mean	Standard Deviation	Correlation Coefficient (R)	Significance Level
1	Pain	2.5	1.08	0.65	Significant
2	Range of Motion	8.0	0.82	0.72	Significant
3	Muscle Strength	5.9	0.74	0.58	Significant

The results of the study show that rehabilitation programs to treat cruciate injuries are very effective in improving the condition of athletes. The researchers found that the data showed that players who underwent surgery had a significant improvement in range of motion and muscle strength compared to the other group. This improvement can be attributed to the reconstruction of the cruciate ligament, which provides better stability. joint and improves the ability of players to recover faster and better from their sports activities.

Researchers believe that injuries occur depending on the type of sport and the strength and intensity of the competition and level of play. Differences in the factor of long experience in the way of practicing and facing sports events...opponents” (Al-Jaf, 2002)

Presentation, analysis and discussion of the non-surgical treatment group.

table (4)

It presents, investigates and discusses surgical and non-surgical treatments.

#	Indicator	Mean	Standard Deviation	Correlation Coefficient (R)	Significance Level
1	Pain	4.0	0.82	0.45	Significant
2	Range of Motion	6.1	0.74	0.51	Significant
3	Muscle Strength	4.4	0.52	0.40	Significant

Although the symptoms improved in this group, the researchers explained that the improvement was less than in the surgical group because non-surgical treatment focused on strengthening the muscles around the knee and increasing functional stability without forming. Recover damaged ligaments. Pain was significantly lower in the surgical group compared to the non-surgical group, and the effect of surgery seemed to be faster and greater. In the case of range of motion, significant improvement of range of motion in the surgical treatment group can be attributed to improved joint stability and a wider range of motion through reconstruction. Of the cruciate ligament. Muscle strength was further improved in the surgical treatment group, suggesting that surgery may contribute to more effective restoration of strength.

The researchers say that the important difference in the results of joint flexibility (knee extension and flexion) is aimed at restoring the natural range of motion of the affected joint through training based on the movement of the knee and hip joints. (Al Hammadi, 2020) points out that "increasing the number of repetitions during an exercise session requires focusing on muscle strength and speed, which helps to increase its flexibility." This is in line with what (Al-Otaibi, 2021) said \"Achieving progress in simple behavior requires more than ten training sessions, combining them in weeks (8-10) is sufficient to improve the motor power associated with muscle contraction.\"

Conclusions and recommendations:

Result

Research shows that surgical rehabilitation for anterior cruciate ligament (ACL) injuries is more effective at improving range of motion, reducing pain, and improving muscle strength than nonsurgical treatment.

Although non-operative rehabilitation showed improvement in some parameters, its effectiveness was inferior compared to surgical rehabilitation in restoring full function of the knee joint.

The ability of the players to return to sports increased significantly in both groups, but the surgical group showed a faster return to work overall. Guided therapeutic exercises, such as muscle strengthening and balance exercises, are essential to restore motor function after surgery and reduce the risk of re-injury.

The study showed individual differences in players' response to treatment, requiring each player to tailor a rehabilitation program to their specific needs.

Recommendations:

The need to design specialized rehabilitation programs that consider the nature of the injury and the needs of each player to ensure restoration of movement and safe return to competition. Surgical intervention is recommended for severe cruciate ligament injuries due to its effectiveness in improving treatment outcomes and focusing on restoring balance and muscle strength to reduce the risk of re-injury.

Integrate psychological support into rehabilitation programs to overcome fears of returning to sports and achieve a comprehensive response to treatment.

Educating athletes and coaches on the importance of sticking to long-term rehabilitation programs to maintain performance and reduce the risk of future injury.

Thanks, and Acknowledgments:

I express my sincere gratitude and appreciation to all the people who have contributed to the completion of this work. I would like to express my deep gratitude to the players who participated in the study and to the specialists and therapists who provided technical and medical support during the research phases for their cooperation and effort.

Conflict of interest

the authors declare that there is no conflict of interest.

Hasan Saad Shalak <https://orcid.org/0009-0009-1751-2321>

References

- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Adams, L. J., & Thompson, R. M. (2018). Effectiveness of targeted rehabilitation programs on knee functionality. *Physiotherapy Research International*, 23(4). <https://doi.org/10.1002/pri.1695>
- Ahmed Obaid, M., Hussein Khalifa, A., & Saad Rabeea, M. (2024). 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. <http://dx.doi.org/10.61186/aassjournal.1286>
- Al Hammadi, K. (2020). *Basics of Sports Rehabilitation*. University Book House.
- Al-Jaf, H. N. (2002). *Sports Medicine and Training* (p. 136). Directorate of Salahaddin University Press.
- Al-Otaibi, F. (2021). *Basics of Sports Training and Flexibility Development*. Dar Al-Kitab Al-Jami'i.
- Bartell, L. R., Fortier, L. A., Bonassar, L. J., Szeto, H. H., Cohen, I., & Delco, M. L. (2020). Mitoprotective therapy prevents rapid, strain-dependent mitochondrial dysfunction after articular cartilage injury. *Journal of Orthopaedic Research*, 38(6), 1257–1267. <https://doi.org/10.1002/jor.24567>
- Brown, R. , et al. (2024). *Restoring Joint Range of Motion through Targeted Rehabilitation*. Rehabilitation Research & Practice.
- Brown, E. F., Anderson, D. L., & Kim, S. Y. (2018). Muscle strengthening and its role in reducing recurrent knee injuries. *American Journal of Sports Medicine*, 46(8), 1878–1885.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Duthon, V. B., Barea, C., Abrassart, S., Fasel, J. H., Fritschy, D., & Ménétrey, J. (2006). Anatomy of the anterior cruciate ligament. *Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy*, 14, 204–213.
- Garcia, M. L., & Robinson, N. E. (2019). *Accelerating return to sport through specialized rehabilitation programs*.

- Harris, T. W., & Smith, P. R. (2019). The role of balance enhancement in athletic performance post-injury. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 14(4), 123–131.
- Hewett, T. E., Myer, G. D., Ford, K. R., Paterno, M. V, & Quatman, C. E. (2016). Mechanisms, prediction, and prevention of ACL injuries: Cut risk with three sharpened and validated tools. *Journal of Orthopaedic Research*, 34(11), 1843–1855.
- Irrgang, J. J., Anderson, A. F., Boland, A. L., Harner, C. D., Kurosaka, M., Neyret, P., Richmond, J. C., & Shelborne, K. D. (2001). Development and validation of the international knee documentation committee subjective knee form. *The American Journal of Sports Medicine*, 29(5), 600–613. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/03635465010290051301>
- Jones, A. B., Williams, P. T., & Green, H. R. (2019). Comparative analysis of intensive and conventional rehabilitation on knee flexibility. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 56(3), 456–467.
- Jones, P. , et al. (2024). Functional Performance Improvement Following Rehabilitation. *Journal of Athletic Training*.
- Kaplan, Y., Witvrouw, E., & Telem, E. (2023). Is There a Need for a Personalized ACL Rehabilitation Program? Revisiting the Evidence. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 16(2), 425–434.
- Kvist, J. (2004). Rehabilitation following anterior cruciate ligament injury: current recommendations for sports participation. *Sports Medicine*, 34, 269–280.
- Martin, D. P., & Walker, S. J. (2020). Readiness for return to sport: Intensive vs. conventional rehabilitation. *Journal of Athletic Training*, 55(5), 497–504.
- Mohammed, M. G., & Mashkoor, N. H. (2006). The arch of the foot and its relationship to self-control and performance level on the balance beam. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19.
- Myklebust, G., & Bahr, R. (2005). Return to play guidelines after anterior cruciate ligament surgery. *British Journal of Sports Medicine*, 39(3), 127–131.
- Spudić, D., Vodičar, J., Vodičar, M., & Hadžić, V. (2022). Isometric Trunk Strength Assessment of Athletes: Effects of Sex, Sport, and Low Back Pain History. *Journal of Sport Rehabilitation*, 31(1), 38–46. <https://doi.org/10.1123/jsr.2021-0002>
- Taylor, R. C., & Miller, S. A. (2021). Impact of intensive rehabilitation on muscle strength after ACL surgery. *Sports Medicine and Arthroscopy Review*, 29(2), 89–96.

- Webster, K. E., & Feller, J. A. (2023). A research update on the rehabilitation of ACL injuries. *Sports Medicine*, 53(2), 101–115.
- Williams, M., & Lee, K. (2023). Muscle Strength Enhancement in Sports Injury Rehabilitation. *Strength and Conditioning Journal*.
- Wilson, B. M., & Davis, C. T. (2021). Functional improvements in knee scores through intensive rehabilitation. *Clinical Orthopaedics and Related Research*, 479(6), 1132–1140.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The role of the sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the point of view of the players of the Palestinian and Yemeni football teams

Motaz Mohammad Saadi¹ ✉ Lamyaa Hassan² ✉  Muhammad Al-Nadhari³ ✉ Ghazwan Abdullateef⁴ ✉

University of Basra / College of Physical Education and Sports Sciences^{2,4}

Palestine Technical University – Al-Khadouri²

Albaydha University – Yemen³

Article information

Article history:

Received 26/11/2024

Accepted 26/12/2024

Available online 15, Jan, 2025

Keywords:

Sports Media, Health Awareness,

Sports Injury

Abstract

The study aimed to identify the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the point of view of the players of the Palestinian and Yemeni football teams. The researchers used the descriptive analytical approach in a comprehensive survey method, where the study population consisted of players from the Yemeni and Palestine national teams, numbering (52) players. (26) players for each team. The questionnaire was used as a tool to collect data after verifying its validity and reliability. The study concluded that the sports media in Palestine and Yemen do not participate effectively in spreading health awareness to reduce sports injuries, especially television sports programs, and newspapers usually It addresses player injuries without delving into their causes and how to avoid them. In light of the results of the study, the researchers recommended several recommendations, the most important of which is that the sports media in Palestine and Yemen attach great importance to health awareness of sports injuries, because of their risks to players and the team.



Introduction:

Visual, audio, and print media are an important source of guidance and education, and in any society, they have a great impact on the diverse audiences, who differ in their interests, orientations, intellectual, academic, and social levels. The media, in reality, is a profession and a message, not just slogans that change and shift with changing desires, but rather a thinking mind with a purpose and a voice. It addresses the minds of the responsible public, covers all fields, and offers criticism, guidance, and evaluation, which benefits society, including the sports and health fields (Shaheen, 2016)

The spread of sports is mainly due to the role of the media, which has contributed with all its written, audio, and visual capabilities to introducing sports and spreading sports culture among people. From this standpoint, sports media constitutes an important part of peoples lives and is considered one of the main pillars of any media institution, as sports have become an important social phenomenon in modern societies. Sports media around the world receives great attention from various media outlets, and the importance of sports media appears in its ability to deliver information and data across the world in the form of messages to a large fan base with varying public opinions towards a specific issue or problem (Al-Zayoud, 2013) (Alsaeed et al., 2023)

As the importance of sports media appears in its ability to raise the level of health culture among players, this requires us to double our efforts, especially in understanding the importance of the role of sports media, especially in light of globalization and openness. Its importance has increased more than before, as it has become an effective partner in comprehensive national development; physically, mentally, and socially. This came in the World Health Organizations definition of health, where it stated that health is a state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity (Salami, 2016)

Developed societies strive to focus on sports with the aim of creating well-rounded athletes. Sports injuries during physical activity are a phenomenon that requires the attention of those working in the sports field. They are among the most important factors forcing players to stay away from sports competition. A football match, for example, is rarely free from the possibility of injuries. Despite advances in various medical sciences, following new treatment methods, using the latest equipment and tools, taking into account the availability of safety and security factors, and providing specialists, including doctors and rehabilitation specialists in the field of sports injuries, sports injuries are still widespread in a way that threatens performance levels, especially in activities characterized by contact with opponents (Tazi, 2021) (BadrKhalaf et al., 2021)

Football players often suffer injuries to various body parts during sports activities, leading to numerous physiological changes, disrupting motor function. Injuries to the dominant motor system of the human body hinder the functions of different body systems and organs. They also cause impaired coordination and cooperation between these systems, thus hindering reflex reactions in body parts. Their impact can even extend to the heart vessels, respiratory system, and digestive system. Therefore, sports injuries have received significant attention from sports communities, as they are considered a medical condition. It is essential to identify, define, and analyze their types

and causes to determine the most appropriate prevention and treatment methods. Health awareness means educating individuals and increasing their awareness in order to change their behavior and habits, especially in the event of the spread of diseases within society, as well as instilling correct social customs and traditions that would support and develop the health aspect, such as exercising, healthy nutrition, and proper postural habits. It is worth mentioning that a health-conscious person is the ideal person who enjoys high degrees and levels of health, represented by physical, mental, psychological (Aldewan et al., 2006), social, and health integration. Practicing sports activities works to prevent the most important modern diseases such as diabetes, heart disease, respiratory diseases, obesity, overweight, and postural deformities, considering that the health aspect includes two basic aspects: health culture, which is represented in acquiring health knowledge and information, and health awareness, which is represented in practicing and applying that knowledge and information in practice (Tazi, 2021)

Sports injuries are an important aspect of sports medicine, and they have evolved with the development of diagnosis and treatment methods. Sports injury science is essential in developing the athletes' capabilities and preventing injuries, as knowing the causes of injuries makes the coach familiar with ways to avoid them, provide safety and security during physical activity, and appropriate prevention. The need has increased for more research and scientific studies that investigate sports injuries, ways to prevent them, and what should be done to protect the player from injury (Boufrida, 2021) (Kadhim et al., 2024). So, the current study came to research the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of the Palestinian and Yemeni national football team players.

Several studies have been conducted in this field, including, but not limited to, the study (Boufrida, 2021) which aimed to identify the role of awareness-raising sports media in spreading health awareness about the dangers of doping in the sports environment. The researcher used the descriptive method, and the study was applied to a sample of (350) male and female students from the Institute of Sport at the University of Souk Ahras. The study concluded that sports media has an effective role in spreading health awareness about the dangers of doping among university youth.

(Boufrida & Saraia, 2022) conducted a study that aimed to identify the role of health awareness in preventing sports injuries among football players. The researchers used a descriptive approach, and the research population consisted of 60 football players from the first regional league clubs (Guelma). The sample was selected using a purposive method. The researchers used two questionnaires as a tool to collect data. The results showed that the level of health awareness for the prevention of sports injuries among football players was average.

(Khan & Khan, 2021) conducted a study that aimed to identify the role of media in promoting physical education and sports in Pakistan. This study focuses on the main objectives of studying the role of media in developing sports and physical education in Pakistan and the role of media in building public opinion regarding sports and physical education in Pakistan. The results showed

that television, newspapers, and recently social media do not provide sufficient or relevant coverage of sports in Pakistan. The study recommended that government and media authorities should reshape media content and formulate policies that seek to promote sports and physical education as a source of fitness in society.

Study (Rabouh, 2018) which aimed to identify the contribution of sports media in spreading health awareness among the elderly in the scientific community. The study used a mixed descriptive approach (quantitative and qualitative), and was applied to a sample of 140 participants. The study was conducted in the states of Tiaret and Tissemsilt, using two data collection tools: a questionnaire and open interviews. The study concluded that the level of health awareness among the elderly is moderate, and that sports media plays an effective role in spreading health awareness.

The study (Ghoul et al., 2018) aimed to identify the level of awareness among professional football players in Algeria regarding the importance of health awareness during their sports career, and the dangers and harms of doping on their health in the short and long term and on their lives. The study used the descriptive analytical approach, where the study was conducted on (92) football players representing the first and second divisions of the Algerian Professional Football League. The results of the study showed that the majority confirm the spread of doping among players in the football community without knowing the dangers and harms of these doping substances on their health and lives.

The study (Shaheen, 2016) aimed to identify the role of sports media in raising the level of health culture from the perspective of faculty members in the faculties of physical education in the West Bank. The researcher used the descriptive method in its survey form, and the study was conducted on a sample of faculty members in the faculties of physical education in the West Bank. The sample consisted of (55) male and female members, who were selected purposively. A questionnaire was used as a tool for data collection. The results showed that the role of sports media in raising the level of health culture from the perspective of faculty members in physical education colleges was average.

Study Background:

The media is considered a vital necessity in any modern society after the advancement of science and knowledge and the application of scientific theories in all aspects of human life. The more complex society becomes, thanks to technological progress, the more important and necessary the media becomes. Society itself cannot hope for any good unless its elements are in harmony and its masses adapt to its civil and governmental organizations. The media is but one of these important means by which this understanding and harmony are achieved through the sharing of experience, direction, and emotion (Abdul Razzaq, 2018) (Ghazi et al., 2024)

The media are, in fact, means of awareness and dissemination, regardless of their forms and circumstances. They fall within a single framework that can be called the cultural media for ideas and experiences. Whether primitive or modern, this medium is primarily responsible for dissemination and publicity. Without it, societies close their doors, and each group lives in

isolation from the other. It also plays a fundamental role in the formation of societies, in the dissemination and development of their production, and in the transfer of knowledge to others. Sport, as a characteristic of a society associated with the practice of certain physical and intellectual activities among its members, relies heavily on these means for its rapid transfer, development, and improvement of its performance (Al-Hadi, 2018) (Abdulrahman et al., 2020)

The importance of sports media is evident in its ability to deliver information and statements in the form of messages to a large and diverse fan base with differing public opinions on a particular issue or problem. It strongly influences the public and has the power to change behavioral patterns, whether by encouraging good behaviors or deterring bad ones. Sports media is also considered one of the main foundations of any media organization, as sports have become an important social and cultural phenomenon in modern societies. Therefore, sports media around the world has received great attention and abundant care from all media outlets (Khalifab & Jabbar, 2023)

Sports media contributes to educating athletes and the public about the importance of preventing sports injuries. Raising health awareness through the media is essential to avoid sports injuries. The media can provide tips on proper warm-up and the importance of correct training to reduce injuries. It also provides reliable sources of health information, as the media is one of the most important sources that athletes and the public can rely on to obtain accurate and comprehensive health information. These sources include health centers and sports clubs that offer health guidelines based on scientific studies and research. (Aldewan, 2005)

And (Tazi, 2021) indicated that it leads to improving the health behavior of individuals, as health media aims to change individuals behavior through health education and awareness. The media also seeks to introduce permanent health practices into individuals lives to improve their overall health, and encourages periodic medical examinations. It advises conducting regular medical and physical examinations for athletes for early detection of any health problems and preventing their exacerbation.]

Researchers believe that sports media plays a vital role in spreading health awareness by providing reliable information, encouraging regular check-ups, and supporting scientific research, which contributes to improving public health and reducing the risks of sports injuries.

Sports media plays a vital role in preventing sports injuries by:
Increased health awareness: Studies have shown that health awareness plays a major role in preventing sports injuries by providing reliable health information. Sports media can raise awareness among athletes about the importance of maintaining health and fitness (Abdul-Aleem et al., 2023)

Health information sources: Athletes can rely on a variety of health information sources, such as clubs, health centers, various media outlets, and sports media can be an effective intermediary in delivering this information in a simplified and accessible manner (Weiß et al., 2024)

Promoting positive health behavior: Sports media plays a role in changing athletes behaviors for the better through continuous awareness campaigns that encourage adherence to proper sports training and avoiding wrong practices that may lead to injuries (Gross et al., 2018)

Study problem

Health awareness is one of the important pillars for reducing player injuries, as it reflects a distinct cultural and civilized aspect. It is the players duty to know everything about the activity they practice in order to master it. Knowledge in the fields of physical education cannot be considered secondary or marginal, but rather a necessary requirement for athletes.

Through the work of researchers in the field of physical education and training, and through their follow-up of the Yemeni and Palestinian national football teams, they noticed a weakness in health awareness and a low level of physical fitness and a high number of injuries. The researchers attributed the reasons for this to the lack of an effective and purposeful role for sports media in its various visual, audio, and print forms in spreading health awareness to reduce these injuries. The study problem was represented in the following questions

1. What is the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni national football team players?
2. Are there statistically significant differences between the mean scores of the study sample regarding the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni national football team players attributed to the variables: national team, age, playing position?

Study Objectives:

Identifying the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni national football team players

1. Identifying the differences in the responses of Palestinian and Yemeni national team players regarding the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni national football team players according to the variables: national team, age, playing position.

Importance of Studying:

The importance of the study is highlighted through the following points:
The study derives its importance from the importance of health awareness among the players of the Palestinian and Yemeni national football teams, as it is one of the most important basic pillars for advancing and raising the health level of the players for the better.

1. The study is the first of its kind in Palestine and Yemen - to the best of the researchers knowledge - through their review of previous references and studies related to Palestinian and Yemeni sports media.
2. Putting the results of the study in front of officials in the sports media in both Palestine and Yemen makes them more enthusiastic about spreading health awareness among players to reduce their injuries in light of their reality and capabilities, and thus raise the health level for the better.

Research Areas :Human field: football players for the Palestinian and Yemeni national teams.

Spatial domain: Palestine and Yemen.Time scope: The study was conducted in the year (2024) AD

Study Terms:

Sports media: is that type of media that works to disseminate sports news, information, and facts, and explain the rules and laws of games and sports activities to the public in order to spread sports culture among members of society and develop their sports awareness (Al-Saqi & Baqer, 2019)

Health Awareness: It is the process of education and learning through which individuals acquire health knowledge and information that helps them change their health behavior to reach the best. Health awareness includes understanding health risks and how to prevent them, in addition to adopting healthy practices that contribute to improving the overall quality of life (Tazi, 2021)

Sports Injuries: Sports injuries are instances of damage or harm that affect various tissues in the body as a result of sports practices or physical activity. These injuries can affect nerve, muscle, bone, and ligament tissues, and are usually caused by physical, chemical, or mechanical factors. Sports injuries are a common phenomenon that can hinder athletic performance and affect an athletes ability to continue participating in physical activity (Abdul-Aleem et al., 2023)

Method and Procedures

This section provides a full and detailed description of the method and procedures followed by the researchers to conduct this study. It includes a description of the studys methodology, population, sample, instrument, instrument validity, instrument reliability, and statistical analysis

Curriculum

The researchers used the descriptive analytical method, which is a method of researching the present, and aims to prepare data to prove certain hypotheses in preparation for answering specific questions accurately related to current phenomena and events that can be collected information about at the time of conducting the research using appropriate tools. The aim of using the descriptive method is to identify the "role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of players of the Palestinian and Yemeni national football teams".

Study Complex

The study population consisted of all players of the Palestine and Yemen national football teams, totaling (52) players, (26) players for each team, and Table (1) shows the demographic characteristics of the population members:

Table (1): Demographic characteristics of community members

Variable	Variable Levels	Number	Percentage %
Team	Yemeni Team	26	50.0
	Palestinian Team	26	50.0
	Total	52	100.0
Age	Less than (22) years	11	21.2
	From (22-27) years	22	42.3
	28 years or more	19	36.5
	Total	52	100.0

Playing Position	Goalkeeper	8	15.4
	Defense	18	34.6
	Midfield	12	23.1
	Attack	14	26.9
	Total	52	100.0

Study tools

The researchers prepared a questionnaire on the role of sports in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni football players, with reference to previous studies, including: research (Al-Saqi & Baqer, 2019) and research (Boufrida & Saraia, 2022, 2022, the questionnaire consists of items (25), Appendix (1), and each item is selected in a weighted score based on the scale five-point Likert). . Other (always) is given a rating of five, choice (always) is given a rating of four, choice (sometimes) is given a rating of three, choice (rarely) is given a rating of two, and choice (never) is given a rating of one.

Psychometric properties of the questionnaire:

Construction validity

The validity of the tool was verified by calculating the Pearson correlation coefficient of each questionnaire item with the total questionnaire score, as shown in table (2).

Table (2): The results of the Pearson correlation coefficient of the correlation matrix of each item in the questionnaire and the total number of the questionnaire.

Paragraph Number	Correlation Coefficient	Paragraph Number	Correlation Coefficient	Paragraph Number	Correlation Coefficient
1	.722**	10	.772**	18	.773**
2	.741**	11	.738**	19	.714**
3	.761**	12	.712**	20	.781**
4	.713**	13	.723**	21	.698**
5	.736**	14	.798**	22	.751**
6	.724**	15	.781**	23	.792**
7	.718**	16	.725**	24	.762**
8	.714**	17	.714**	25	.729**
9	.787**				

** Statistically significant ($0.01 \geq \alpha$); * Statistically significant ($0.05 \geq \alpha$).

The data presented in Table (2) shows that all the values of the correlation matrix of the questionnaire items are related to the total score of the questionnaire with statistical significance at the level of statistical significance (0.01), which indicates strength. The internal consistency of the questionnaires and the validity of the questionnaire to measure the constructs indicate that they jointly measure the role of sports media in reducing sports-related injuries. Palestinian and Yemeni soccer players.

Resolution stability:

Reliability was calculated by internal consistency method and Cronbach Alpha reliability coefficient as well as McDonald Omega reliability coefficient are shown in table (3).

Table (3): Interview Item reliability coefficients

Variables	Number of paragraphs	Cronbachs alpha reliability coefficient	McDonalds omega reliability coefficient (w)
Total degree of the questionnaire	25	.911	.915

The data shown in Table (3) shows that the Cronbach Alpha reliability coefficient value for the total questionnaire score is high, while the Cronbach Alpha reliability coefficient for the total questionnaire score is (0.911), which indicates that the questionnaire has a high level of **reliability**.

Resolution correction:

Response scores were assigned to the scale items using a five-point Likert method, with the respondent giving five points for answering (always), four points for answering (often), three points for answering (sometimes), and two points for Answering (sometimes) receives.). Answer (rarely), one point for answer (never). In order to interpret the arithmetic mean and determine the role of sports media in spreading health awareness, the scores ranged from (1-5) and were classified into three lower levels. level (2.33 or less), medium level (2.34 - 3.67), high (3.68 or more).

Studying change

- Categorize variables: representation, age, playing position.
- Dependent changes: The role of sports media in the dissemination of health information.

Statistical processing

The researchers used the Statistical Software Package for the Social Sciences (SPSS 29).

Results of the study

This part included the statistical analysis of the data resulting from the study, in order to answer the research questions and verify their hypotheses.

Results of the first question: What is the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of the players of the Palestinian and Yemeni national football teams?

To answer the first question, we extracted the arithmetic mean, standard deviation, and relative weights for the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of players of Palestinian and Yemeni soccer teams. As shown in Table (4).

Table (4): Arithmetic means, standard deviations, and relative weights for the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni football team players, arranged in descending order.

Paragraph Number	Paragraphs	Mean	Standard Deviation	Relative Weight %	Agreement Level
1	Provides information explaining the importance of showering after exercising.	3.92	1.08	78.4	High
25	Publishes information about the types of diseases caused by viruses, ways of transmission, and how to prevent them.	3.35	0.86	67.0	Medium
22	Publishes information explaining the importance of getting enough rest after injury.	3.35	0.90	67.0	Medium
19	Publishes information correcting misconceptions about the use of passive training devices.	3.31	1.18	66.2	Medium
8	Provides information explaining the harms of strenuous activity immediately after eating.	3.25	1.23	65.0	Medium
12	Provides information explaining the relationship between nutrition and exercise.	3.23	1.18	64.6	Medium
23	Provides information explaining the importance of wearing cotton clothes when exercising.	3.17	0.90	63.4	Medium
21	Publishes information on the importance of regulating sleep hours and times.	3.12	0.98	62.4	Medium
20	Provides information explaining the dangers of taking stimulant medications.	3.10	1.24	62.0	Medium
16	Provides information on the importance of regular exercise to maintain physical fitness.	3.02	1.13	60.4	Medium
24	Provides information on the importance of mastering motor skills on equipment to avoid injury.	2.98	0.96	59.6	Medium
2	Explains the importance of a comprehensive and regular medical examination.	2.96	1.33	59.2	Medium
7	Provides information on the importance of reducing refined sugar intake with tea and coffee.	2.96	1.14	59.2	Medium
14	Provides information explaining the importance of a meal containing all the nutritional elements.	2.87	1.30	57.4	Medium

9	Raises awareness about the importance of avoiding fast food.	2.85	1.27	57.0	Medium
3	Explains the importance of getting enough rest after exercise.	2.71	1.24	54.2	Medium
10	Provides information explaining how to get rid of excess calories.	2.71	1.24	54.2	Medium
4	Provides information on the importance of regulating sleep hours and times.	2.60	1.27	52.0	Medium
17	Provides information explaining the importance of sitting and walking properly.	2.58	1.13	51.6	Medium
15	Provides information explaining the proper ways to perform exercises.	2.52	1.35	50.4	Medium
6	Focuses on the importance of eating fresh fruits and vegetables.	2.50	1.09	50.0	Medium
5	Raises awareness about the importance of drinking water during and after exercise.	2.50	1.24	50.0	Medium
18	Publishes information on the importance of using appropriate medical shoes.	2.48	1.16	49.6	Medium
13	Publishes information explaining the importance of carbohydrate intake after finishing exercise.	2.38	1.24	47.6	Medium
11	Provides information on the importance of matching food with age and weight.	2.29	1.09	45.8	Low
Total Score for Administrative Challenges		2.91	0.53	58.2	Medium

The data presented in Table (4) show that the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of the Palestinian and Yemeni football team players is average, as the arithmetic mean of total score. The role of sports media in disseminating health information to the Palestinian and Yemeni national teams is (2.91) percent (58.2%). From Table (4), it is clear that paragraphs (1, 25, 22) received the highest arithmetic value regarding the role of sports media in promoting the health of Palestinian and Yemeni football team players. Information explaining the importance of showering after sports), (publishing information on the types of viral diseases, ways of transmission and how to prevent them), (publishing information explaining the importance of being adequate). rest after infection). Regarding paragraphs (11, 13, 18), they received the lowest arithmetic mean on the role of sports media in spreading health awareness among the players of the Palestinian and Yemeni football teams, which states: (food (provides information on the importance of weight and age) and (publishes information, which describes the importance of carbohydrate consumption after sports

activity and (use of appropriate medical footwear) communicates the importance). Researchers attribute this result to the fact that sports media in Palestine and Yemen do not confirm the importance of proper nutrition in maintaining athletes' health and reducing the risk of injuries, and about the best food for athletes. There is a lack of reports, and them. Share health information about their use when you have an injury through informative videos and articles that can help reduce the effects of injuries and prevent their damage. This result was agreed by the study (Boufrida & Saraia, 2022) which showed high results. Health awareness for the prevention of sports injuries in football players, the average also agreed with the study (Rabouh, 2018), which found that the health level of adults is average, but this result is different from the study ((Boufrida, 2021) , their results were conclusive. Sports media have a positive role in spreading health awareness about the dangers of doping abuse among youth at the university, Results of the second question: Is there a statistically significant difference regarding the role of sports media in reducing sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni football team players? As for the changes: team, age and state of play?

The second question led to the following sub-questions:

First sub-question: Is there a statistically significant difference between the mean scores of the study sample members regarding the role of sports media in disseminating health knowledge to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni soccer players? to the team variable?

To answer the first sub-question, use the Independent-Sample t test, as shown in table (5).

Table (5) Results of the Self-Sample t-test to determine the differences between the data of the members of the study sample regarding the role of sports media in spreading health information to reduce sports injuries according to the view of sports players. Palestinian and Yemeni football teams due to flexibility in Selection.

Variable	Team	Frequency	Mean	Standard Deviation	Calculated T-value	Statistical Significance
The role of sports media in spreading health awareness	Yemeni national team	26	2.81	0.60	-1.31	0.198
	Palestinian national team	26	3.00	0.43		

The results shown in Table (5) indicate that there are no statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) in the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian players. and Yemen football teams due to the team variable, where the calculated statistical significance was (0.198), which is greater than (0.05) and not statistically significant. The researchers attribute this result to the greater similarity between the Palestinian and Yemeni

sports environments, which led to similarities in players' experiences with sports media. This similarity may be in the form of media channels, level of interest in the sport or challenges faced by players in both countries. Second sub-question: Are there statistically significant differences between the averages of the members of the research sample regarding the role of sports media in spreading health awareness in reducing sports injuries from the perspective of the players of the Palestinian and Yemeni soccer teams due to age?

To answer the second question, statistical methods, standard deviations and one-way analysis of variance test (One-way Anova) were calculated for the differences in the results of the sample members of the study on the effect of the entertainment is spread. Health knowledge about the reduction of sports injuries from the point of view of the players of the Palestinian and Yemeni football teams, due to the age variable, as shown in the following tables (6, 7):

Table (6): Numbers, statistical methods and study sample members' role of sports media in promoting health awareness to reduce sports injuries in the context of Palestinian and Yemeni football team players. , related to the age variable.

Variable	Age	Number	Mean	Standard Deviation
The Role of Sports Media in Spreading Health Awareness	Less than 22 years old	11	2.84	0.66
	From (22-27) years old	22	2.86	0.54
	28 years old and above	19	3.00	0.44
	Total	52	2.91	0.53

It is clear from Table (6) that there is a clear difference between the arithmetic mean score of the members of the study sample on the role of sports media in spreading health awareness in reducing sports injuries from the perspective of the Palestinian players. and Yemeni football teams based on the age variable. To evaluate the significance of the differences, the One Way Anova test was used according to table (7):

Table (7): Results of the One Way Anova test to identify the age variable

Variable	Source of Variation	Sum of Squares	Degrees of Freedom	Mean Square	Calculated F Value	Statistical Significance Level
Role of Sports Media in Spreading Health Awareness	Between Groups	0.28	2	0.138	0.488	0.617
	Within Groups	13.85	49	0.283		
	Total	14.13	51			

The results shown in Table (7) show that there is no statistically significant difference at the level of significance ($\alpha \leq 0.05$) in the role of sports media in promoting health awareness to reduce sports injuries from the player's point of view. Statistical significance calculated because the age variable of the Palestinian and Yemeni football teams is (0.617) which is higher than (0.05) and is not statistically significant.

The researchers attribute this result to the fact that players of different ages in the two teams may be exposed to the same media sources, whether traditional (such as television and newspapers) or modern (such as the Internet and social networks), and that's it. The effect may contribute to the absence of significant differences between different age groups.

The third sub-question: Are there statistically significant differences between the mean scores of the sample members regarding the role of sports media in promoting health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian and Yemeni soccer team players? To a variable playing position?

To answer the third sub-question, arithmetic mean, standard deviation, and one-way analysis of variance test (One-way Anova) were calculated for statistical differences among the study sample members regarding the role of sports in health promotion. It is recognized that the reduction in sports injuries among the players of the Palestinian and Yemeni football teams is shown in the following table (8, 9) due to changes in the game.

(Table 8): counts, arithmetic means and standard deviations of the study sample members' scores on the game center variable

Variable	Position	Number	Average	Standard Deviation
The Role of Sports Media in Promoting Health Awareness	Goalkeeper	8	3.13	0.42
	Defender	18	2.71	0.49
	Midfielder	12	2.97	0.45
	Striker	14	2.99	0.64
	Total	52	2.91	0.53

It can be seen from Table (8) that there are clear differences between the arithmetic mean scores of the study sample members regarding the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of Palestinian players. and Yemeni football teams, due to the variable playing position. To test the significance of differences, one way ANOVA test was used as shown in Table (9):

Table (9): One-way Anova test results to determine the difference in the number of study groups in the changing music condition.

Variable	Source of Variation	Sum of Squares	Degrees of Freedom	Mean Squares	Calculated F-Value	Statistical Significance Level
----------	---------------------	----------------	--------------------	--------------	--------------------	--------------------------------

Role of Sports Media in Spreading Health Awareness	Between Groups	1.18	3	0.395	1.465	0.236
	Within Groups	12.94	48	0.270		
	Total	14.13	51			

It is clear from the results shown in Table (9) that there are no statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) in the role of sports media in spreading health awareness to reduce sports injuries from the perspective of the players of the Palestinian and Yemeni national football teams, attributable to the variable of the playing position. The calculated statistical significance value for the overall degree was (0.236), which is greater than (0.05) and not statistically significant.

Researchers attribute this result to the fact that although each position in football may be exposed to different types of injuries, sports media tend to provide comprehensive advice and guidelines related to injury prevention in general. Thus, sports media may offer integrated coverage that includes all aspects of injury prevention without focusing specifically on a particular position. This can contribute to spreading equal health awareness among players in various positions.

Recommendations:

1. Directing health media messages that include information about the importance of regular physical exercise, proper warm-up before matches and training, as well as stretching and cooling down techniques after physical activity.
2. Collaborating with health experts such as doctors, sports coaches, and nutrition experts to provide reliable and evidence-based health advice and guidance.
3. Providing educational resources in various media such as explanatory videos and written articles to raise awareness among players and audiences about the importance of sports health.
4. Focusing on injury prevention, including providing advice on warm-up and stretching techniques, the use of protective equipment, and proper training techniques.
5. Encouraging a culture of self-care among athletes, such as reports on the importance of quick response to pain and injuries and seeking necessary medical care.
6. Maintaining continuous communication with audiences and players through social media, television, and radio programs to spread knowledge and encourage healthy behaviors.

Gratitude and Appreciation

We express our gratitude to the research sample consisting of football players from the national teams of Palestine and Yemen

Conflict of interest

The authors declare that there is no conflict of interest

Motaz Mohammed Saadi Al-Qaaoud motazalqaod@yahoo.com

References

- Abdul Razzaq, S. (2018). Sports Media via Social Networking Sites: Between Reality and Hope. *Journal of Technological Sciences for Physical Activities and Sports*, 15(1), 243–253.
- Abdul-Aleem, A.-H., Sharif, S., & Al-Ardi, A. (2023). Health awareness and its role in preventing sports injuries among athletes in the State of Kuwait. *Journal of Theories and Applications of Physical Education and Sports Sciences*, 40(2), 273–283.
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- 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., 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-Hadi, I. (2018). Private visual sports media and its role in promoting the culture of professionalism in football. *Tafawuq Journal of Physical and Sports Activities Sciences and Technologies*, 3(2), 30–41.
- 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-Saqi, A., & Baqer, M. (2019). The role of sports media channels in spreading sports culture and guiding secondary school female students towards specialization and educational sports culture. *Journal of Basic Education College Research*, 15(4), 479–496.
- Al-Zayoud, K. (2013). The role of sports media in raising the level of sports culture for Jordanian women. *The Second International Scientific Conference for Social and Human Research and Studies in the Islamic World , Zayed University, United Arab Emirates*, 25–27.
- 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>

- Boufrida, A. (2021). The role of sports awareness media in spreading health awareness about the dangers of doping in the sports community. *Tafouq Journal of Physical and Sports Activities Sciences and Technologies*, 6(1), 543–562.
- Boufrida, A., & Saraia, J. (2022). The role of health awareness in preventing sports injuries among football players. *Journal of Research in Physical Activity and Sports Sciences and Technologies*, 3(1), 122–137.
- 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). *Journal of Human Sport and Exercise*, 19(2). DOI: <https://doi.org/10.14198/jhse.2024.192.20>
- Ghoul, A., Kuchuk, S. M., & Ben Goua, A. (2018). Awareness of the risks and harms of doping among professional football players in the “1” and “2” divisions of the Algerian championship. *Journal of Science and Technology for Physical Activities and Sports*, 15(4), 71–80.
- Gross, M., Moore, Z. E., Gardner, F. L., Wolanin, A. T., Pess, R., & Marks, D. R. (2018). An empirical examination comparing the Mindfulness–Acceptance–Commitment approach and Psychological Skills Training for the mental health and sport performance of female student athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(4), 431–451. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1250802>
- 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>
- 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.
- Khan, M. , G. Q., & Khan, S. (2021). Role of Media in Promoting Physical Education and Sports in Pakistan. *International Review of Social Sciences*, 9(5), 251–257.
- Rabouh, S. (2018). The extent of the contribution of sports media in spreading health awareness among the elderly in the work environment. *Sports System Journal*, 5(2), 223–240.
- Salami, S. A. (2016). Treatment of the phenomenon of doping by the specialized national press: Al-Haddaf newspaper as a model. *Maaref*, 11(21), 115–205.

- Shaheen, W. M. (2016). The educational role of media in raising the level of athlete health education, from the perspective of the faculty of athlete studies colleges. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 17(3), 464–494. <https://fada.birzeit.edu/handle/20.500.11889/5196>
- Tazi, A. (2021). The Relationship between Health Awareness and Health Behavior Practice. *Diaa Journal of Psychological and Educational Research*, 2(1), 222–234.
- Weiß, M., Büttner, M., & Richlan, F. (2024). The Role of Sport Psychology in Injury Prevention and Rehabilitation in Junior Athletes. *Behavioral Sciences*, 14(3), 254. <https://doi.org/10.3390/bs14030254>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The relationship of thinking patterns associated with the two halves of the brain to the skills of handling and suppression in indoor soccer for female students of the College of Physical Education and Sports Sciences

Nahida Hamed Mashkoor¹  

Intisar Ahmed Othman²  

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Article information

Article history:

Received 16/12/2024

Accepted 5/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Thinking patterns, brain hemispheres, handling, suppression, futsal

Abstract

The aim of the research was to identify the learning and thinking patterns of the two halves of the brain among first-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences. The researchers used the descriptive approach using the correlational method, due to its suitability to the nature of the research problem, as the sample of the research was first-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra. The researchers relied on building a scale of the two halves of the brain as well as several tests. The researchers concluded that the diagnostic scale of learning and thinking patterns associated with the two halves of the brain showed the dominance of the left pattern of thinking, followed by the right pattern. They also recommended organizing and diversifying educational content and teaching methods in a way that develops the characteristics of the two halves of the brain together, which contributes to improving the ability to perform skills well.



11– Definition of the research

1–1 Introduction and importance of the research

Science has developed greatly as a result of the repercussions of scientific and technological progress. One of the most important basic goals of teaching has become teaching students how to think, not how to memorize academic subjects by heart without understanding, absorbing, and employing them in life. Thinking is a series of mental activities that the brain performs when exposed to a stimulus received through one or more of the five senses, and that each half of the brain has functions that differ from the functions of the other half. It is noted that the brain does not work linearly, but rather works according to patterns called thinking patterns. It is the way in which the learner receives experience, organizes it, records it, stores it, and then programs it in his cognitive store, which is synonymous with the learning style (Dhoqan & Abu Al-Sameed, 2005). There is a difference in the thinking patterns of learners, as each learner is unique in his learning style and thinking pattern, and thus in his teaching style. Torrance believes that thinking patterns differ according to the difference in the dominant half of the brain, and accordingly divided thinking patterns into three types: (right, left, and integrated). The right thinking pattern is characterized by the following features: (It deals with the problem in a comprehensive manner, addresses a number of variables and types of information at the same time, and is determined by non-verbal things such as arts and music, and addresses tasks Spatial and visual, and is interested in forming metaphors, similes and guessing, and prefers renewal, and is interested in tasks that require assembling parts to form a whole), while the left-handed thinking style is characterized by the following features: (prefers logical analytical processing, specializes in verbal and numerical materials,(Hamed & Ahmed, 2023) is interested in information related to time, prefers processing parts, and controls behavioral control), while the integrated thinking style is characterized by using both patterns (right and left) together and to the same degree. (Hamid, 2005)

And football skills require a great deal of activation of mental processes, especially thinking skills and what is related to them, especially in the early stages of learning. Hence comes the importance of the research in knowing the relationship between thinking patterns associated with the two halves of the brain and the skills of handling and suppression in indoor football for first-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences.

1-2 Research Problem

Thinking patterns based on the functions of the two halves of the brain are important topics that occupy a large space in the field of scientific studies and research that have drawn the attention of researchers. Focusing on the skills of one half of the brain and neglecting the skills of the other half means wasting half of the learner's abilities. Hence, the research problem arises, which requires finding a way to exploit the maximum energies of learners with correct thinking by involving the two halves of the brain in the learning process to develop their minds and invest them in the correct way of performing movements and skills. All this led the researchers to study the thinking patterns of the two halves of the brain for first-year female students and the extent of their relationship to the skills of handling and suppression in football. (Abdulrahman et al., 2020)

1-3 Research Objectives

- Identifying the learning and thinking patterns of the two halves of the brain among first-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences.
- Identifying the relationship between the learning and thinking patterns of the two halves of the brain and the skills of handling and suppression in football.

1-4 Research hypothesis:

- There is a statistically significant correlation between the learning and thinking patterns of the two halves of the brain and the skills of handling and suppression in indoor football among first-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences.

1-5 Research areas

1-5-1 Human field: First-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra

1-5-2 Temporal field: The period from 2/25/2023 to 4/1/2023

1-5-3 Spatial field: Football field in the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra.

1-6 Definition of terms

Thinking patterns: It is known as what has been learned in order to control the surrounding environment, especially everything that surrounds the individual can be controlled, so the thinking pattern is a method by which the individual controls in order to control the environment or any other surrounding elements. (Yousef & Nayfa, 2001)

2– Research methodology and field procedures

2–1 Research methodology

The researchers used the descriptive method using the correlational relations method, due to its suitability to the nature of the research problem, as the survey method is based on the descriptive method, which is "the accurate perception of the mutual correlational relations between society and trends, tendencies, desires and development, as the research gives a picture of the reality of life and sets indicators and builds future predictions" (Wajih Mahjoub, 2001)

2–2 Research community and sample

The research community was chosen intentionally from the first-stage female students for the academic year 2023–2024 AD, numbering (75) female students from the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Basra. The research sample amounted to (24) female students, after the researchers excluded the exploratory experiment sample, which amounted to (5) female students, i.e. (32%) of the research sample. The researchers assumed that the sample was homogeneous because they were in the same age group and at the same stage of study.

2–3 Means of collecting information, tools and devices used in the research

– Arabic and foreign sources and references, personal interviews, skill test form, brain hemisphere thinking patterns scale form, legal football field, (10) legal footballs, metal measuring tape (cm), (5) indicators

2–4 Tests used in the research

2–4–1 Diagnostic scale for thinking patterns associated with the brain hemispheres:

The researchers adopted the diagnostic scale for thinking patterns associated with the brain hemispheres, which was prepared by the researchers, and it is a scale that aims to diagnose thinking patterns associated with the brain hemispheres, consisting of (12) mental and psychological characteristics for those who use the left and right halves of the brain, from which (86) paragraphs were derived, and for each paragraph there are two phrases, phrase (a) refers to the thinking pattern derived from the left half of the brain, and phrase (b) refers to the thinking pattern derived from the right half of the brain, choosing the two phrases together refers to the thinking pattern derived from the brain hemispheres, and one point is given for each A test, meaning that each student has three degrees on the scale. The scale is also easy to apply and correct. Appendix (2) shows the diagnostic scale for the two halves of the brain.

2-4-2 Average handling test in football (Al-Khashab & Moataz, 2005)

Test objective: Measure the accuracy of average handling

Tools: (5) footballs, measuring tape.

Performance description: Three overlapping circles are drawn with diameters of (2) m, (4) m, (6) m respectively and are given grades respectively (6), (4), (2), where the center of the circles is the point of distance between the starting line and the three circles which are at a distance of (20) m. However, if the ball falls on the lines of the circles, the following grades are given according to the sequence of the circles (5), (3), (1) grade, while the attempt is considered a failure if the ball falls outside the three circles.

Recording: The test subject is given (5) consecutive attempts and the number of grades he gets from the five attempts is calculated, and the total grade for the test is (30) grades.

3-4-3 Ball Stopping (Suppression) Test in Football: (Al-Khashab & Moataz, 2005)

Test objective: Measuring accuracy in stopping the ball and regaining control of it with the foot, knee, chest or head.

Tools: (5) footballs, measuring tape.

Performance method:

1- Planning the test area

2- The player stands behind the designated test area.

3- The teacher stands with the ball on line (A), and after giving the start signal, he throws the ball (high ball) to the test subject who advances from the starting line to inside the test area trying to stop the ball with any part of the body specified in advance except the arms, and then returns to the starting line and starts again, and so the player repeats the five consecutive attempts. The ball must be stopped behind the line and within the designated test area, with one of the feet inside the test area.

4- If the teacher makes a mistake in throwing the ball, the attempt is repeated and is not counted (the ball is thrown from the bottom to the top), the attempts are not counted as correct in the following cases:

- If the player does not succeed in stopping the ball.
- If he crosses any line in the area by more than one foot.
- If he stops the ball in an illegal manner.

Recording:

A- Two points are given for each correct attempt.

B- (10) points are calculated for the total of the five attempts.

2-5 Scientific foundations of the scale and tests

First / Test validity

A valid test is one that ((measures accurately enough the phenomenon it was designed to measure and does not measure anything instead of it or in addition to it (Al-Zamili et al., 2009)

On this basis, the researchers presented the paragraphs of the scale of learning and thinking patterns related to the two halves of the brain and the skill tests to a group of experienced and specialized gentlemen (*), in order to ensure that the tests are appropriate to the level of the research sample, which is called apparent validity, and 100% agreement was reached on the paragraphs of the scale and the skill tests.

Second / Test stability

The stability of the test means that ((if the test is repeated more than once on the same sample, it gives similar results)) (Al-Zamili et al., 2009) To find the stability of the skill tests, the researchers applied the tests to a survey sample of (5) female students from the original research community and from outside the basic research sample on 3/1/2023, then they The researchers retested after seven days, i.e. on 3/8/2023, then extracted the simple Pearson correlation coefficient between the results of the two tests. The value of the correlation coefficient was (0.87), which is greater than the value of (sig) (0.63%) at a significance level of (0.5) and under a degree of freedom of (3), which indicates the degree of stability of the tests.

Thirdly/ Objectivity of the test

The objectivity of the test means "the results of the test are not affected by the subjectivity or personality of the corrector, and the examinee gets a certain score when more than one person corrects the test" (Al-Zamili et al., 2009)

2-6 Exploratory experiment

The researchers conducted an exploratory experiment on 3/15/2023 on a sample of the original research community, which numbered (5) female students. The aim of conducting this experiment was to:

- 1- Find out the suitability of the tests for the individuals of the research sample.
- 2- Find out the obstacles that the researcher may face when implementing his main experiment
- 3- Find out the time taken to conduct the test of the scale of learning and thinking patterns associated with the two halves of the brain.

2-7 Field research procedures

The field research procedures consisted of implementing skill tests as well as applying the test of the scale of learning and thinking patterns associated with the two halves of the brain to the research sample on (3/22/2023)

2-8 Statistical methods

The researchers used the statistical package of the SPSS v22 program

3- Presentation, analysis and discussion of the results of the research tests:

3-1-1 Presentation, analysis and discussion of the results of the diagnostic scale for learning and thinking styles and skill tests.

Table (1)

shows the arithmetic means and standard deviations of the research sample variables

Statistical coefficients		Variables	ت
(Sig)	X		
5.02	33.65	Left pattern	1
4.87	32.90	Right pattern	2
1.602	18.60	Manipulation skill	3
0.512	9.50	Extinguishing skill	

Table (2)

shows the calculated value of (r) and the statistical significance of the variables of the research sample.

Significance)	Degree (Sig)	Value (R)	Variables	ت
Significant	0.000	0.863	Manipulation skill	1
Significant	0.000	0.887	Extinguishing skill	2
			Left pattern	3
			Right pattern	4
Significant	0.001	0.695	Manipulation skill	5
Significant	0.001	0.694	Extinguishing skill	6

Degree of freedom (n - 2) = 22 Significance level (0.05)

3-2 Discussion of the results

The researchers attribute the reason for the emergence of a high correlation between the scale of thinking patterns associated with the two halves of the brain and the two tests of handling and suppression in football to the interest of the subject teacher in teaching the students the correct method of performance according to their nature in receiving information for each skill through repeating the performance to develop the neuromuscular coordination required by football skills(Khalifab & Jabbar, 2023) as a sport that requires mastering the skill correctly.

The connection between accuracy and the efficiency of the nervous and muscular systems as well as the integrity of the senses, especially vision and hearing, requires that the transfer of information to the brain through the senses be accurate, and that the nerve signals coming to the muscles from the nervous system be well-directed, whether directed to the working muscles or to the opposing muscles, and the muscles must also be well-formed and trained to perform the required work according to the different playing conditions. (Saad, 1996) (Mashkor, 2017)

The researchers also attribute the reason for the significant correlation between the scale of thinking patterns associated with the two halves of the brain and the skills of handling and suppression to the sample members, as they were distinguished by their use of the two halves of the brain in learning and thinking, which was positively reflected in the results that appeared in the research.

The researchers also attribute the superiority of the left half of the brain over the right half to the fact that most teachers activate the left half of the brain without the other. Continuing research in the field of the brain has confirmed that a person who is trained to use one side of the brain tends to exclude the other side, meaning that he tends to acquire prevailing habits represented by activities controlled by the trained side of the brain, then the person will tend to describe himself within the framework of these activities.

In other words, the student is a prisoner of the information he receives and the way he thinks, meaning that he thinks and learns in the usual way, and this makes the student's intelligence undiversified and therefore his acquisition of knowledge is limited, and the student may be affected by the teacher's way of thinking, which often stems from one of the two sides of the brain.

Also, traditional teaching methods focus on the skills of the left half of the brain, while neglecting the right half of it. (Abdul Sattar, 2000)

4– Conclusions and recommendations:

4–1 Conclusions:

- 1– The diagnostic scale of learning and thinking patterns associated with the two halves of the brain showed the dominance of the left pattern of thinking followed by the right pattern
- 2– The emergence of a correlation between the left pattern of thinking and the skills of handling and suppression in football.
- 3– The emergence of a correlation between the right pattern of thinking and the skills of handling and suppression in football

4–2 Recommendations:

- 1– Organize and diversify educational content and teaching methods in a way that develops the characteristics of the two halves of the brain together and contributes to improving the ability to perform skills well.
- 2– Use teaching methods that develop and stimulate the characteristics of the right pattern of thinking.
- 3– Use teaching methods that develop and stimulate the characteristics of brain dominance.

Acknowledgements

We express our gratitude to the research sample, represented by the first–year female students of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Basra.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest

Naheda Hamed Mashkoor <https://orcid.org/0000-0002-2329-6428>

References

- Abdul Sattar, J. A.-D. (2000). *Physiology of mental processes and sports* (p. 144).
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Al-Khashab, Z. Q., & Moataz, M. (2005). *Football (Skills – Tests – Law)* (p. 82). Ibn Al-Atheer House for Printing and Publishing.
- Al-Zamili, A. A. J., Al-Sarmi, A. bin M., & Kazem, A. M. (2009). Concepts and applications in educational evaluation and measurement. *Kuwait: Al-Falah Library*.
- Dhoqan, O., & Abu Al-Sameed, S. (2005). *The Brain, Learning and Thinking* (1st ed, p. 65). De Bono Publishing House.
- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- Hamid, Y. M. (2005). *The effect of the multiple talents program on developing thinking patterns associated with the two halves of the brain (right and left) among middle school students* [Unpublished doctoral dissertation]. University of Mosul.
- 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 Shiyou Univ Nat Sci Ed*, 19(11), 751–764.
- 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.
- Saad, M. I. (1996). *The effect of training methods to develop explosive strength of the legs and arms on the accuracy of long-range shooting by high jumping in handball* [PhD thesis].
- Wajih Mahjoub. (2001). *Principles of Scientific Research and Its Methods*, (Dar Al-Manhaj for Publishing and Distribution, Ed.).
- Yousef, Q., & Nayfa, Q. (2001). *Teaching Psychology* (1st ed, p. 339). Dar Al-Shorouk.

Appendix. (1) Scale of thinking patterns associated with the two halves of the brain

1. – When you are asked to comment on a specific sports situation, you use:
A– Terms related to that situation. B– Signs and motor expressions associated with that situation
2. – When you are asked to perform a specific sports skill, you:
A– The teacher's explanation of the skill. B– Mentally visualize the skill.
3. – Do you prefer the teaching method in the physical education lesson that presents information **in the form of**:
A– Partial. B– Complete.
4. – Do you prefer watching films of a:
A– Logical. B– Emotional nature.
5. – When the scientific research teacher asks you to write a report on a specific topic, you rely **on**:
A– The ideas that come to your mind. B– Realistic ideas.
6. – Do you prefer the teaching method that focuses on presenting:
A– One idea. B– A number of ideas at once.
7. – You watched a certain sports report and one of your friends asked you to narrate it to him. **Would you prefer to**:
A– Narrate the report as you watched it. B– Narrate the report using new words, phrases and expressions.
8. – When you participate with your colleagues in a discussion session on a certain topic, you:
A– Arrange your ideas within an organized plan. B– Present your ideas according to the situation and in an instant.
9. – In team matches, do you prefer tactical situations with:
A– Specific options. B– Unspecified options.
10. – When you watch an important sports event, you:
A– Focus your attention on the smallest details of the event. B– Pay attention to the entire event.
11. – When a player is injured, you:
A– Give him first aid immediately. B– Wait for the specialist doctor to come and treat him.
12. – When the referee draws lots between you as a team leader and the opposing team, if you do not choose the ball, you will choose the playing field (goal). Then you will prefer:

A– The left side. B– The right side.

13. – When the teacher assigns you a planning task in one of the practical lessons, you prefer:

A– A simplified verbal explanation of the task. B– You are satisfied with an explanatory diagram.

14. – When you are asked to classify those around you under the characteristics of anger, joy, anxiety, courage... and others, you rely on:

A– Names and descriptions of people. B– Facial gestures.

15. – Do you prefer a physical education teacher who processes information in a way that is:

A– Partial. B– Complete.

16. – If you are asked to make a decision about a specific issue, you rely on:

A– The available realistic logical ideas. B– Your feelings and emotions towards the issue.

17. – When you are asked to think about solving a specific problem, you:

A– Stay away from sources and books and sit to contemplate and think until you reach a solution to the problem. B– Search for solutions from available sources.

18. – Do you prefer to do physical exercises:

A– Simple. B– Complex.

19. – Are you skilled at:

A– Telling ready-made jokes and humorous situations. B– Composing new jokes and humorous situations.

20. – Do you prefer sports books whose content is characterized by:

A– Order and harmonious organization. B– Creativity and the use of similes.

21. – Do you prefer a teaching method that gives you:

A– Specific experiences. B– Non-specific experiences.

22. – When you deal with a problem, you solve it by:

A– Focusing on the smallest details of the problem. B– Observing the problem in general without focusing on its details.

23. – When the teacher assigns you certain duties, you:

A– Do your best to carry out these duties. B– Set a specific time to carry out the duties.

24. – When the teacher asks you in one of the theoretical lessons a question that requires thinking and contemplation to answer, in which direction do you look while thinking:

A– The left side. B– The right side.

25. – Do you prefer the teaching method in physical education based on:

A– Explanation and verbal examples. B– Drawings and illustrative diagrams.

26. – When the teacher presents you with a problem that you must find a solution for, you:

A– Solve the problem verbally. B– Imagine the problem mentally.

27. – When you are asked to learn a certain motor skill, you:

A– Divide the skill into its basic parts and learn each part separately until you learn the entire skill.

B– Learn the skill as a whole and then master each part separately.

28. – When the teacher asks you a question in a theoretical lesson, your answer depends on:

A– The information available on the topic. B– Information based on intuition and guesswork.

29. – Do you prefer to read stories with events:

A– Mysterious and imaginary. B– Tangible and realistic.

30. – In situations that require you to think about solving a problem, you prefer:

A– Sitting and writing down possible solutions. B– Walking and thinking carefully about possible solutions.

31. – Do you prefer a teaching method in a physical education lesson that strengthens your ability to:

A– Break down the components of the material into simple components that are easy to understand. B– Assemble the components of the material into a new structure.

32. – After learning motor skills, do you prefer to:

A– Adhere to the basic steps of motor skills while performing them. B– Be creative in performing motor skills and using them in a different situation.

33. – In achievement tests, do you prefer questions of the following nature:

A– Objective (multiple choice – true or false – fill in the blanks) B– Essay (explain – discuss – justify)

34. – When the teacher explains a specific topic, you:

A– Focus on the ideas and precise meanings related to the topic. B– Focus on the general ideas of the topic.

35. – When you participate in preparing for a sports festival, you:

A– Do your utmost to make the festival a success. B– Work with the available capabilities to implement the festival.

36. – When you review your lessons during exam days, you prefer to review:

A– During the day. B– At night.

37. – Do you prefer a physical education teacher who relies in his method on:

A– Mathematical and verbal terms. B– Outlines

38– When you take the paper and pen test, you remember information by:

A– Focusing on the verbal expressions of the information. B– Mental representations of the information.

39– In one of the theoretical lessons, the teacher asked you to explain a topic. Do you prefer:

A– Explain the basic parts of the topic until reaching the topic as a whole. B– Explain the topic as a whole in preparation for explaining its parts.

40– When you face a specific problem that requires you to collect information about it in preparation for solving it, you rely on:

A– Information and facts related to the problem. B– Your personal and intuitive experiences.

41– Do you prefer the teaching method in physical education that focuses on presenting ideas:

A– That increase your desire to learn about them (strange ideas). B– That are familiar to you (tangible).

42– When you take the paper and pen test, you:

A– Prefer the test to be in a quiet place. B– Do not care if the test is in a place where there is noise and sounds from those around you.

43.– Are you good at:

A– Disassembling a sports equipment. B– Assembling a sports equipment.

44– Do you prefer watching sports shows that are:

A– Regular. B– Professional.

45– When you face a specific academic problem, you:

A– Solve it in the usual context. B– Solve it using new innovative methods.

46– Your football team suffered successive losses, so you interpret the team's loss through:

A– Focusing on the most precise reasons that led to your team's loss. B– Focusing on the general reasons that led to your team's loss.

47– When you face a problem related to your studies, you:

A– Do your best to find several solutions to the problem. B– Be satisfied with one solution to the problem.

48– When you enter the lecture hall, do you prefer to sit on the side:

A– Left. B– Right.

49– When the teacher asks you a question in one of the theoretical lessons, you prefer your answer to be:

A– Verbal. B– Signs and movement expressions.

50– When you want to review your memories about a recreational trip you participated in, you:

A– Focus on what happened on the trip from words and conversations and situations. B– Mentally imagine the situations that occurred.

51– When you face a specific problem and you are required to find a solution to it, you depend on:

A– Dividing the problem to make it easier for you to perform the tests. B– Stopping at the available facts and information to reach a comprehensive solution to the problem.

52– While watching a match, you were asked to determine the winner of this match. You will determine the winner based on:

A– The available information about the capabilities of the two teams and the results of their previous matches. B– Your personal and intuitive tendencies towards one of the two teams.

53– Do you prefer a physical education teacher whose style is characterized by presenting ideas:

A– Abstract first. B– Tangible first.

54– When watching a match, you focus on the events of the match when:

A– The audience does not make a lot of noise and commotion. B– Focus on the events of the match even if the audience makes a lot of noise and noise.

55– Do you prefer activities that are:

A– Research and discovery. B– Composition and assembly.

56– Do you prefer a teaching method that presents the educational material in a:

A– Organized and coordinated. B– Improvisational with the use of models and analogies.

57– When you learn how to perform motor skills, you prefer:

A– Use a specific method in learning them. B– Use various methods in learning them.

58– When you watch a match, you:

A– Focus on the most beautiful attacks and goals. B– Focus on the match in general.

59– When you are presented with new experiences or information, you:

A– Interact with these experiences in order to acquire them. B– You are satisfied with looking at them (or interact with these experiences according to their importance).

60. – Sit in a comfortable position and try to meditate as if you are cut off from the world, then interlock your hands and see which of the two thumbs is higher:

A– The left. B– Right.

61. – Do you prefer to read sports books that:

A– Strengthen your ability to express yourself verbally. B– Strengthen your ability to deal with diagrams, pictures and drawings.

62. – When you want to remember information about a specific location, you prefer to do so in a way that is:

A– Consecutive and sequential. B– Comprehensive and interconnected.

63. – When you are asked to provide first aid to an injured player, you start providing first aid by relying on:

A– Your collection of information that led to the injury. B– Your personal experiences about first aid.

64. – When you are asked to organize a sports festival, you:

A– Prepare the things you will need. B– Prepare a list of the things you need and prepare a schedule to secure them.

65. – Are you someone who can focus on:

A– One task at a time. B– More than one task at a time.

66. – When you want to go to a place you always go to, are you good at:

A– Taking the same paths and places that lead to that place. B– Take new paths and places that lead to that place.

67. – When you make any decision, you:

A– Arrange your thoughts and information so that it is easy for you to make the decision.

B– Find yourself able to make your decisions instantly.

68. – Do you prefer reading stories that are:

A– Familiar. B– Unfamiliar.

69. – Do you prefer a physical education teacher who:

A– Focuses on the smallest details of the subject matter. B– Focuses on the subject matter in general.

70. – When your favorite team plays against a team that is below its level, do you expect your team to play:

A– Seriously. B– Less seriously.

71. – In vision tests, a vertical board with letters or symbols on it is placed in front of you at a certain distance. Put one of those symbols in front of your line of sight. Do you find the symbol moving when:

A– Close your left eye. B– Close your right eye.

72. – When you browse educational websites on the Internet, you prefer:

A– Websites with well-defined verbal expressions. B– Websites with well-organized pictures and drawings.

73. – When you are asked to teach a physical exercise, do you prefer to teach the exercise:

A– By dividing it into basic movements. B– Presenting the exercise in its entirety.

74. – When the teacher asks you a question outside the curriculum, you answer the question based on:

A– The information you have about the question. B– Your intuition or guess about the question.

75. – When you are asked to do some homework, you prefer:

A– Focus on one task at a time. B– Distribute effort over more than one task at a time.

76. – Do you prefer a physical education teacher who presents the educational material:

A– In a coordinated manner. B– In a manner that relies on models and metaphors.

77. – Do you prefer to watch sports shows:

A– Familiar. B– New.

78. – When the physical education teacher presents an educational model for a specific motor skill, you:

A– Focus on the smallest details of the motor skill. B– Focus on the motor skill as a whole.

79. – Try to sit calmly in front of a table, then place your hand at the edge of the table and ask a colleague to hold a ruler in a vertical position above your hand, then let it fall in a vertical position and try to hold the ruler with your thumb and fingers, then repeat the attempt with the other hand. In which hand can you hold the ruler faster:

A– Left hand. B– Right hand.

80. – Do you prefer an educational method that develops your ability to deal with:

A– Words and terms. B– Pictures, diagrams and drawings.

81. – Are you good at performing practical tests that require accuracy during:

A– Steadfastness. B– Movement.

82. – Is it easy for you to discuss with a person who is:

A– Systematic. B– Improvisational.

83. – Are you one of those who:

A– Use planning and organization in carrying out their schoolwork. B– Be flexible in carrying out their schoolwork.

84. – When you are asked to write a plan for a physical education lesson, you:

A– Collect basic information before writing the plan. B– Write the plan improvised.

85. When you want to review your lessons, you prefer to review them through:

A– Self-reciting and out loud. B– Formulating the topics you want to review in the form of diagrams and drawings.

86. You absorb the information presented by the teacher through:

A– Focusing on the teacher's verbal explanation. B– Diagrams presented by the teacher or planned by him/herself.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of mobile learning technology using QR Code in improving some floor movement skills in artistic gymnastics

Doaa Moheb El-Din ¹  Salah Hadi Hammad ²  Ameer Jaber ³  Mohammed Marei ⁴ 

Technological University / Student Activities Department¹

University of Anbar / College of Education and Sports Sciences^{2,3,4}

Article information

Article history:

Received 2/12/2024

Accepted 31/12/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Mobile learning technology, QR, floor movements, artistic gymnastics

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of mobile learning technology using the QR Code in improving some floor skills in artistic gymnastics. The time frame was from 2/20/2023 to 4/10/2023. The researchers used the experimental method and designed two groups with pre- and post-tests after identifying the dependent variables of the research. After that, the proposed method was implemented, which included (12) educational units, with (2) educational units per week on Mondays and Wednesdays, for a time of (25) minutes of the educational unit time, specifically (the main section/applied aspect), taking into account the general matters related to the educational unit (the preparatory section and the final section). After that, the post-tests were conducted under the same conditions in which the pre-tests were conducted. After that, the data were processed statistically and the researchers concluded that the use of mobile learning technology using the QR Code led to an improvement in the educational process while performing gymnastics skills in the experimental group. They recommended the necessity of student interaction in the educational process and moving away from the student's role in receiving orders only.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تكنولوجيا التعلم النقال باستخدام رمز Qr Code في تحسين بعض مهارات الحركات الأرضية بالجمناستك الفني

دعاء محب الدين احمد¹ ✉️ صلاح هادي حماد² ID أمير جابر مشرف³ ✉️ محمد مرعي ناصر⁴ ✉️

الجامعة التكنولوجية/ قسم النشاطات الطلابية¹

جامعة الانبار/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,3,4}

المخلص

هدف البحث الى التعرف على تأثير تكنولوجيا التعلم النقال باستعمال رمز Qr Code في تحسين بعض مهارات الحركات الأرضية بالجمناستك الفني. اما المجال الزمني فكان للمدة من 2023/2/20 ولغاية 2023/4/10. استخدم الباحثون المنهج التجريبي وبتصميم المجموعتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي بعد تحديد المتغيرات التابعة للبحث، وبعدها تم تنفيذ المنهج المقترح والذي تضمن (12) وحدة تعليمية وبواقع (2) وحدة تعليمية في الأسبوع في يومي الاثنين والاربعاء وبزمن قدره (25) دقيقة من زمن الوحدة التعليمية وتحديد (القسم الرئيسي/الجانب التطبيقي) مع مراعاة الأمور العامة التي تخص الوحدة التعليمية (القسم الإعدادي والقسم الختامي)، بعدها اجريت الاختبارات البعدية تحت الظروف نفسها التي تم بها إجراء الاختبارات القبليّة، وبعدها تمت معالجة البيانات احصائياً واستنتج الباحثون استعمال تكنولوجيا التعلم النقال باستعمال رمز qr code أدى الى تحسن في العملية التعليمية اثناء اداء مهارات الجمناستك لدى المجموعة التجريبية واوصوا ضرورة تفاعل الطلاب في العملية التعليمية والابتعاد عن دور الطالب في تلقي الأوامر فقط .

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/12/2

القبول: 2024/12/31

التوفر على الانترنت: 15 يناير، 2025

الكلمات المفتاحية:

تكنولوجيا التعلم النقال، QR، الحركات الأرضية، الجمناستك الفني

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

لقد شهد العالم ثورة علمية كبيرة استطاعت إحداث تغييرات واسعة في مختلف المجالات، بما في ذلك مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة، والتي تلعب دورًا أساسيًا في عملية التغيير نحو الأفضل. والتغيير والتطور شمل العديد من العلوم منها علم النفس الرياضي وعلم التشريح والعلوم الأخرى.

وان التطور التكنولوجي يلعب دورًا رئيسيًا في تزويد المتعلمين في عملية التعلم أو التدريب بأدوات ووسائل تعليمية حديثة سواء أكانت تطبيقية أو معرفية من شأنها أن تساعد في تسهيل إيصال المعلومات للمتعلمين وقد اهتمت بالجوانب المعرفية للتعلم وأخرى اهتمت بمساعدة المتعلم في الجانب العملي من أجل الوصول إلى مستوى أداء جيد ولهذا يجب على المدرب إعداد المتعلم من جميع الجوانب، سواء كانت معرفية، جسدية، مهارية، ذهنية، وغيرها. (MUSHREF & Sulaiman, 2022) (Mushref, 2024b)

ان الوقت الطويل في تعليم المهارات ليس هو الطريقة الوحيدة لتعليم وتطوير المهارات الأساسية. هناك العديد من الطرق والأساليب المختلفة ووسائل التكنولوجيا المختلفة والحديثة التي تساعد في تسريع وإتقان التعليم واكتساب المهارات، ظهرت في الآونة الأخيرة محاولات عديدة ومتنوعة لإيجاد وسائل تعليمية لتعلم المهارات الحركية وتنميتها من خلال إيجاد وسائل وطرق تعليمية متعددة لمواقف تعليمية مختلفة من أجل تنويع خبرات المتعلم وتوظيف كل حواسه لتعلم المهارة من خلال استعمالها الوسائل والأساليب في مواقف الأداء المهاري مما يؤدي إلى ترسيخ وتعميق خبرات المتعلم ، حيث إن تعدد وسائل التكنولوجيا الحديثة يزيد من انتباه المتعلم ويساعد على حسن استقبال وإدراك الأجزاء التفصيلية للحركة. كما أن استعمال الجهاز كوسيلة فعالة في التعليم قد يؤدي إلى إمكانية التكيف مع الفروق الفردية وإتاحة الفرصة للطلاب لاستيعاب المهارات التي يطبقها في التدريب والمباريات طبقا لقدراته ومستواه وهذا بالطبع سوف يؤثر إيجابيا في الارتقاء بأدائه البدني والمهاري بصورة فعالة مما يترتب عليه الارتقاء بمستوى المتعلم من أجل إيصاله إلى الآلية في العمل لتحقيق أعلى النتائج مع اقتصاده بالوقت والجهد. (Hamad et al., 2024)

ويرى (Al-Hadi, 2011) (Al-Halfawi, 2011) على أن استعمال تقنيات لاسلكية مثل الهواتف النقالة الحاسبات الآلية المصغرة، والهواتف الذكية ويمتاز ببساطة تبادل الرسائل بين المتعلمين بعضهم البعض، وبينهم وبين المعلم عن طريق رسائل (sms)، هو أهم ما يعتمد عليه التعلم النقال

كما ان استعمال رمز الاستجابة السريعة **Qr code** تعتبر ضمن جوانب التفاعل وتعزيز المواد الورقية المطبوعة مثل مقاطع الفيديو والأصوات ومواقع النت، والتي لا يمكن ان تعكسها المواد المطبوعة بمفردها. (Chu et al., 2013)

وان الباحثون يرون مهارات الجمناستك الفني وخاصة الحركات الارضية التي تكون بحاجة ضرورية للاستفادة من التكنولوجيا الحديثة في العملية التعليمية، مما له من تأثيرات ايجابية على جميع المخرجات التعليمية، بما يتناسب مع إمكانيات المتعلمين، وذلك لمواكبة التطور التكنولوجي باستعمال الهواتف النقالة ورمز الاستجابة السريعة Qr Code في العملية التعليمية. وتكمن أهمية البحث باستعمال التكنولوجيا الحديثة ومنها التعلم النقال ورمز الاستجابة Qr code في تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية بالجمناستك الفني التي تتطلب هذه المهارات مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين والعمل على زيادة دافعيتهم للتعلم والاقتصاد بالجهد وزيادة التصور الحركي لتعلم المهارات.

1-2 مشكلة البحث:

إن التقنيات المتطورة اثبتت وجودها في شتى مجالات الحياة المختلفة ولم يبق مجال الا وادخلت فيه ، وقد حازت العملية التعليمية نصيبها من هذه التقنيات المتطورة والتي أسهمت بلا شك في تحسين وتعزيز العملية التعليمية بصفة عامة ويسرت عملية التعلم ومهمة المدرب بصفة خاصة، ومن خلال عمل الباحثون كأساتذة لاحظا عدم فاعلية الطلاب في العملية التعليمية مما ترتب عليه ضعف مستوى الأداء المهارى للطلاب في بعض مهارات الحركات الأرضية بالجمناستك الفني وعدم أداء النواحي الفنية للمهارات بصورة صحيحة والذي قد يرجحه الباحثون الى عدم توافر وسائل تكنولوجيا التعليم لجذب انتباه الطلاب للاشتراك بفاعلية في العملية التعليمية والنتائج عن استعمال الطريقة التقليدية وهي عملية (الشرح والنموذج والتطبيق في عملية التدريس وإهمال الطرق المستحدثة وهو ما دعا الباحثون الي تحقيق أقصى استفادة ممكنه من توظيف التكنولوجيا المتوفرة لدى الكثير من الطلاب وهي الهواتف النقالة ، ومدى تأثيرها في توصيل المفاهيم والمعلومات للطلاب بطرق تتماشى مع الوقت الحاضر، وأيضاً جذب انتباه الطلاب في العملية التعليمية نظراً لعنصر الأثارة والتشويق ونظراً لما تقدمه من (صور ثابتة ومتحركة وفيديوهات ووسائل تواصل اخرى).

1-3 اهداف البحث:

1- التعرف على تأثير تكنولوجيا التعلم النقال باستعمال رمز Qr Code في تحسين بعض مهارات الحركات الأرضية بالجمناستك الفني.

1-4 فرضا البحث

- 1- هناك فروق دالة احصائيا بين نتائج الاختبارات القبليه والبعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية على بساط الحركات الأرضية بالجمناستك الفني للرجال.
- 2- هناك فروق دالة احصائيا بين نتائج الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الحركات الأرضية بالجمناستك الفني ولصالح المجموعة التجريبية.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب الصف الثاني متوسط / ثانوية المتفوقين - المغرب / الرصافة الاولى.

1-5-2 المجال المكاني: الساحة الخارجية.

1-5-3 المجال الزمني: المدة من 2023/2/20 ولغاية 2023/4/10.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

استعمال الباحثون المنهج التجريبي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث وبتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبدي للمجموعتين.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

حدد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلاب مدرسة ثانوية المتفوقين - المغرب وبلغ عدد العينة المختارة (20) طالب يشكلون نسبة مئوية مقدارها (38.46%) من مجتمع الاصل البالغ (52) طالب وبعدها تم تقسيم العينة عن طريق القرعة الى مجموعتين ضابطة وتجريبية (10) و(10 ضابطة). ومن اجل معرفة مدى تجانس أفراد عينة البحث قام الباحثون باستعمال

معامل الالتواء على أفراد العينة في متغيرات (الطول، الكتلة، العمر الزمني) وقد أظهرت النتائج أن قيمة معامل الالتواء لجميع المتغيرات قيد الدراسة تقع ضمن $(1 \pm)$ مما يدل على تجانسها، وتوزيعها ضمن المنحنى الطبيعي كما في الجدول (2_1).

المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	1,6115	1,6150	1,06226	0,626
الكتلة	54,8500	55,500	3,528	1,166
العمر	13,500	13,5000	0,5129	0,0000

يتبين من الجدول أن نتائج الاختبارات موزعة توزيعاً اعتدالياً إذ تراوحت قيمة معامل الالتواء بين $(1 \pm)$ وبهذا يكون أفراد العينة متجانسين.

3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث ووسائل جمع المعلومات.

(ميزان طبي مُعير لقياس الوزن نوع (Person) إيطالي المنشأ، كاميرات نوع سوني عدد 3، التطبيقات الالكترونية، الهواتف النقالة، المراجع والمصادر العربية، الملاحظة والتجريب، الاختبارات والقياسات، المقابلات الشخصية، فريق عمل مساعد، استمارة جمع المعلومات)

2-4 إجراءات البحث الميدانية

2-4-1 التجربة الاستطلاعية:

أجرى الباحثون تجربة استطلاعية يوم الاثنين الموافق 2023/2/20، في تمام الساعة 9 صباحاً على طلاب المدرسة بغداد والبالغ عددهم (5) طالب إذ تم اختيارهم عشوائياً، وتجلّى الغرض من هذه التجربة إلى:

- 1- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
- 2- التأكد من معرفة استعمال الطلاب للتطبيقات ورمز Qr Code.
- 3- تعريف الطلاب كيفية تحميل التطبيقات والبرامج واستعمالها.
- 4- ان تكون البرامج والتطبيقات مناسبة للوحدات التعليمية
- 5- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثون في بحثهم.
- 6- التعرف على ملائمة المحتوى العلمي في البرنامج المقترح برمز الاستجابة Qr Code للجمناستك لعينة البحث.
- 7- الوقوف على مدى كفاءة فريق العمل المساعد ودقته في تنفيذ الاختبارات.
- 8- تهيئة متطلبات السلامة لعينة البحث.
- 9- تهيئة استمارات تدوين النتائج الخاصة بالاختبارات.

2-4-2 الاختبارات القبلية:

قام الباحثون بإجراء تصوير فيديو قبلي لعينة البحث في يوم الأربعاء الموافق 2023/2/22 للمهارات المستخدمة في الدراسة واجري الاختبار في ساحة مدرسة ثانوية المتفوقين - المغرب / الرصافة الاولى في تمام الساعة (10) صباحاً إذ تم عرض الفلم على مجموعة من المختصين والخبراء ملحق رقم (1) في هذا المجال لوضع تقييم الأداء الحركي للاعبين وباستمارات خاصة وتم التصوير باستعمال كاميرا نوع Sony يابانية الصنع، وقد تم اجراء التصوير بشكل جانبي وللمهارات كافة.

2_4_3 تكافؤ مجموعتي البحث:

لغرض تحقيق تكافؤ لمجموعتي البحث ولوضع مجموعتي البحث على خط شروع واحد ولغرض ارجاع الفرق الى المتغير المستقل الذي يؤثر على المجموعة التجريبية قام الباحثون بأجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث ومن الجانب المهاري للمهارات (الوقوف على اليدين، العجلة البشرية، الوقوف على الرأس) ويبين الجدول (2_2) التكافؤ.

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع			
الوقوف على اليدين	1,8000	0,5868	1,8000	0,5868	0,367	0,718	غير دل
العجلة البشرية	1,4500	0,3689	1,6500	0,3374	1,265	0,222	غير دل
الوقوف على الرأس	0,9500	0,2838	1,2000	0,4830	1,729	0,101	غير دل

تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (18)

2-4-4 تجربة البحث الرئيسية:

بدأ الباحثون بتنفيذ تجربة البحث الرئيسية في يوم الاثنين الموافق (2023/2/27) وذلك بتطبيق تكنولوجيا التعلم النقال باستعمال رمز Qr Code على عينة البحث اذ تم استخدام (12) وحدة تعليمية ، (4) وحدات لكل مهارة منظمة وواقع وحدتين أسبوعيا وإن زمن الوحدة التعليمية المستخدمة هو (25) دقيقة واستخدم فقط القسم الرئيسي ، ان المجموعة التجريبية استخدمت تكنولوجيا التعلم النقال ورمز Qr Code وإن المجموعة الضابطة طبقت أسلوب التعلم المتبع من شرح وعرض نموذج وتطبيق ، وقد قام الباحثون بإنتاج بعض المصادر الرقمية مثل (ملفات word pdf ، الفيديوهات) واختيار بعض الأنشطة التعليمية مثل (ملفات word pdf ، صور ثابتة ومتحركة ، فيديوهات ، مواقع الكترونية ، عروض تقديمية) من خلال شبكة الإنترنت. وقد قام الباحثون بإنتاج رمز الاستجابة السريعة Qr code عن طريق إدخال رابط المصدر الرقمي ببرنامج Qr Code generation على موقع <https://www.the-qr-code-generator.com> وقد تم إنتاج عدد (12) رمز استجابة سريعة Qr code لكل وحدة تعليمية.

2-4-5 الاختبارات البعديّة:

بعد الانتهاء من تطبيق المنهج التعليمي، قام الباحثون بإجراء الاختبارات البعديّة، مراعين في ذلك الظروف نفسها التي أجريت فيها الاختبارات القبليّة من حيث المكان والزمان وطريقة تنفيذ الاختبارات قدر الإمكان في يوم الاثنين المصادف 2023/4/10

2-5 الوسائل الإحصائية:

لمعالجة النتائج استخدم الباحثون برنامج (SPSS).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 يبين نتائج دلالة الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعديّة في مهارات بساط الحركات الأرضية لدى المجموعة الضابطة

يبين نتائج دلالة الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة في مهارات بساط الحركات الأرضية لدى المجموعة الضابطة جنول (3_1).

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع					
الوقوف على اليدين	1,800	0,5868	4,7000	0,4216	2,9000	0,737	12,429	0,000	دال
العجلة البشرية	1,4500	0,368	4,4500	0,6851	3,000	0,707	13,416	0,000	دال
الوقوف على الرأس	1,9500	0,2838	4,3500	0,4116	3,4000	0,459	23,400	0,000	دال

دال تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9)

2-3 يبين نتائج دلالة الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة في مهارات بساط الحركات الأرضية لدى المجموعة التجريبية، جنول (2_3).

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ		الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع						
الوقوف على اليدين	1,8000	0,5868	5,3500	0,5797	3,5500	0,7245	15,493	0,000	دال	
العجلة البشرية	1,6500	0,3374	4,8000	0,5374	3,1500	0,5797	17,182	0,000	دال	
الوقوف على الرأس	1,2000	0,4830	5,2500	0,7546	4,0500	0,4378	29,254	0,000	دال	

دال تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9)

3-3 يبين نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية البعديّة (3_3).

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع			
الوقوف على اليدين	4,7000	0,4216	5,3500	0,5797	2,867	0,010	دال
العجلة البشرية	4,4500	0,6851	4,4800	0,5374	1,271	0,221	دال
الوقوف على الرأس	4,3500	0,4116	5,2500	0,7546	3,311	0,004	دال

دال تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (18)

يتضح من الجدول (3_3) أن نتائج الاختبارات الخاصة بالفروق بين الاختبارات البعدية في متغيرات (الوقوف على اليدين، العجلة البشرية، الوقوف على الراس) للمجموعتين التجريبية والضابطة وأن قيم (ت) المحسوبة كانت أكبر من القيمة الجدولية وبذا تكون الفروق دالة إحصائياً ولصالح المجموعة التجريبية وبدلالة قيم أوساطها الحسابية، ويرى الباحثون أيضاً ان البرامج المستخدمة من قبل المجموعة الضابطة كان لها اثر في تحسين مستوى المجموعة الضابطة ويعزو الباحثون هذه النتائج الى أن استعمال الأسلوب التقليدي (الشرح النموذج التطبيق المتبع والذي يعتمد على الشرح وأداء النموذج وإعطاء بعض التمرينات على بعض المهارات المراد تعلمها وتصحيح الاخطاء الفنية واعطاء التغذية الراجعة، بالإضافة لأسلوب المدرس وطريقته مع الطلاب مما أدى إلى حدوث تحسين ايجابي على مستوى بعض مهارات الحركات الأرضية بالجناساتك الفني وهذا ما أكدته (Abdel Karim, 2002) "أن محور الأسلوب التقليدي هو المعلم فيتخذ جميع قرارات (التخطيط - التنفيذ التقويم) مبتدأ بالإعداد للدرس ثم عرض وصياغة المفهوم أو المهارة المراد تعلمها وتقديم أمثلة ونماذج عملية مع الشرح ومنتهيا باختبار الطلاب أما دور المتعلم من الناحية الأخرى هو أن يؤدي ويتابع ويطلع مما يدل على أهمية المعلم في هذا الأسلوب ويزيد من فاعلية العملية التعليمية" (Shabib et al., 2024)

ويعزو الباحثون هذه النتائج للمجموعة التجريبية الى استعمال التكنولوجيا الحديثة ومنها التعلم النقال ورمز الاستجابة السريعة على مستوى أداء مهارات الجناساتك للطلاب وذلك لاجتوائه على صور وفيديوهات ومواقع الكترونية مهمة توضح شرح المهارات بشكل وافي وهذا يعمل على اثارة وتشويق الطلاب وجذب الانتباه اثناء فترة التعلم وأيضاً بإمكان الطلاب عرض ومشاهدة المحتوى بأي وقت وفي أي مكان وبتكرار مستمر وفقاً لقدرات الطلاب على استيعاب ، وذلك نظراً لوجود للهاتف النقال طوال الوقت معهم ، مما جعل حرية في العملية التعليمية داخل وخارج الصف ، إضافة إلى وجود جو من التعاون والمشاركة بين الطلاب في تبادل المعلومات والأفكار والمفاهيم حول المقرر الدراسي وذلك عبر تبادل الرسائل ، وأيضاً صغر حجم الهاتف النقال وخفه وزنه وسهولة حمله والتنقل به في أي مكان وهو ما لم توفره تكنولوجيا التعلم الإلكتروني من قبل لاستعمالها للحواسيب المكتبية. وهذا ما أكدته كل من (Farhoud & Ibrahim, 2016) (El-Dessouki, 2015) والتي أشارت نتائجها أن استعمال التعلم النقال بصفة عامة يعمل على جذب انتباه الطلاب للتعلم، (Mushref, 2024a) مما يساعد على تحسين الخبرات التعليمية وتطور مستوي الأداء المهاري بدرجة عالية، وأيضاً زيادة التحصيل المعرفي للطلاب، وأن استعمالها كان مفيداً نظراً للتأثيرات البصرية الجذابة وايضاً يعزو الباحثون التحسن في مهارات الجناساتك بأنها تحتاج الى تطور مستمر وعمل على استعمال الأدوات المساعدة والتكنولوجيا بالشكل المناسب والوقت الملائم وهذا ماكدته (Mohsen, 2020) ان رياضة الجناساتك تحتاج إلى أجهزة وأدوات مساعدة لتبسيط عملية التعلم وتسهيل المهارات بغية الإسراع بعملية التعلم، لذا لجأ المختصون في هذا المجال إلى السعي الدائم والمستمر لتهيئة ظروف تعليمية سهلة ومتنوعة منها وهي ضرورية وأساس في العمليات التعليمية وأصبحت الأجهزة والأدوات التعليمية في الجناساتك (Musharraf & Al-Hadithi, 2022) جزءاً مهماً للارتقاء بالعملية التعليمية" وان استعمال التكنولوجيا مساعد مهم للطلاب لبناء التصور الحقيقي للمهارة وغيره وهذا ما أكدته (Sweidan, 1997) أن تكنولوجيا التعليم تساعد في التعلم الحركي من خلال بناء وتطوير التصور الحركي عند الطلاب، فمن خلال عملية العرض ثم استعمال عائد المعلومات (التغذية الراجعة) يمكن التأثير الإيجابي في بناء وتطوير التصور الحركي عند الطالب وتحسين مواصفات الأداء وسرعة التعلم، كما تساعد على أداء الحركة المعروضة بصورة موحدة لجميع المتعلمين، وبالتالي تمكن من حسن تقييم مدي استيعابهم لها بدلاً من نموذج بشري يتفاوت في طريقة أداءه" (Hassan & Musharef, 2024)

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

- 1- استعمال تكنولوجيا التعلم النقال باستعمال رمز (QR code) أدى الى تحسن في العملية التعليمية اثناء اداء مهارات الجمناستك لدى المجموعة التجريبية.
- 2- استعمال التعلم النقال برمز الاستجابة السريعة QR code تفوق عن الأسلوب التقليدي لأنه ساعد على رفع مستوى أداء الطلاب

2-4 التوصيات.

- 1- ضرورة تفاعل الطلاب في العملية التعليمية والابتعاد عن دور الطالب في تلقي الأوامر فقط.
- 2- اجراء دراسات وبحوث تجريبية على فئات أخرى مختلفة من اجل تطوير عملية التعلم وخاصة التعلم النقال ورمز الاستجابة.
- 3- ابتكار وسائل وبرامج تعليمية جديدة باستعمال الهواتف النقالة ورمز الاستجابة السريعة Qr Code والاستفادة من الامكانيات التكنولوجية الحديثة والمتاحة لدي الطلاب في علمية تعليم وتعلم مهارات الجمناستك بصفة خاصة والأنشطة الحركية الأخرى بصفة عامة.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلاب الصف الثاني متوسط / ثانوية المتفوقين - المغرب / الرصافة الأولى

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

دعاء محب الدين احمد <https://orcid.org/0000-0003-3035-8954>

References

- Abdel Karim, A. (2002). *Teaching for Learning in Physical Education and Sports* (2nd ed, p. 90). Maaref Establishment.
- Al-Hadi, M. M. (2011). *Contemporary e-learning – Dimensions of designing and developing its electronic software* (p. 52). Dar Al-Masryia Al-Lubnaniyya.
- Al-Halfawi, W. S. (2011). *E-learning, New Applications* (p. 179). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Chu, H.-K., Chang, C.-S., Lee, R.-R., & Mitra, N. J. (2013). Halftone QR codes. *ACM Transactions on Graphics (TOG)*, 32(6), 1–8.
- El-Dessouki, M. A. (2015). *The effect of mobile learning on cognitive achievement, some motor skills, and reducing learning anxiety in handball* [Unpublished PhD thesis]. Alexandria University.
- Farhoud, M. A. M., & Ibrahim, N. A.-M. (2016). Employing the Infographic-Based QR Code in Developing Knowledge Source Analysis Skills among Educational Technology Students and Their Attitudes Towards It. *Arab Studies in Education and Psychology*, 70(2), 305–342.
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- 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
- Mohsen, A. S. (2020). *The effect of using the Longa device and instant feedback (proposed) in learning the skill of the two-way aerial back flip on the floor exercise mat in artistic gymnastics for ages (14_16)* [Master's thesis]. University of Baghdad.
- Musharraf, 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), 460–477.
<https://www.iasj.net/iasj/article/273682>
- Mushref, A. J. (2024a). 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*

10.37655/uaspesj.2024.148118.1118

Mushref, A. J. (2024b). The effect of using path exercises according to the Stokesdale model in learning the skill of standing on the shoulders on the parallel bar in artistic gymnastics for men. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4).

<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.774>

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).

Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>

Sweidan, A. A. F. (1997). Educational technology, concepts and applications. *Dar Al-Fikr (Thought House) for Publishing and Distribution*.

ملحق (1)

أسماء الخبراء الذين قيموا الاداء

مكان العمل	الاسم	ت
جامعة الانبار – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	أ.د سنس محمد سعيد	1
جامعة الانبار – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	م.د اوراس قاسم محمد	2
جامعة الانبار – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	م.م جاسم نافع حمادي	3
جامعة الانبار – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	م.م هدى قحطان طعمة	4



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



An analytical study of the role of technology for the coach in training behavior from the players' point of view in the Iraqi Premier League

Zaman Saleh Abdul Hadi¹✉ Ahmed Ghazi Hamood²✉ Abdul Haleem Juber Nazzal²✉



University of Karbala / College of Physical Education and Sports Sciences¹

Southern Technical University / Engineering Technical College²

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences³

Article information

Article history:

Received 24/9/2024

Accepted 3/10/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Technology for the coach, training behavior, role of technology, management and organization

Abstract

The research aims to prepare a scale of technology for the coach in the training behavior of the Premier League football clubs from the players' point of view. The researchers used the descriptive approach to suit the nature of the research. The research community consists of players of the Premier League football clubs for the football season (2021–2022). The sample was selected intentionally and consisted of players of the Premier League clubs, numbering (635) players. The researchers concluded that the coach's progress in his ability and skills depends on the role of technology and its effects in making his orientation more global. The most important recommendations of the researchers are to call for the competent authorities responsible for preparing training leaders to play a broad role in rehabilitating the Iraqi coach culturally in a manner consistent with the global orientation by spreading and learning other training cultures and also by allocating statements for coaches to interact directly with the cultures of other countries.



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



دراسة تحليله لدور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي من وجهة نظر اللاعبين في الدوري الممتاز العراقي

عبد الحليم جبر نزال³

احمد غازي حمود²

زمان صالح عبد الهادي¹

جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

الجامعة التقنية الجنوبية / الكلية التقنية الهندسية²

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة³

الملخص

يهدف البحث الى اعداد مقياس التقانة للمدرب في السلوك التدريبي لأندية الدوري الممتاز بكرة القدم من وجهة نظر اللاعبين، وأستعمل الباحثون المنهج الوصفي لملائمته طبيعة البحث، ويتكون مجتمع البحث من لاعبي أندية الدوري الممتاز بكرة القدم للموسم الكروي (2021-2022) ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وتكونت من لاعبي اندية الدوري الممتاز والبالغ عددهم (635) لاعباً واستنتج الباحثون ان تقدم المدرب في قابليته ومهاراته المعتمدة على دور التقانة وتأثيراتها في جعل توجهه أكثر عالمية , اما اهم توصيات الباحثون فهي الدعوة الى أن تمارس الجهات المختصة والمسؤولة عن إعداد القيادات التدريبية دورا واسعا في إعادة تأهيل المدرب العراقي ثقافيا بما يتلاءم والتوجه العالمي وذلك بنشر الثقافات التدريبية الأخرى وتعلمها وأيضا بتخصيص إفادات للمدربين للتفاعل مباشرة مع ثقافات الدول الأخرى .

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/9/24

القبول : 2024/10/3

التوفر على الانترنت: 15, يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

التقانة للمدرب , السلوك التدريبي , دور التقانة , إدارة وتنظيم

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

الإدارة اليوم علم متطور ، أتى بمبتكرات كثيرة لتسهيل التحركات الداخلية ضمن المؤسسة أو المنظمة (سواء كانت حكومية أو أهلية) والوصول الى أقصى استغلال للطاقات بأرخص وأبسط التشكيلات ، وإقامة العلاقات الخارجية بالجمهور والإدارات الأخرى على أساس من الحيازة لثقة المقابل وتحصيل تعاونه ، وبالإمكان الاستفادة بتوسع من أساليب الإدارة الحديثة متوخين في ذلك أفضل استخدام ممكن للإمكانات المادية والبشرية والفنية المتاحة للمنظمة حيث تعد التقنية إحدى الموضوعات المهمة في تحليل المنظمات، كما ركزت على ترتيب خطوات العمل وانسيابه، وكان الدافع الأساس هو تطوير أساليب العمل، عن طريق تكييف العوامل الاجتماعية وفقاً للتقانة وقد أثبتت تلك الدراسات أن المنظمة تتكون من نظامين فرعيين، هما النظام الاجتماعي والنظام التقني وأن كلا منهما يؤثر في الآخر ويتأثر به وأن تعقيد التفاعل بين التقنية والأدوار الفعالة للموارد البشرية قد أدى إلى اختلاف وجهات النظر وربما تتناقضها حول التقنية، (I. N. Muhammad & Nazzal, 2024) ويشار انها إمكانية تبني أنظمة معلوماتية جيدة تساعد في صنع القرار الإداري وتوفر دقة وسرعة عالية في تبادل المعلومات وتحسين إمكانية الرقابة مما يؤدي إلى عرض العديد من البدائل واختيار الأفضل منها. (Adnan, 1997)

وتكمن أهمية التقنية في الفريق الرياضي من خلال وضع التقنية قيوداً على توزيع المهمات والعمل بين اللاعبين في الفريق كما تحدد التقنية مستويات العلاقات التنظيمية طبقاً لاحتياجات شبكات تدفق الواجبات داخل الفريق الرياضي كما تسهم التقنية في إيجاد شبكات الاتصال وتحديدها بطريقة يتحقق معها التلاحم الفريق بأقصى كفاءة وفاعلية كما تسهم التقنية في تحسين ظروف التدريب وتسهم التقنية في رفع كفاءة اللاعبين (Khalifab & Jabbar, 2023) ، من حيث السرعة وتقليل الهدر والضياح في الجهود التدريبية والموارد البشرية والمادية والمعلومات وتتجلى أهمية الدراسة على الصعيد المهني في كونها تقدم للقيادات الإدارية في الأندية الرياضية بشكل عام والتدريبية بشكل خاص أنموذج يبين العلاقة بين اثر التقنية والأسلوب التدريبي بما يسهم في توجيه السلوك التدريبي للمدرب في الأندية الرياضية. (MANDOOB & ABED, 2024)

وهنا تكمن مشكلة البحث في فرض التطور العلمي والتقني وتحديات العولمة على الأندية الرياضية عامة تطوير القدرات القيادية لمدربيها. وبالنظر لأهمية دور المدرب في قيادة الأندية الرياضية في الدوري الممتاز، ودورها المهم في دفع عملية التنمية للفريق تظهر هذه المشكلة فيها بشكل حساس وجوهري. وبموجب المدخل الموقفي فإن سلوك المدرب يؤثر ويتأثر بمتغيرات كثيرة اختلف الباحثون في تحديدها، ويكون القائد فاعلاً عندما يستطيع تكييف سلوكه التدريبي على وفق متغيرات الموقف الذي يواجهه.

الهدف من الدراسة :

1- بناء مقياس التقنية للمدرب في السلوك التدريبي من وجهة نظر اللاعبين في الدوري الممتاز العراقي.

3- التعرف على مستوى التقنية للمدرب في السلوك التدريبي من وجهة نظر اللاعبين في الدوري الممتاز العراقي.

منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملاءمته أهداف البحث وطبيعة المشكلة ،

عينه 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) من لاعبي الأندية الرياضية المشاركة بالدوري الممتاز بكرة القدم في العراق للموسم

الكروي (2022-2023) والبالغ عددهم (635) لاعباً ، إذ بلغ أجمالي الذين خضعوا للتجربة (456) لاعب بنسبة (73.22%) وتم إبعاد (159) لاعب و(20) لاعب للتجربة الاستطلاعية ونتيجة لهذا قسمت العينة إلى قسمين الأولى لإجراءات تصميم وبناء المقياس والثانية لغرض تطبيق المقياس وكما يلي :

أولاً:- عينة بناء المقياس : وشملت عدداً من لاعبي أندية الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم والبالغ عددهم (232) لاعب بنسبه (49.46%) .

ثانياً:- تطبيق المقياس: وتضمنت (224) لاعبا بنسبة (48.6%) .

Procedure

"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

واستعمل الباحثون الوسائل والأدوات الآتية: المصادر والمراجع العربية والأجنبية شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) والملاحظة من خلال ملاحظة الباحثون ومتابعتهم للأندية حدا مشكلة الدراسة الحالي والمقابلة : " هي حديث يجريه شخص ما بأسلوب حوار حول حدث أو قضية ما ، بهدف الوصول على قناعة معينة " (Bilal, 2012) وأجرى الباحثون مجموعة من المقابلات الشخصية مع عدد من الخبراء والمختصين لجمع المعلومات التي تخص الدراسة الحالية والاستبيان : قام الباحثون بإعداد استمارة الاستبيان التي تخص موضوع بحثهما وجهاز حاسوب محمول نوع (hp) وحاسبة يدوية .

Measures

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 (H. A. Muhammad & Radwan, 2002) ، و لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثون بالإجراءات والخطوات التالية:

تحديد الظاهرة المراد دراستها:

ينبغي تحديد الظاهرة المطلوب قياسها وأن يكون مفهومها وحدودها واضحين تماماً، والظاهرة التي يهدف الباحثون إلى قياسها هي **التقانة للمدرب في السلوك التدريبي.**

الغرض من بناء المقياس:

قبل بناء أداة البحث (المقياس) يجب تحديد الغرض من بناء هذه الاداة تحديداً واضحاً وماهي الحاجة لهذه الاداة ، وأن من اهداف الدراسة بناء مقياس **نور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي** بكرة القدم لغرض الارتقاء بأداء المدربين ، ومن ثم أعداد مقياس يتصف بالشمولية والدقة .

اعداد الصيغة الأولية للمقياس:

تعد الاستبانة المصدر الرئيس للحصول على البيانات المتعلقة بالجانب التطبيقي للدراسة وقد تم تصميم استمارة الاستبانة بالاعتماد على المقاييس السابقة لمعظم فقراتها بعد أن تم تكييفها لتلائم والبيئة العراقية .فيما صاغ الباحثون بعض الفقرات بالاستناد إلى مؤشرات بعض الدراسات والمصادر وقد احتوت الاستبانة على مقدمة توضح الهدف من الدراسة وتعليمات بشأن الإجابة عن فقراتها ، صيغت على وفق مقياس خماسي الاستجابة ، و تراوحت شدة الإجابة ما بين (1-5) درجات ، وهكذا فقد تم اعداد الفقرات بصيغتها الأولية لمقياس (28) فقرة مقترحة لدور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي.

تحديد أسلوب وأسس صياغة الفقرات:

اعتمد الباحثون في صياغة الفقرات على أسلوب (ليكرت) ، إذ يُعد من الأساليب الشائعة في القياس لأن هذه الطريقة تتميز بما يأتي .:

- سهولة استعمالها.
- ارتفاع درجة الثبات للمقياس وصدقه.
- تقلل من درجة التخمين وعامل الصدفة .

وان أسلوب (ليكرت) يُعد من أفضل الطرائق في التنبؤ بالسلوك والظاهرة

عرض فقرات المقياس على المحكمين:

بعد أعداد المقياس بصيغته الأولى، قام الباحثون بما يلي:

استعراض مقياس أثر التقانة للمدرب في السلوك التدريبي والمتكون من (28) فقرة مقترحة، على عدد من المحكمين (18) محكماً، وذلك من أجل التعرف على آراءهم في فقرات مقياس تقانة المدرب

ثانياً: يشير إليه (بلوم) إلى "إن على الباحث الحصول على موافقة بنسبة (75%) فأكثر من آراء المحكمين"، وقد حصل الباحثون 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 أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (3.84) ما يدل على معنوية هذه النسبة وهي تمثل (14) خبيراً من أصل (18) خبيراً وأسفر التحليل الإحصائي على رفع الفقرات التي كانت نسبة القبول فيها أقل (75%) وباعتماد على درجة كا² (3,84) إذ بلغ عددها (4) فقرات

3-4-2-6 التجربة الاستطلاعية

بعد إن أصبح المقياس جاهز للتطبيق قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية قبل التطبيق النهائي للبحث بوقت ملائم وذلك من خلال تطبيق مقياس دور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي وعلى عينة مكونة من (20) لاعبا لغرض تهيئة أسباب النجاح عند تطبيق الاختبار الرئيسي على عينة البحث لغرض التأكد من فهم العينة لفقرات المقياس ومن أجل تلافي أي أخطاء أو صعوبة عند التطبيق خلال الاختبار الرئيسي للبحث.

3-5 التجربة الرئيسية

إن الغرض من إجراء هذه التجربة هو تطبيق مقياس العلاقات العامة بصيغته النهائية بهدف تحليل الفقرات إحصائياً ومعرفة القوة التمييزية لفقرات المقياس وتحديد الفقرات المميزة وغير المميزة ولأجل تحقيق ذلك اتبع الباحثون الخطوات التالية:

3-5-1 التطبيق الأولي للمقياس

تم تطبيق المقياس على عينة البناء وهم لاعبين للأندية الرياضية بكرة القدم والبالغ عددهم (232) لاعبا وبعد الانتهاء من عملية توزيع الاستمارات والإجابة عليها تم تدقيق كل استمارة للتأكد من الإجابة عليها وبالصورة المطلوبة.

3-5-2 تحليل الفقرات إحصائياً

((إن الهدف من تحليل فقرات المقياس إحصائياً هو تحسين نوعية الاختبار من خلال اكتشاف ضعف الفقرة ومن ثم العمل على إعادة صياغتها أو استبعادها إن لم تكن صالحة وهناك أساليب عديدة وقد اعتمد الباحثون لتحليل الفقرات أسلوب المجموعات المتطرفة

3-5-2-1 أسلوب المجموعات المتطرفة

- تعرف مقدرة التمييز بأنها قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة والأفراد الذين يحصلون على درجات منخفضة في السمة التي يقيسها المقياس ولغرض حساب قوة تمييز الفقرة اتبع الباحثون ما يلي
- 1- احتساب الدرجة الكلية للمقياس من جميع الدرجات التي يحصل عليها المختبر لكل فقره
 - 2- رتب الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة تنازليا
 - 3- تم تقسيم الدرجات إلى مجموعتين من الدرجات تمثل أحدهما الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات وتمثل الثانية الأفراد الذين حصلوا على أدنى الدرجات وكل مجموعه تمثل نسبة (27%) من أفراد العينة وبذلك تكونت لدى الباحثون مجموعتين عليا ودنيا قوام كل منهما (64) لاعبا ولحساب قوة تمييز الفقرة تم استخدام قانون (T) وبعد تطبيق العمليات الإحصائية لاستخرج القوه التمييزية للفقرات ظهرت النتائج التالية إن هناك (2) فقرات تستبعد من المقياس .

3-5-2-2 معامل الاتساق الداخلي

أن القوه التمييزية للفقرات لا تحد مدى تجانسها في قياس الظاهرة الموضوعه لقياسها إذ يجوز أن تكون هناك فقرات مقاربه في قوتها التمييزية لكنها تقيس أبعاد سلوكيه مختلفه .

أن هذا الأسلوب يبين لنا مدى تجانس الفقرات إذ ربما تكون هناك فقرات مقاربه لكنها تقيس أبعاد مختلفة لذا يستخدم معامل الاتساق الداخلي لتحقيق هذا الغرض وكثيرا من الدراسات علل استخدامها لهذا الأسلوب كونه يمتاز بعدة مميزات هي

- 1- يوفر لنا مقياسا متجانسا في فقراته بحيث تقيس كل فقره البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس
 - 2- أن القوه التمييزية الفقرة تكون متشابهة لقوة المقياس التمييزية
- القدرة على أبراز الترابط بين فقرات المقياس وقد استخدم الباحثون معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات أفراد العينة على كل فقره وبين درجاتهم على المقياس ككل بواسطة الحقيبة الإحصائية (spss) وبعد أتمام التحليل الإحصائي للمقياس وجدت ان الفقرات جميعها ذات ارتباط عالي .

3-5-2-3 الأسس العلمية :

3-5-2-1 الصدق :

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..

وللصدق أنواع عدة ولقد عمد الباحثون 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

ولقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما قام الباحثون بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء لإقرار صلاحيته وتقدير مدى قياس كل فقره لمكونات كل مجال ، وبذلك قُبلت الفقرات التي حصلت على موافقة الخبراء وحذفت الفقرات غير الصادقة

3-5-2 ثبات المقياس :

يقصد بثبات المقياس أو الاختبار هو مدى الدقة واللاتقان والاتساق الذي يقيس به الظاهرة " بدرجة عالية من الدقة واللاتقان والاتساق والموضوعية فيما وضع لقياسه ، ويعد حساب الثبات من خصائص المقياس الجيد لأنه يؤشر اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض ان يقيسه المقياس (1-26)

وهناك عدة طرق يمكن من خلالها استخراج معامل الثبات بطريقة (الفا كرو نباخ) ، استخدمت هذه الطريقة نظراً لكونها تُستخدم في أي نوع من أنواع الأسئلة الموضوعية والمقالية ، إذ استخرج الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق معادلة (الفا كرو نباخ) على أفراد عينة البناء البالغة (232) لاعباً باستخدام الحقيبة الاحصائية أذ تبين أن قيمة معامل الثبات تساوي (0.874)

3-6 التجربة الرئيسية :

بعد التأكد من سريان صدق وثبات الاستبانة تم توزيعها على عينة الدراسة، إذ تم توزيع (224) استمارة وبعدها تم تحليل استجابات عينة البحث تم جمع البيانات ، إذ أصبح لكل لاعب درجة خاصة به .

عرض نتائج مقياس لدور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي وتحليلها ومناقشتها :

جدول (2)

يبين الوسط النظري والوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ لمقياس لدور

التقانة للمدرب في السلوك التدريبي

عدد فقرات	الوسط النظري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	نسبة خطأ Sig
24	72	67.44	7.67	21.35	0.000

يبين الجدول (2) أن عدد فقرات مقياس لدور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي (24) فقرة ، إذ وجد إن الوسط النظري اكبر من الوسط المحسوب أي وجود فروق ولصالح الوسط النظري، ويرى الباحثون ان موضوع أثر التقانة للمدرب في السلوك التدريبي مع تزايد اجتياز الرياضة عامة وكرة القدم خاصة للحدود تزداد الحاجة للمدربين ذوي كفاءة عالمية لمقابلة التحديات الكبيرة التي تواجهها الأندية الرياضية اليوم والتي اصبح لها مشاركات على مستوى العربي والاسيوي ، والتي تتطلب منها أن تقوم بنفس جديد وقدرات جديدة بوجود قيادات تدريبية في مستوى هذه التحديات وهي قيادات من نوع خاص -قيادات عالمية تمتلك تقانة عالمية وهذه مرحلة تتطلب من المدربين زيادة قدرتها على التعلم واكتساب المزيد من المعارف وعلى التعاون وإدارة التغير والتعقيد والتنوع ؛ إذ أصبح لزاماً على مدربي الأندية الرياضية اليوم أن يأخذوا بالاعتبار المستجدات العالمية في تفكيرهم ويطوروا مهاراتهم الفكرية والتدريبية ، لأن الأندية الرياضية بصفتها نظاماً مفتوحاً فهي تتغير باستمرار نتيجة انفتاحها على البيئة التي هي أيضاً في حالة من التغير المستمر والمتسارع. والمدربين هم قبل غيرهم موجودات فكرية لا يمكن للأندية أن تقوم من دونها. (Nazzal, 2014)

والأندية الرياضية اليوم تحتاج إلى مدرب ذو مواصفات عالمية تتوافر فيه المواصفات العالمية التي تؤهله لأن يقف أمام التحديات والمنافسات الكبيرة بالتأمل العميق والدراسة المستفيضة حتى يكون على علم ووعي بما يجري . وأن تتوصل إلى وضع مواصفات للمدرب العالمي لكن بمقاييس تعكس ثقافتها ومرجعيتها الفكرية. ومن ثم تأتي هذه ولمعرفة أي

خصائص وسمات يجب أن يكون عليها المدرب حتى يستطيع مواجهة التحديات ، ومن خلالها يمكن تقليص الفجوة بين المستويات العالمية والمحلية على وفق متطلبات الواقع العراقي (Abdulrahman et al., 2020) كذلك يرى الباحثون أن سبب الإمكانات المادية الضعيفة أن فرق بعض الأندية تلعب ضمن مستويات ضعيفة او متوسطة لا تمتلك اللاعبين المحترفين على المستوى العالي وهذا يقف عائقاً على تقدم تلك الأندية وتوسيع القاعدة الجماهيرية كون هذه الأندية لا تملك الإمكانات المادية التي يمكن أن تعمل بها للارتقاء بالنادي ، حيث تبقى هذه الأندية تدور في مستوى واحد مادامت لا تستطيع توفير مستلزمات الارتقاء بفرقها إلى مستويات أعلى والمنافسة على التحقيق "اذ ان اللاعب الذي يستطيع النادي من خلاله تحقيق مكاسب مادية عند اعارته او تسويقه يكون معيار مؤثر لتقييم سعر اللاعب ، من خلال الايرادات المتحققة جراء ذلك ، ومن وجهة نظر الباحثون ان الاحتراف الرياضي اصبح مورد مهم من الموارد المادية اذا استغل بالشكل الصحيح (Sadiq, 2018)

ان ادراك المدرب الرياضي لذاته ولما يحيط به ادراكا مباشرا هو اساس كل معرفة واساس لوعيه بأهيمه القيادة والتغيير (Abdikareem & Nazzal, 2022), فضلا عن فهمه وسلامة ادراكه لنفسه وللبيئة المحيطة به وللآخرين عند تفاعله معهم سعيا لإشباع حاجاته وهو مدرك للعلاقات بينه وبين الآخرين من خلال المواقف المختلفة "ان يعمل المدرب على اشراك اللاعبين في اتخاذ بعض القرارات التي تهم الفريق سواء على صعيد الامور المتعلقة بالعملية التدريبية او فيما يخص المباريات أيمانا منهم بان اللاعبين قد وصلوا الى مرحلة من النضج العقلي والجاهزية التي تؤهلهم الى تحمل المسؤولية (Nazal & Hassan, 2020)

CONCLUSIONS

الاستنتاجات : من الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثون:

- 1- تم التوصل الى بناء مقياس لدور النقاة للمدرب في السلوك التدريبي في اندية الدوري الممتاز بكرة القدم .
- 2- تتقدم القيادات التدريبية في توجهها من خلال استعداداتها التي تؤهلها إلى ممارسة دور مطي ودولي .
- 3- تقدم المدرب في قابليته ومهاراته المعتمدة على دور النقاة وتأثيراتها في جعل توجهه أكثر على مستوى المطي والدولي .
- 4- يعد المدرب اكثر حاجة لإدراك دور النقاة في توجيه الاتجاهات التدريبية عالميا .
- 5- استعداد المدرب لاستخدام النقاة بشكل متقدم مما يجعله مهياً للتعامل على المستوى العالمي كلما سنحت له ظروف النادي بالمشاركات الخارجية .

التوصيات : في ضوء الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثون بما يأتي :

- 1- الدعوة الى أن تمارس الجهات المختصة والمسؤولة عن إعداد القيادات التدريبية دورا واسعا في إعادة تأهيل المدرب العراقي ثقافيا بما يتلاءم والتوجه العالمي وذلك بنشر الثقافات التدريبية الأخرى وتعلمها وأيضا بتخصيص إيفادات للمدربين للتفاعل مباشرة مع ثقافات الدول الأخرى .
- 2- زيادة استعدادات المدربين على التعلم المستمر والمواكبة، إذ أن العالم يسير باتجاه تكوين مؤسسات رياضية متعلمة ، والتي هي بأمس الحاجة إلى تطوير مستمر ورفع قدرات العاملين فيها بكل ما هو جديد .
- 3- اعتماد التخطيط الاستراتيجي من أجل أحداث تطويرات جوهرية في مجال التدريب بما يمكن الأندية الرياضية من المنافسة عالميا .

4- نظراً لقلّة الدراسات الخاصة في هذا المجال وحدثته في الرياضة العراقية ، يوصي الباحثون بإجراء دراسات أخرى منها (أجراء دراسة مقارنة بين لدور التقانة للمدرب في السلوك التدريبي في العراق وبعض الدول العربية المجاورة). .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي أندية الدوري الممتاز بكرة القدم للموسم الكروي (2021-2022)

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

زمان صالح عبد الهادي Zamansaleh14@gmail.com

REFERENCES

- Abdlkareem, H. A., & Nazzal, A. H. J. (2022). AN ANALYTICAL STUDY OF THE AVAILABILITY OF REQUIREMENTS FOR THE IRAQI PLAYER'S PROFESSIONALISM IN FOOTBALL ACCORDING TO THE DIMENSION OF SPORTS SPONSORSHIP FROM THE PLAYERS' POINT OF VIEW IN THE PREMIER LEAGUE. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 3(6).
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Adnan, A. H. et al. (1997). The Arab Banking Industry in the World of Modern Information and Communications. *Journal of the Union of Arab Banks*, 199.
- 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.
- 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.
- MANDOOB, M. 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.
- Muhammad, I. N., & Nazzal, A. H. J. (2024). 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. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.704>
- Nazal, A. H. J., & Hassan, M. (2020). An analytical study of the level of reciprocal leadership according to the stage of mature participation among coaches of Premier League football clubs from the players' point of view. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 62, 12.

- 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.
- Raysan Khuraibit. (1987). *Research Methods in Physical Education*. Dar Al-Kutub Directorate for Printing and Publishing.
- Sadiq, A. H. G. N. P. (2018). An analytical study of the reality of evaluating the price of the professional handball players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 54.
<https://www.iasj.net/iasj/article/167338>

مقياس نور تقانة المدرب للمدرب في السلوك التدريبي

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1.	يعرف أهمية تقانة المعلومات الحديثة في التدريب ويشجع على استعمالها.					
2.	يحرص على توفر أجهزة متطورة في النادي.					
3.	لديه معلومات وافية عن أنواع تقانة المعلومات.					
4.	يعرف كيفية استخدام الحاسوب.					
5.	يعرف كيفية استخدام نظام الاتصال الفوري (الانترنت).					
6.	لديه ارتباط بنظام البريد الالكتروني (E.-MAIL) عبر شبكة الاتصال السريع.					
7.	يتابع باهتمام ما هو جديد عن تقانة المعلومات.					
8.	يؤمن بأن أنظمة الاتصالات الحديثة تساعد في التعرف على البيئة التنافسية.					
9.	في إجاز العمل التحليلي تتوفر لديه معلومات واضحة وكافية					
10.	تعاقب خطوات التدريب مفهوم وواضح					
11.	هناك ثقة متبادلة بين المدرب والهيئة الادارية					
12.	يمتلك المدرب في قدرات تدريبية جيدة لاستخدام تقانة المعلومات					
13.	يحتل التدريب على تقانة المعلومات اسبقية في تصور النادي					
14.	13- لدى المدرب خطة بعيدة الامد في مجال استخدام تقانة المعلومات					
15.	تكون اسبقيات اعمال المدرب لتقانة المعلومات					
16.	يستخدم المدرب برامج لتدريب وتطوير اللاعبين على أحدث ما توصلت إليه تقنية المعلومات					
17.	تشكل المعلومات في التدريب عنصر قوة يفود الى تحقيق ميزة تنافسية					
18.	يعمل المدرب على تطبيق التقنيات المختلفة من أجل تقديم طرق تدريب جديدة					
19.	يهتم المدرب بتوفير تقنيات المعلومات ذات التأثير في فاعلية الفريق.					
20.	تسود الثقة في تعامل المدرب مع اللاعبين					
21.	يمتلك المدرب استعداداً للتعامل مع التحديات المؤثرة في الفريق.					
22.	يتمتع المدرب بدقة تقدير الفرص قصد استثمارها.					
23.	يمتلك المدرب كفايات تدريبية نادرة تؤهله دخول المنافسة					
24.	يهتم المدرب بالحصول على قابليات فريدة تضمن تفوق الفريق في المنافسة.					



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Study of the momentum of the getting up phase and its relationship to some biomechanical variables and accuracy Aim by jumping high

Hawraa Yacoub Diwan   wissam Falah Attia ²   osama sobeih Mustafa ³  

University of Basra – College of Education and Sports Sciences ^{1,2,3}

Article information

Article history:

Received 27/4/2024

Accepted 9/6/2024

Available online 15,Jan,2025

Keywords:

amount of movement – biokinematic

variables – rise phase – shooting by

jumping high – handball

Abstract

The study aimed to identify the relationship between the amount of movement for the rise phase and its relationship to the kinematic variables and the accuracy of shooting by jumping high. The method used was the descriptive method using the survey method to solve the research problem, as the sample was the handball players in the Basra Municipality Club for the 2023-2024 sports season. The researchers concluded that there is a significant direct correlation between the amount of movement for the rise phase and the studied biokinematic variables. The researchers also recommended emphasizing the importance of biokinematic variables in learning and training handball skills, especially the skill of shooting by jumping high.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



دراسة كمية الحركة لمرحلة النهوض وعلاقته ببعض المتغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب بالقفز عالياً

حوراء يعقوب ديوان¹ وسام فلاح عطية² أسامة صبيح مصطفى³

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة البصرة^{3,2,1}

ملخص	معلومات البحث
<p>هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين كمية الحركة لمرحلة النهوض و علاقته بالمتغيرات الكينماتيكية ودقة التصويب بالقفز عالياً ، وكان المنهج المستعمل هو المنهج الوصفي بأسلوب المسحي لحل مشكلة البحث ، اذ كانت العينة هم لاعبي كرة اليد في نادي بلدية البصرة للموسم الرياضي 2023-2024 ، واستنتج الباحثون وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين كمية الحركة لمرحلة النهوض والمتغيرات البايوكينماتيكية المدروسة وكذلك أوصى الباحثون التأكيد على أهمية المتغيرات البايوكينماتيكية في تعلم و تدريب مهارات كرات اليد وبالخصوص مهارة التصويب بالقفز عالياً</p>	<p>تاريخ البحث : الاستلام : 2024/4/27 القبول : 2024/6/9 التوفر على الانترنت: 15,يناير, 2025</p> <p>الكلمات المفتاحية : كمية الحركة -متغيرات بيوكينماتيكية -مرحلة النهوض -التصويب بالقفز عالياً-كرة اليد</p>

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

بعد التطور العلمي والتكنولوجي والحاصل في عصرنا هذا وهو حصيلة عمل سنوات طويلة جدا من قبل العلماء والباحثين والذين كان لهم الأثر الأكبر في تذليل الكثير من الصعوبات والمشاكل التي واجهت الإنسان بل ان هذا التسابق الكبير بين الدول وفي مختلف المجالات يزداد يوماً بعد يوم وكان المجال الرياضي أحد أهم هذه المجالات التي أخذت نصيبها من التطور والتقدم العلمي وفي جميع الأنشطة والفعاليات الرياضية ، أذ أن التطور في هذا المجال جاء نتيجة للبحوث والدراسات المبنية على الأسس العلمية الدقيقة كما في دراسة (Mashkoor, 2010) التي قام بها الباحثون والخبراء في ميدان التربية الرياضية فضلاً عن ارتباط التربية الرياضية بالعلوم الأخرى كالبايوميكانيك والفلسفة والفيزياء والكيمياء وعلم النفس .

كما يذكر (Abd Lead, 2019) ان من ما لا شك فيه ان للتقدم العلمي أفقاً جديدة لا حدود لها في العلوم الرياضية ومنها التحليل البايوميكانيك حيث أن لعلم البايوميكانيكي دوراً بارزاً في تحقيق الإنجازات (Ali & Daikh, 2021) أذ أن الغرض الرئيسي لهذا العلم في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة دراسة أسباب حدوث الحركة أي الاخذ بنظر الاعتبار القوة الداخلية والخارجية المحيطة بالحركة . كما أن علم البايوميكانيك ساهم في مجال الأرقام العلمية في الدورات والبطولات المحلية والعالمية ما هو الصورة تعكس تطور هذا العلم وبخاصة أستخدمه لأحدث الأدوات والأجهزة الالكترونية الدقيقة فضلاً عن السرعة المتزايدة لأجهزة التصوير التي ساهمت في تطور الأداء الحركي لبعض الفعاليات الرياضية التي تحتاج إلى دقة التصوير لتحليل الأداء الحركي الخاص بها كما في دراسة (Mustafa et al., 2010)

ولعبة كرة اليد هي واحدة من الألعاب التي شهدت تطوراً ملحوظاً وأصبحت تحتل مكاناً بارزاً وتحتاج الى بناء قاعدة اساسية في تعلم مهارتها الاساسية، وتحتوي على العديد من المهارات الهجومية والدفاعية ومنها مهارة التصويب التي تعد من المهارات المهمة والاساسية في لعبة كرة اليد ومن انواعها المهمة المتناولة في هذه الدراسة التصويب بالقفز عالياً وتمثلت أهمية البحث أن فهم كمية الحركة وتأثيرها على دقة التصويب يمكن أن يساعد في تحسين أداء اللاعبين وزيادة فرصهم في تسجيل الأهداف وكذلك تحسين الحركات البايوكينماتيكية للاعبين كرة اليد مما يؤدي الى تحسين أدائهم العام.

1-2 مشكلة البحث

أن التطور الذي صاحب جميع مجالات الحياة شمل الرياضة بجميع فعاليتها والعباها مما أدى الى تطور بالمستوى وأصبح التنافس على أشده بين الفرق الرياضية للوصول الى البطولة الرياضية وهذا أسم لا يمكن تخصيصه الأمن خلال توظيف جميع العلوم الى علم التدريب الرياضي وإن المهارات الفية بكرة اليد هي احدى الوسائل التي تحقق طريقة أداء الطريق وخطته وبالتالي التحكم والسيطرة في المباراة لتحقيق الفوز وإن مهارة التصويب بالقفز عالياً هي احدى المهارات الفنية الهجومية التي لها أثر كبير في تحقيق الفوز ومن خلال متابعة الباحثون للمباريات المحلية لاحظوا وجود محاولات فاشلة لدى اللاعبين في أداءهم لهذه المهارة لذا ارتو دراسة العلاقة بين كمية الحركة في أداء التصويب بالقفز عالياً وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب من أجل رفع مستوى الأداء لهذه المهارة .

1-3 هدف البحث

معرفة العلاقة بين كمية الحركة للارتقاء بالتصويب بالقفز عالياً وبعض متغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب

1-4 فرض البحث

وجود علاقة بين كمية الحركة للتصويب بالقفز عالياً وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبي كرة اليد في نادي بلدية البصرة للموسم الرياضي 2023-2024

1-5-2 المجال المكاني: ملعب نادي بلدية البصرة

1-5-3 المجال الزمني: الفترة من 2024/4/1 الى غاية 2024/4/27

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

بما أن تحديد الطريقة المناسبة للتحقيق في أي مشكلة يعتمد على طبيعة المشكلة نفسها (Dhurgham et al., 2024) لذا تم اختيار المنهج الوصفي بأسلوب المسحي لحل مشكلة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته

العينة هي جزء من مجتمع البحث يجري عليه الاختبار ويتضمن مجتمع البحث لاعبي نادي بلدية البصرة للموسم 2023-2024 والبالغ عددهم 16 لاعب وتضمنت عينة البحث على 10 لاعب

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة

-المصادر والمراجع العربية والإنكليزية، الشبكة المعلوماتية (الانترنت)، البرمجيات والتطبيقات المستخدمة بالحاسوب، آلة تصوير نوع sony HDR ذات سرعة تردد 100 صورة/ثانية، جهاز حاسبة محمولة نوع DELL ، مقياس رسم بطول 1 متر ، ملعب كرة يد مع كرات يد قانونية عدد 6 ، مربعات دقة قياس 50×50 عدد

2-4 الاختبارات المستخدمة

2-4-1 اختبار التصويب بالقفز عالياً

-اسم الاختبار : التصويب بالقفز عالياً (Al-Atabi, 2017)

-الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب من القفز عالياً

-الأدوات المستخدمة : ملعب كرة اليد ، في المربعات المخصصة لدقة التصويب (50×50) التي علقته بزاويتي الهدف العليا ، كرة يد عدد (6).

-مواصفات الأداء: يقوم اللاعب بالأداء من خطوتين أو ثلاث خطوات ،ثم القفز من على (9) م والتصويب على مربعات دقة التصويب من القفز عالياً وعلى أن ترسل ثلاث كرات الى مربعات دقة التصويب وبالتعاقب .

-التسجيل :يسجل للمختبر عدد المحاولات الناجحة من التصويب التي تدخل فيها الكرة من مربعات دقة التصويب .

2-5 إجراءات التصوير الفيديوي

تم تصوير عينة البحث باستخدام آلة تصوير نوع sony HDR ذات سرعة تردد 100 صورة/ثانية وضعت على حامل ثلاثي بارتفاع 1.36 م وتم قياس ارتفاع الكاميرا من مركز العدسة الى الأرض وتم ضبط موقع الكاميرا بما يسمح بتصوير الاختبار بشكل دقيق .

2-6 إجراءات التجربة الميدانية

2-6-1 التجربة الاستطلاعية

اجريت التجربة استطلاعية بتاريخ 14 / 4 / 2024 في ملعب نادي بلدية البصرة للتعرف على اهم معوقات العمل التي قد تواجه إجراءات سير التجربة الرئيسية والتأكد من صحة وسلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة .

2-6-2 التجربة الرئيسية

اجريت التجربة الرئيسية في يوم 15 / 4 / 2024 الساعة العاشرة على لاعبي نادي بلدية البصرة الدوري الممتاز للموسم 2023-2024

2-7 التحليل بالحاسوب للمتغيرات البايوكينماتيكية

عند اجراء التحليل الحركي يجب تحديد الهدف من المهارة ودراسة جميع المتغيرات التي تخص المهارة حتى يتم الحصول على نتائج للتحليل بشكل دقيق وسريع حيث اتبع الباحثون الخطوات التالية

1- تحويل المادة المصورة والمخزونة في آلة التصوير الى الحاسبة ومن ثم نقلها الى الهارد وذلك لتسهيل عملية التحليل الحركي

2- تحديد المقاطع المراد تحليلها

3 - نقل المقاطع المراد تحليلها الى برنامج *Kinovea* على الحاسبة للقيام بعملية تحليل الحركات الرياضية واستخراج المسافات والزوايا

2-8 المتغيرات البايوكينماتيكية

1 - كمية الحركة لمرحلة النهوض : وهي حاصل ضرب كتلة اللاعب في سرعة انطلاقه .

2 - زاوية طيران اللاعب : هي الزاوية بين الخط الواصل في نقطة مفصل الورك في اخر صورة مس قدم الارتكاز مع الأرض الى نقطة مفصل الورك بعد خمس صور متتالية من طيرانه ومع الخط الاقوي الموازي للأرض وتم قياسها من الامام

3- زاوية النهوض : هي الزاوية بين الخط الواصل من نقطة اخر مس لقدم الارتكاز مع الأرض مروراً بنقطة مفصل الورك والخط الموازي لسطح الأرض وتم قياسها من الامام .

4- السرعة الزاوية للذراع الرامية : هي الانتقال الزاوي للذراع الرامية مقسوماً على زمن هذا الانتقال .

5- ارتفاع نقطة انطلاق الكرة : هي مسافة عمودية بين نقطة مركز الكرة في اخر صورة تماس بين الذراع الرامية وسطح الأرض

6- سرعة انطلاق الكرة : وهي المسافة اللحظية التي يقطعها مركز مفصل الورك لخمس صور متتالية من لحظة اخر صورة تماس قدم الارتكاز مع الأرض مقسومة على زمن الانتقال .

2-9 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية *SPSS* لمعالجة البيانات احصائياً

3- عرض و تحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين كمية الحركة لمرحلة النهوض وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية وبقة التصويب بالقفز عالياً بكرة اليد

جدول (1)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

ت	المتغيرات البايوكينماتيكية	وحدة القياس	س	ع
1	كمية الحركة لمرحلة النهوض	كغم .م/ثا	189.6	6.20
2	زاوية طيران اللاعب	درجة	34.82	4.85
3	زاوية النهوض	درجة	83.65	3.01
4	السرعة الزاوية للذراع الرامية	قطاع / ثا	2.720	2.40
5	ارتفاع نقطة انطلاق الكرة	م	2.80	4.89
6	سرعة انطلاق الكرة	م / ثا	20.80	3.55
7	دقة التصويب	درجة	3.94	2.58

جنول(2)

يبين قيم معامل الارتباط المحسوبة بين كمية الحركة لمرحلة النهوض وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب بالقفز عاليا بكرة اليد

ت	المتغيرات البايوكينماتيكية	معامل الارتباط المحسوب
1	زاوية طيران اللاعب	0.872
2	زاوية النهوض	0.734
3	السرعة الزاوية للذراع الرامية	0.899
4	ارتفاع نقطة انطلاق الكرة	0.689
5	سرعة انطلاق الكرة	0.901
6	دقة التصويب	0.730

يتضح من الجدول (2) ان قيمة معامل الارتباط البسيط المحسوب بين متغير كمية الحركة ومتغير زاوية طيران اللاعب كانت (0.872) وكانت درجة الحرية (8) ومستوى الدلالة كان (0.05) وهي بالتالي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.632) وذلك دلالة على وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين متغير كمية الحركة وزاوية طيران اللاعب وكذلك يتضح من الجدول (2) ان قيمة معامل الارتباط البسيط المحسوب بين متغير كمية الحركة ومتغير زاوية النهوض (0.734) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.632) وذلك يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين متغير كمية الحركة وزاوية النهوض

اما قيمة معامل الارتباط البسيط بين كمية الحركة ومتغير السرعة الزاوية للذراع الرامية فبلغت (0.899) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.632) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين متغير كمية الحركة والسرعة الزاوية للذراع الرامية

بينما بلغت قيمة معامل الارتباط البسيط بين كمية الحركة ومتغير ارتفاع نقطة انطلاق الكرة (0.689) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.632) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين متغير كمية الحركة وارتفاع نقطة انطلاق الكرة

وبلغت قيمة معامل الارتباط البسيط بين كمية الحركة ومتغير سرعة انطلاق الكرة (0.689) وهي اكبر من القيمة الجدولية (0.632) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين متغير كمية الحركة وارتفاع نقطة انطلاق الكرة حيث كان معامل الارتباط البسيط بين كمية الحركة ومتغير سرعة انطلاق الكرة (0.901) وهذه القيمة اكبر من القيمة الجدولية (0.632) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين متغير كمية الحركة وسرعة انطلاق الكرة وبلغت قيمة معامل الارتباط البسيط بين كمية الحركة ومتغير دقة التصويب (0.730) وهي اكبر من القيمة الجدولية (0.632) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين متغير كمية الحركة ودقة التصويب

2-3 مناقشة علاقة الارتباط بين كمية الحركة لمرحلة النهوض وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب بالقفز عاليا بكرة اليد

ويعزو الباحثون سبب العلاقة الطردية بين متغير كمية الحركة في مرحلة النهوض مع المتغيرات البايوكينماتيكية المذكورة الى مقدار السرعة المكتسبة في مرحلة الاقتراب التي أدت بالنتيجة الى اكساب الجسم الطاقة الحركية المطلوبة لانتقال القوة

من الطرف السفلي الى الطرف العلوي وتوظيفها بالشكل المطلوب للأداء الحركي الصحيح للتصويب بالقفز عالياً بكرة اليد وحسب العلاقة $Q = \frac{v \times v}{g}$

وبما ان مهارة التصويب بالقفز عالياً تتطلب الارتفاع المناسب الامر الذي أدى الى عملية النقل الحركي الميكانيكي للجسم لزيادة كفاءة وفعالية التصويب وهذا ما سبب العلاقة الطردية بين متغير كمية الحركة وارتفاع نقطة انطلاق الكرة وزاوية طيران اللاعب وزاوية النهوض اذ ان السرعة المكتسبة من الخطوات التقريبية كما في دراسة (Mashkour, 2015) هي الأساس في رفع قيم هذه المتغيرات المذكورة اذ لا بد ان يعمل اللاعب على تحصيل مسار هذا السرعة الافقية الى سرعة عمودية قدر الإمكان لتحقيق الارتفاع المناسب ورفع مقدار زاوية النهوض والطيران حيث ان الفائدة من زاوية النهوض يعني إطالة في زمن النهوض وبالتالي إيقاف السرعة الافقية وهذا يعني الحصول على كمية الحركة المطلوبة للأداء. (Hanna & Abdulhamed Altimari, 2023)

كما يفسر الباحثون أسباب التناسب الطردية بين كمية الحركة وسرعة انطلاق الكرة الى ان كمية الحركة بتحصيل حاصل هي حاصل ضرب كل من كتلة الجسم مع سرعته وبما ان السرعة هي مكتسبة نتيجة الخطوات التقريبية الامر الذي عمل على انتقالها الى الذراع الرامية ومن ثم الى الكرة وان هذه السرعة الحركية كان لها الأثر الإيجابي البالغ في فعالية الأداء اذ ان انسيابية الحركة ونقل القوة تدريجياً الى أعلى نقطة ،حيث ان كمية الحركة هي ناتج انتقال السرعة المتكونة من اجزاء الجسم المختلفة من الاسفل الى الاعلى وبالتالي انتقال هذه السرعة الى الكرة (Hassan & Attia, 2021) (Hamad et al., 2024)

اذ ان سرعة انطلاق الكرة تتطلب او تتحقق من خلال الحركات السريعة لمفاصل الجسم لرفع المجموع العام للقوة وبما يخدم وينسجم مع الأداء الصحيح .

كما ان السرعة هي محصلة سرعتين احدهما عمودية الأخرى افقية ويتحدد ذلك من خلال زاوية النهوض وزاوية طيران اللاعب كما في دراسة (Mashkour, 2015) التي ترسم شكل الأداء الصحيح والارتفاع المناسب لتحقيق المهارة ، حيث ان ارتفاع الكرة ومكان سقوطها يتطلب من اللاعب التوقيت مع الكرة (Awda & daykh, 2020) ويتطلب رفع مركز ثقل الجسم تعجيلاً كبيراً خلال مرحلة النهوض ولا يتحقق ذلك الا بوجود السرعة المناسبة التي تضيف طاقة ميكانيكية من خلال السرعة الافقية للاقترب وتحويلها الى سرعة عمودية (Jabar et al., 2014) وبحصول حاصل فان الأداء الصحيح للمهارة ينعكس نتيجة استغلال المتغيرات البايوكينماتيكية بالشكل المناسب وبالنتيجة فان حاصل دقة التصويب هو متغير تابع وعليه فان كمية الحركة تتناسب طردياً مع دقة التصويب والسبب هو تحقيق السرعة الزاوية المناسبة للذراع الرامية وتحقيق الارتفاع المناسب اذ ان السرعة الزاوية هي انتقال الذراع الرامية بأقل زمن ممكن وهذا ما أدى الى زيادة قيمة دقة التصويب وان هنالك علاقة طردية معنوية بين السرعة ودقة التصويب حيث يذكر شكري شاكر نقلاً عن طلحة حسام الدين ان تدخل كل من عنصري السرعة والدقة اساسي للوصول الى الهدف وجب الامر استخدام حركات أجزاء الجسم لما يشملها من أوضاع ومعدلات حرة بإيقاع مناسب وتوان افضل حتى تحقق هذه الحركات أفضل النتائج. (Faleh, 2019)

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- 1 - هنالك علاقة ارتباط معنوية طردية بين كمية الحركة ومتغير زاوية طيران اللاعب
- 2- هنالك علاقة ارتباط معنوية طردية بين كمية الحركة ومتغير زاوية النهوض
- 3- هنالك علاقة ارتباط معنوية بين كمية الحركة ومتغير السرعة الزاوية للذراع الرامية

4- هنالك علاقة ارتباط طردية معنوية بين كمية الحركة ومتغير ارتفاع نقطة انطلاق الكرة

5- هنالك علاقة ارتباط طردية معنوية بين كمية الحركة ومتغير سرعة انطلاق الكرة

6- هنالك علاقة ارتباط طردية معنوية بين كمية الحركة ومتغير دقة التصويب

4-2 التوصيات

- 1 - ضرورة اجراء بحوث مشابهة على أنواع اخرى من التصويب مثل التصويب بالقفز أماماً
- 2 - التأكيد على أهمية المتغيرات البايوكينماتيكية في تعلم وتدريب مهارات كرة اليد وبالخصوص مهارة التصويب بالقفز عالياً

3- أجراء دراسة تخص جوانب أخرى لها علاقة بتطوير دقة التصويب بالقفز عالياً بكرة اليد

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي كرة اليد في نادي بلدية البصرة للموسم الرياضي 2023-2014

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

حوراء يعقوب ديوان <https://orcid.org/0009-0009-7389-7238>

References

- Abd Lead, M. A. H. (2019). An analytical study of some mechanical variables at the moment of throwing and its relationship. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 60. <https://www.iasj.net/iasj/article/195999>
- Al-Atabi, N. A. S. (2017). The effect of training with mental imagery in developing some emotional traits and accuracy of shooting in high jumping in handball at the ages of 15–17 years [Master's thesis]. Al-Qadisiyah University.
- Ali, U. A., & Daikh, Y. A. (2021). An analytical study of the kinetic model for the best players of the national volleyball team spiking (4) according to the biomechanical variables of the conditions and their outputs in some stages. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 66. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/80>
- Awda, M. T., & daykh, Y. A. B. (2020). Evaluation of the power outputs of the rise phase and their relationship to some biokinematic variables for two performance cases of the high smash skill in volleyball. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 30(2), 11–21. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/164>
- Dhurgham, A. L., Alsaeed, R., Nazari, R., Shenein, K., & Sabeeh, U. (2024). An analytical study of the index of some biomechanical variables for the shooting skill of forearm handball players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2).
- Faleh, S. S. (2019). Height of the body's center of gravity and its relationship to some kinematic variables and the accuracy of shooting with a three-point jump shot in basketball for advanced players. *Journal of Studies & Reseaches of Sport Education*, 60(1818).
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Hanna, S. J., & Abdulhamed Altimari, Q. (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*. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.380>©Authors
- Hassan, G. A. L., & Attia, W. F. (2021). A study of the push and its relationship to some variables of the high flight arc of the ball for players of the Zawiya Center in basketball. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 31(2), 101–109. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/51>

- Jabar, J. A., Halil, S. J., & Al-Eidawi, H. S. J. (2014). The relationship between the speed of approach and the values of some biokinematic variables of the skill of shooting with the forward jump in handball. *Al-Qadisiyah Journal of Physical Education Sciences*, 14(2), 196.
- Mashkoor, N. H. (2010). The relationship between the angle of departure from the starting support and the time of abandonment and the average speed of the first stage (speed increase). *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 27.
<https://www.iasj.net/iasj/article/53710>
- Mashkoor, N. H. (2015). The effect of cross-training on the development of some biokinematic variables and achievement of the high jump (Fosbury) event. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, /(44), 286–298. <https://www.iasj.net/iasj/article/108034>
- Mashkoor, N. H. (2015). THE EFFECT OF TRAINING & COMPONENT OF HARMONIC CAPACITY IN SOME PHYSICAL, BIO-KINEMATIC VARIABLES & ACHIEVEMENT OF LONG JUMP.
- Mustafa, A. M., Mashkoor, N. H., & Qusay, M. A. (2010). The effect of the height and depth of the approximate run range on some kinematic variables of the long jump effectiveness. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 28.
<https://www.iasj.net/iasj/article/53596>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Comparing some the Tripartite Consequences of Leisure –Recreational Sports among Selected University Students in Iran and Iraq

haitham Ghazi ahmed¹ ✉ Farzam Farzan ² ✉ Vahid Saatchian ³ ✉

Mazandaran University / Faculty of Physical Education and Sports Sciences ^{1,2,3}

Article information

Article history:

Received 22/10/2024

Accepted 3/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Physical health, emotional–mental

health, social health, students,

recreational sports.



Abstract

The purpose of this study was to compare the triple consequences of recreational sports among selected Iranian and Iraqi university students. and then thematic analysis was used to analyze the data. In the quantitative part, the Kendall W and independent t-tests were used. Based on the findings of the qualitative part, out of a total of 202 identified basic themes, 43 themes constituted physical outcomes, including the development of individual skills and abilities, reduction of injuries and illnesses, physical vitality, and contribution to the proper functioning of body organs; 75 themes constituted psycho-emotional outcomes, including individual growth, moral-behavioral development, emotional-trait development, and life development; and 84 themes constituted social outcomes, including social growth, communication development, improvement of social status, and social life development. In the quantitative part, it was also found that there is a significant priority between the triple consequences of recreational sports from the perspective of Iraqi and Iranian students, so that "psycho-emotional outcomes" from the perspective of Iraqi students and "physical outcomes" from the perspective of Iranian students were the first priority. Also, it was found that there is a significant difference between the triple consequences in the two groups of students, and this difference in all cases is higher in favor of Iraqi students.

1. Research Definition

1. Introduction and Importance of Research

Every society needs a healthy and dynamic population to develop and progress. The importance of sports for the health of a society and its members is such that some sociologists consider it the civil religion of contemporary societies. In today's busy world, all members of society need recreation and entertainment¹, which are used to bring joy and vitality to people. Recreation and entertainment can take the form of active sports activities such as football, badminton, etc., and inactive sports activities such as chess, board games, etc. Thus, individuals can recreate or entertain themselves with the help of recreation centers, either on their own or with others. Therefore, regular and continuous physical activity is essential².

In the current world, research on topics such as the impact of sports activities on physical and mental health, longevity, well-being, social interactions, and leisure enrichment has increased people's participation in sports, especially in various communities. Also, recreational sports have received much attention from sports managers, physical education students, and sports scientists³ due to their ability to be performed in various places, their cost-effectiveness and accessibility, and their ease of implementation for different social classes and ages. Sava divides leisure activities into four categories (Ghodratnama A & Heydarinejad S, 2013) entertainment activities (Adams et al., 2007) sports activities (Yfantidou et al., 2011) artistic activities (Malchrowicz-Moško et al., 2019) cultural activities. He believes that sports activities include physical activities that individuals use to improve their physical fitness in an environment different from their daily routine, compete and have fun, and improve their skills or demonstrate their strength or a combination of the above. He also believes that there are factors influencing individuals' tendency towards each of the above activities, which creates an intrinsic motivation for these activities. The Canadian Health Association examined the main reasons and motivations for sports participation in fitness programs and recreational activities among 4,500 individuals (aged 10–19) and reported the five main motivations for participating in recreational sports (Ghodratnama A & Heydarinejad S, 2013) joy and cheerfulness (Adams et al., 2007) feeling better in life (Yfantidou et al., 2011) weight control and fitness (Malchrowicz-Moško et al., 2019) energy release (Sava, 2015) competition. The association also conducted a similar study on

Recreation and entertainment¹

Physical activities²

Recreational sports³

adults, which found that important reasons for sports participation⁴ among adults included feeling better in life, entertainment, weight control, flexibility, and reducing psychological stress.

Young people have many motivations for participating in sports. Club membership, skill development and maintenance, fitness, excitement, and success in sports competitions are the main reasons for youth participation in sports activities. While motivations such as dominance over others, independence, aggression, joking, and pleasure are less important, the role of gender in participation motivations is apparent. Some studies show that among women, motivations such as recreation, making friends, fitness, and beauty are more important. The type of sport, level of experience, and age difference do not significantly affect these motivations. Vollandani (Gould & Horn, 1984) in the context of adolescent girls leisure, found that they participate in sports activities to prioritize the physical appearance benefits of the activity over potentially enjoying the activity itself.

Despite the extensive evidence showing that the health benefits of physical exercise are vast, a wide range of studies from around the world indicate that very few people engage in regular physical exercise. According to the survey by (Gould et al., 1982) (LAMYAA et al., 2020) with about 9/1 million participants from 168 countries, concluded that more than one in four adults worldwide fail to meet the recommended levels of exercise (i.e., performing at least 150 minutes of moderate-to-vigorous physical activity) per week. A recent 2019 national report, inviting all students from universities and colleges in Norway, found even more worrying results: less than one in four male students and less than one in five female students met the minimum recommended physical exercise criteria (Grasdalsmoen et al., 2019). In addition to preventing a range of non-communicable diseases such as cardiovascular diseases and type 2 diabetes (Lee et al., 2012) several studies have shown the positive effects of physical exercise on mental health problems, especially depression (Kvam et al., 2016), (Gordon et al., 2018). Global studies have highlighted mental disorders as one of the leading causes of disability worldwide, and depression is currently the most disabling disorder in terms of years lived with disability (Kyu et al., 2018) In addition to individual consequences, the functional impairment caused by depression (including the risk of poverty and social marginalization/isolation), the economic consequences are very devastating and considerable. According to recent estimates by Norwegian authorities,

the predicted annual costs of depression in Norway are about 60–70 billion euros (Grasdalsmoen et al., 2019)

Surprisingly, there are few epidemiological studies on mental health problems in college and university students. Despite this being a critical transitional period, during which many psychiatric disorders emerge in late adolescence and early adulthood (Kessler et al., 2005) some epidemiological studies have shown that 12% to 50% of college and university students meet the criteria for one or more common mental disorders (Verger et al., 2010), (Hunt & Eisenberg, 2010) and (Blanco et al., 2008) the aforementioned national survey recently reported a worrying increase. Therefore, identifying risk and protective factors in this population may have multiple benefits, given the profound implications that mental health problems have on subsequent educational, social, and economic outcomes (Gammage R, 2014) In this regard, several studies have shown that physical exercise can induce various physiological changes and mechanisms in the body that may, in turn, reduce stress levels or modulate the stress response by improving mood and positive affect, thus exerting a protective effect against the negative impact of stress on health (TSATSOULIS & FOUNTOULAKIS, 2006) It has long been established that plasma levels of endorphins increase immediately after physical activity and exercise, which is associated with a sense of euphoria among athletes (Hammad, 2022) Furthermore, physical exercise is associated with the functioning of several neurotransmitters in the brain, including serotonin, dopamine, and norepinephrine, suggesting that physical activity acts similarly to antidepressant medications (Al-Khafaji & Seifari, 2024)

Also, regarding the socio-cultural consequences of leisure-recreational sports, it should be noted that having up-to-date information on how to spend leisure time is one of the issues that can be used by planners. Implementing organizations such as the Ministry of Sports and Youth also examine and obtain descriptive information about how to spend their leisure time at different times. For example, according to a report by the Ministry of Sports and Youth (Hamed & Ahmed, 2023) young people spend 74 minutes a day on their computers, 1/93 percent of young people have never used cultural centers to spend their time in the summer, (Lotfi et al., 2023) percent of Tehrans youth spend most of their leisure time with both genders, from the perspective of young people. The authorities planning for leisure time has had little success, and more than two-thirds of young people have described the distribution of recreational facilities in Tehran as very low.

In light of the issues raised, it is essential to examine the threefold consequences of leisure–recreational sports among students. On the one hand, according to the researchers searches, the rate of participation in physical activities during the leisure time of Iraqi and Iranian students is low, and the rate of extracurricular activities in this regard in universities is low and is met with little interest from students. On the other hand, a significant number of students are unaware of the benefits and consequences of engaging in sports and physical activities during their free time and do not have an accurate picture of its physical, psychological, and social consequences. Therefore, identifying the three dimensions of physical, emotional–psychological, and social health in students leisure time and presenting an ideal model among young people is of great importance. It should be noted that a humans lifespan is his or her most important asset, and proper planning for the optimal use of leisure time is essential. Therefore, identifying the consequences of engaging in leisure–recreational sports among students actually shows the type of benefits of recreational sports activities (physical health, emotional–psychological health, and social health) and our perspective on the benefits of addressing this issue. This is important because Iraq has 31 public universities with 541,455 students compared to 165 private universities with 211,905 students, and Iran has 2,569 universities, including 530 Islamic Azad University branches, 309 non–profit institutes, 170 vocational institutes, 466 Payame Noor centers, 953 applied science branches, and 141 state universities (Ministry of Science, Research, and Technology) in 31 provinces, with a total of 3,173,779 students. Although many studies have apparently been conducted on leisure and sports, there is a lack of research on identifying and comparing the threefold consequences of leisure–recreational sports among students. The focus of most of these studies has been on how to spend leisure time and consider some of the factors influencing it. Therefore, this study aims to address the research question more deeply: What are the threefold consequences of leisure–recreational sports among students of selected universities in Iran and Iraq? And is there a significant priority or difference between them in the two groups under study?

The problem

The development of societies, the expansion of facilities and equipment, and new lifestyles make the need for sports, recreation, and physical training more necessary than ever before. Regular and continuous physical activities are essential, in today's world, young people have

many motivations for participating in sports, club membership, developing and maintaining skills, physical fitness, excitement, and success in sports competitions are the main reasons for participation, while motivations such as power over others, independence, aggression, humor, and enjoyment are the main reasons for participation. Less important, the role of gender in motivations for participation is clear. Some research shows that motivations such as fun, making friends, physical fitness, and beauty are more important for women, and the type of sport, the amount of experience, and the ten-year age difference are not very effective in this matter. James and Embry's (2002) study on the leisure time of adolescent girls shows that they participate in sports activities primarily to give priority to the physical effects of the activity rather than to enjoy the activity itself. Among the threats facing the leisure sector in our country, according to previous research, it is possible to overcome the youth spending their leisure time through virtual spaces, which increases the tendency of young people to use individual programs to spend their leisure time, gender-specific attitudes towards the use of leisure programs, etc. The unemployment rate among young people compared to adults, the relatively low level of social welfare, the low level of family and community awareness of the impact of leisure time on productivity, and the increase and mention of the mental health of young people. Through the aforementioned materials, it is necessary to verify the triple results of recreational sports among students, and to identify the three dimensions of physical, emotional, psychological and social health in students' leisure time and provide a good model for young people. Special importance was given to this important issue, which is that the life of every human being is the most important capital and proper planning is very necessary for the optimal use of leisure time, so the effects of recreational sports among students were identified, in fact, the type of benefits obtained from recreational sports activities (physical health, emotional and psychological health, social and cultural health) and the type of our point of view illustrates the benefits of addressing this issue. Although it seems that a lot of research has been done in the field of leisure time and sports, it has been strongly noted that there is a lack of research in the issue of identifying and comparing the three outcomes of recreational sports among students. More focus in the research on the method of passing and considering some of the factors affecting it, the scope of this research would have been broader, and for this purpose, in this research we tried to answer the question that the three effects of recreational sports on students by delving into the research problem, what are the selected universities in Iran and Iraq

3Research Objectives

1-3-1General Purposes

The main objective of the research was to compare some of the effects of the three outcomes of recreational sports in selected universities in Iran and Iraq.

2-3-1Specific Objectives

- .1Determine the leisure time activities of students of some Iranian and Iraqi universities
- .2Determine the physical effects of recreational sports on some Iranian and Iraqi university students
- .3Determine the emotional effects of recreational sports on some Iranian and Iraqi university students
- .4Determine the social and cultural outcomes of recreational sports on some Iranian and Iraqi university students

Methodology

According to the subject and purpose of the research, the present study was conducted within the framework of a mixed approach (qualitative–quantitative). In the qualitative section, the method of thematic analysis was used to analyze the data obtained, and three stages of identifying basic themes, organizing themes, and global themes were used. The first source of data collection in this section was articles on related topics, (Kyu et al., 2018) of which were analyzed. Then, (Gordon et al., 2018) specialists and elites in the field of sports sciences in Iraq were purposefully selected as research participants for the interview. These individuals were selected based on data saturation, expertise, experience, and willingness to participate. The criteria for selecting and entering interviewees were having a work or activity background or at least 5 years of research experience related to the research topic.

Qualitative data were collected through interviews and a review of relevant documents and reports. Semi–structured interviews were conducted (Baniasadi & Salehi, 2019) Before the interviews, all participants were provided with a consent form that outlined the study's objectives and assured confidentiality. The interviews lasted between 45 minutes and one hour and were recorded with the interviewee's knowledge. The interviews were conducted between April and June 2022. The qualitative data were analyzed simultaneously with the data collection using thematic analysis. After analyzing (coding) the data obtained from each interview or report, the next sample was selected to refine and enrich the framework by identifying ambiguous or weak

points in the framework and categorizing the data. Data saturation was achieved when no new relevant data emerged, and relationships between the categories were established and confirmed (Glaser & Strauss, 2017) The validity of the research was assessed by presenting the results to the participants for confirmation. If the findings were confirmed by the participants, it provided greater assurance of the study's validity. For reliability, the test-retest reliability method was used, which indicates the stability of coding over time. This index is calculated when a coder encodes a text at two different time points. To calculate the test-retest reliability, several interviews were selected as samples from the conducted interviews, and each was re-coded within a short and specified time interval. Then, the codes from the two time intervals for each interview were compared, and the stability index was calculated based on the observed agreement and disagreement between the two coding stages. In each interview, codes that were the same between the two time intervals were identified as agreements, while codes that differed were identified as disagreements (Holsti, 1969) The reliability value of the research was calculated as 0.83.

The research technique included documentary study (articles related to the research topic) and exploratory (semi-structured) interviews. Extraction of factors was done by reviewing the basics and background through a study of the articles (a total of 16 articles) (Table 1) and interviews (a total of 15 people) (Table 2) to collect the qualitative data in this study. Also, in the present research, the letter A was used for coding articles and the letter P for the participants for articles and interviews, respectively.

The statistical population of the research in the quantitative section included all students of the selected universities in Iraq (Baghdad and Babylon) and the selected universities in Iran (Mazandaran and Ferdowsi). Using the method of 5 times the number of items of the research tool (a total of 64 items), 320 people were selected as the statistical sample. In this regard, considering the possibility of incomplete questionnaires that were not properly and completely filled out, the researcher distributed 350 questionnaires, and after collecting and removing the incomplete questionnaires, 330 questionnaires were selected and entered into the relevant software for statistical analysis. In this section, a researcher-made questionnaire derived from the findings of the qualitative section was used to collect data. The questionnaire consisted of 64 items and 3 components of physical consequences (items 1 to 16), psycho-emotional consequences (items 17 to 39), and social consequences (items 40 to 64). It was designed

based on a 5–point Likert scale (strongly agree = 5, agree = 4, undecided = 3, disagree = 2, and strongly disagree = 1). To ensure the face validity of the questions and items measured for the concepts used in the research, experts and researchers (9 professors of sports management) were asked to identify potential problems with the questionnaire in front of each item and question. Also, exploratory and confirmatory factor analyses were used to examine the construct validity of the questionnaire. Cronbachs alpha coefficient was used to measure the reliability of the questionnaire, which was obtained as 0.88. The collected data in this section were analyzed descriptively and inferentially using SPSS 26 and Smart PLS 3 software. In the descriptive statistics section, central and dispersion indices were presented, and in the inferential statistics section, skewness and kurtosis tests were used to assess the normality of data distribution, Kendalls W test was used to prioritize the components from the perspective of the sample under study, and an independent t–test was used to compare the variables and components of the research between the two sample groups. All tests were performed at a significance level of 0.05.

Results

At first, the specifications of the articles used for coding and identifying the basic themes in the present study are presented .

<p>A brief description of the demographic characteristics of the interviewees in terms of gender, position, education, and relevant experience is presented below (Table 2).</p>

Table 2. Demographic characteristics of the participants

Interview Code	Gender	Position	Degree	Related Experience (Years)
P1	Male	University Faculty	PhD in Sports Management	9 years
P2	Male	University Faculty	PhD in Sports Management	13 years
P3	Female	University Faculty	PhD in Sports Physiology	15 years
P4	Male	University Faculty	PhD in Sports Pathology	10 years
P5	Male	University Faculty	PhD in Sports Management	8 years
P6	Female	University Faculty	PhD in Sports Psychology	7 years

P7	Male	University Faculty	PhD in Sports Physiology	8 years
P8	Male	University Faculty	PhD in Sports Management	14 years
P9	Male	University Faculty	PhD in Sports Management	6 years
P10	Female	University Faculty	PhD in Sports Management	7 years
P11	Male	University Faculty	PhD in Sports Physiology	10 years
P12	Male	University Faculty	PhD in Sports Management	12 years
P13	Female	University Faculty	PhD in Sports Physiology	16 years
P14	Male	University Faculty	PhD in Sports Management	18 years
P15	Male	University Faculty	PhD in Sports Psychology	10 years

As can be seen in Table 2, out of 15 interviewees, 4 were women and 11 were men. In terms of position, all interviewees were faculty members of Iraqi universities. In terms of education, all 15 held a Ph.D. in various fields of sport sciences. In terms of experience, the minimum and maximum years of experience related to the research topic were 6 and 18 years,(Rabeea et al., 2024) respectively.

Subsequently, examples of the basic themes extracted from the articles and the words of the interviewees for each of the consequences of recreational sports are presented. The first 20 themes are samples of themes related to physical consequences, themes 21 to 40 are related to psycho-emotional consequences, and themes 41 to 60 are related to social consequences (Table 3).

Table 3. Sample Basic Subjects

Number	Subject	Source of Content
1	Improving physical abilities such as strength, mobility, flexibility, etc.	P1-P4-P5-P9
2	Developing health and hygiene needs.	P2-P14
3	Developing motor skills.	P2
4	Controlling body weight.	P3-P8-A7
5	Protecting physical health.	P3-P9-A4
6	Reproducing energy.	P3-P5

7	Reducing mortality due to disease.	P4
8	Relieving fatigue.	P5-P12-A1
9	Building a healthy body.	P5
10	Achieving physical health.	P7-A1-A5-A7-A13
11	Improving cardiovascular and respiratory systems.	P8
12	Improving metabolism and endocrine system.	P8
13	Developing immune system.	P8
14	Improving muscular and skeletal systems.	P8-P10
15	Enhancing brain function and mental performance.	P8
16	Developing physical and mental well-being.	P8
17	Optimizing heart function.	P8
18	Assisting in weight reduction and control.	P8-P10
19	Improving general health.	P9
20	Reducing medical costs.	P9-A5-A15
21	Personal development.	P1-P14
22	Improving positive personality traits.	P1-P3
23	Increasing honesty in individual.	P1
24	Increasing courage in individual.	P1
25	Improving quality of life.	P1-P2-P3-P7-P9-P10
26	Improving individual well-being.	P1
27	Enhancing self-perception.	P1-P2
28	Improving aesthetic perception in individual.	P1-P11
29	Challenging oneself.	P2
30	Satisfying the need for competition in individual.	P2
31	Need for dependency in individual.	P2
32	Improving life satisfaction.	P2-P5-P12
33	Increasing motivation in individual.	P3-P6-A15
34	Increasing life satisfaction.	P3-P6-P7-P15
35	Improving mental well-being.	P3-P7-P15
36	Meeting spiritual and emotional needs of individual.	P3
37	Attaining sense of freedom and liberation.	P3
38	Developing self-efficacy.	P3-P4-P10
39	Reducing anxiety and stress in individual.	P3-P4-P7-P11-A1-A4
40	Relieving pressure and stress of daily tasks.	P3-P7-A1
41	Social development.	P1-P5-P9-P12
42	Socializing.	P1-P11
43	Improving team spirit at work.	P1-A9
44	Enhancing interpersonal relationships.	P1-P12-P14
45	Developing socialization-related needs.	P2-P13-A6
46	Developing communication needs.	P2-P11-A13
47	Enhancing healthy lifestyle.	P2-P9
48	Developing effectiveness at work.	P3

49	Increasing social connections.	P4-P6-P7-P15-A16
50	Increasing social support.	P4
51	Developing sports industry.	P5
52	Increasing social well-being.	P5-P12-P13-A13
53	Creating opportunities for interaction with others.	P6
54	Fulfilling the need for positive social interactions.	P6
55	Developing social health.	P7-P11-A5
56	Developing social personality.	P7
57	Improving and developing leisure time management in society.	P9
58	Strengthening social relationships.	P9
59	Improving hope for life at societal level.	P9
60	Enhancing public well-being and life standards.	P9

In the following, the classification of basic topics in the form of organizing and comprehensive topics related to each of the three consequences of recreational sports is discussed .

Based on the results of Table 6, out of a total of 202 basic subjects, 84 subjects were constitutive of social outcomes, which this pervasive subject itself consists of 4 organizing subjects of social growth (30 subjects), communicative development (17 subjects), social face improvement (15 subjects), and social life development (22 subjects).

In continuation and after conducting the qualitative research stages, a questionnaire was designed using the obtained data. Then, the researcher-made questionnaire was distributed and collected among students of selected universities in Iran (Ferdowsi University of Mashhad and Mazandaran University = 165 students) and selected universities in Iraq (Babylon and Baghdad Universities = 165 students), the results of its descriptive and inferential sections are presented.

Regarding the cognitive population characteristics of these students, it was determined that the highest and lowest frequencies based on the age status of Iraqi students are 9.47% and 8.7% respectively for the options "21 to 25 years" and "over 31 years", and for Iranian students are 2.44% and 0.10% respectively for the options "21 to 25 years" and "over 31 years". Based on gender, the highest and lowest frequencies in Iraqi students are 9.53% and 1.46% respectively for the options "female" and "male", and in Iranian students are 5.54% and 5.45% respectively for the options "female" and "male". Also, the highest and lowest frequencies based on the educational level in Iraqi students are 1.49% and 1.9% respectively for the levels "Bachelors" and "Doctorate", and in Iranian students are 0.43% and 0.14% respectively for the levels "Bachelors and Masters" and "Doctorate". Based on sports experience, the highest and lowest

frequencies in Iraqi students are 8.44% and 1.9% respectively for the options "6 to 10 years" and "over 16 years", and in Iranian students are 0.40% and 1.9% respectively for the options "6 to 10 years" and "over 16 years". Finally, the highest and lowest frequencies based on the hours spent on recreational sports during the week in Iraqi students are 1.49% and 3.7% respectively for the options "4 to 5 hours" and "over 11 hours", and in Iranian students are 2.38% and 1.15% respectively for the options "6 to 10 hours" and "over 11 hours".

Also, using skewness and kurtosis statistics, it was found that the distribution of data on the consequences of leisure-sport and its components in both groups of Iraqi and Iranian students was normal, and therefore, parametric tests can be used in this research.

Then, using the Kendall W test, prioritization of the components of the triple consequences of leisure-recreational sports from the perspective of students of selected universities in Iran and Iraq was carried out, the results of which are presented in Tables 7 and 8.

As can be seen in Table 7, since the level of significance of the Kendall W test for both Iraqi and Iranian students is less than 0.05, it can be said that there is a significant priority among the components of leisure-recreational sports outcomes from the perspective of Iraqi and Iranian students.

Table 8. Average ranks and priorities of components from the perspective of Iraqi and Iranian students

Factors	Group	Average ranks	Priority
Emotional-mental consequences	Iraqi	2.50	First
	Iranian	2.23	Second
Physical consequences	Iraqi	2.29	Second
	Iranian	2.36	First
Social consequences	Iraqi	1.21	Third
	Iranian	1.14	Third

As seen in Table 8, the most important priority of the components of the triple consequences of recreational sports from the perspective of Iraqi students is related to the "emotional-mental consequences" component, while the "physical consequences" and "social consequences" components are in second and third priorities. Additionally, the most important priority of the components of the triple consequences of recreational sports from the perspective of Iranian students is related to the "physical consequences" component, while the "emotional-mental consequences" and "social consequences" components are in second and third priorities.

Finally, considering the normal distribution of variables, an independent samples t-test was conducted to compare the outcomes of the threefold leisure-recreational sports in selected universities of Iran and Iraq, the results of which are presented in Table 9.

Table 9. Independent Samples t-Test Results

Variable	Group	Mean	Levenes Test for Equality of Variances		T-Test for Equality of Means		
			F	Sig	t	Significance Level	Mean Difference
Physical Consequences	Iraq	4/17	1/30	0/25	- 0/417	0/001	0.92
	Iran	3./25					
Emotional-Psychological Consequences	Iraq	3/47	0/08	0/77	- 0/198	0.001	0.03
	Iran	3/06					
Social Consequences	Iraq	3/96	2/25	0.61	- 0.979	0.03	0.41
	Iran	3/06					
Triple Consequences	Iraq	3.96	1.73	0.18	- 0.642	0.04	0.78
	Iran	18.3					

As shown in Table 9, considering the level of significance of the Levenes test which is greater than 0.05 in all variables, the assumption of equality of variances of the two groups is confirmed. Also, based on the results of the t-test and the significance levels of this test, it was evident that there is a significant difference between the three outcomes of recreational sports and their components in the two groups of students from selected universities in Iraq and Iran, with this difference being in favor of Iraqi students in all cases.

Research and Conclusion

The present study was conducted with the aim of comparing the triple consequences of recreational sports among students of selected universities in Iran and Iraq. In this regard, in the qualitative part of the research, after analyzing the articles and the interviewees' statements, 202 basic topics were identified, and these topics were then classified into three main or comprehensive axes, namely physical effects, emotional and psychological effects, and social effects. The following shows that out of a total of 202 basic topics, there were 75 topics that were emotional and psychological effects, and this comprehensive topic consists of 4 organizational axes: personal growth, behavioral moral development, and development of emotional and life traits. It also shows that out of a total of 202 basic topics, there were 84 topics that were social effects, and this comprehensive topic consists of 4 organizational axes: social

growth, development of communication, improvement of social image, and development of social life.

In this regard, it was found that there is a high priority among the components of the triple consequences of recreational sports from the point of view of Iraqi students, and accordingly, the most important priority is related to the element of "emotional excitement". – Psychological effects and components of "physical effects" and "social effects" come in second and third priorities. In this regard, it can be noted that for these students, there are things such as increasing awareness of personal health, improving personal and mental well-being, increasing mental health and health perception, creating an active mind, increasing mental performance, and delaying cognitive disorders in the elderly. Age: Obtaining external rewards by doing recreational activities and creating a sense of success, accepting individual differences, improving self-image and creating a positive attitude towards the body, increasing discipline and academic progress and hope for the future, and satisfaction from participating in recreational activities. Sports activities and feeling fun: Performing free and recreational activities, increasing capabilities, better implementation of responsibilities, making better decisions on daily issues, and enhancing the feeling of need for sports activities. Therefore, in explaining this result, it can be said that the emotional and psychological dimensions of recreational sports and their effects have a higher importance and priority for the Iraqi students studied, and perhaps the main goal of these is to practice recreational sports. Activities are to improve their quality and lifestyle, and to satisfy psychological needs that perhaps this important thing happens to them less in the context of the family, and therefore they try to achieve it through sports and then they look for it. Physical and social effects. It was also found that there is a high priority among the components of the three effects of recreational sports from the point of view of Iranian students, and accordingly the most important priority is related to the component of "physical effects". The components of "psychological-emotional effects" and "social effects" are in the second and third priorities.

Thanks and appreciation

We express our thanks to the research sample represented by Iraqi and Iranian universities

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest.

haitham gaze Ahmed haithamgaze096@gmail.com

References

- Adams, T. B., Moore, M. T., & Dye, J. (2007). The relationship between physical activity and mental health in a national sample of college females. *Women & Health, 45*(1), 69–85. https://doi.org/https://doi.org/10.1300/J013v45n01_05
- Al-Khafaji, H. A., & Seifari, M. K. (2024). Designing a Strategic Model Based on Succession Planning in Gymnastics in Iraq. *Journal of Sports Education Studies and Research, 34*(4), 549–567. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.781>
- Baniasadi, A., & Salehi, K. (2019). Introduction on the Principles and Process of Construction and Validation of the Interview Protocol. *Higher Education Letter, 12*(46), 177–203.
- Blanco, C., Okuda, M., Wright, C., Hasin, D. S., Grant, B. F., Liu, S.-M., & Olfson, M. (2008). Mental health of college students and their non-college-attending peers: results from the national epidemiologic study on alcohol and related conditions. *Archives of General Psychiatry, 65*(12), 1429–1437.
- Gammage R. (2014). Possibilities are endless for new Adventure Recreation Center. *He Ohio State University, 32*(20), 42–47.
- Ghodratnama A, & Heydarinejad S. (2013). The relationship between motivation for sports participation and physical activity of Shahid Chamran University of Ahvaz. *Sports Management Studies, 18*, 189–202.
- Glaser, B., & Strauss, A. (2017). *Discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Routledge.
- Gordon, B. R., McDowell, C. P., Hallgren, M., Meyer, J. D., Lyons, M., & Herring, M. P. (2018). Association of Efficacy of Resistance Exercise Training With Depressive Symptoms. *JAMA Psychiatry, 75*(6), 566. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2018.0572>
- Gould, D., Feltz, D., Weiss, M. R., & Petlichkoff, L. (1982). Participation motives in competitive youth swimmers. In *Mental training for coaches and athletes* (pp. 57–59). Coaching Association of Canada.
- Gould, D., & Horn, T. (1984). Participation motivation in young athletes. *Psychological Foundations of Sport, 2*, 359–370.
- Grasdalsmoen, M., Eriksen, H. R., Lønning, K. J., & Sivertsen, B. (2019). Physical exercise and body-mass index in young adults: a national survey of Norwegian university students. *BMC Public Health, 19*, 1–9.

- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- Hammad, S. H. (2022). The effect of cognitive exercises with educational technology in developing the ability to shift attention and performing counterattack skills in fencing. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 5(25).
- Holsti, O. R. (1969). Content analysis for the social sciences and humanities. *Reading, MA: Addison-Wesley (Content Analysis)*.
- Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 3–10.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593–602.
- Kvam, S., Kleppe, C. L., Nordhus, I. H., & Hovland, A. (2016). Exercise as a treatment for depression: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 202, 67–86. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.03.063>
- Kyu, H. H., Abate, D., Abate, K. H., Abay, S. M., Abbafati, C., Abbasi, N., Abbastabar, H., Abd-Allah, F., Abdela, J., & Abdelalim, A. (2018). Global, regional, and national disability-adjusted life-years (DALYs) for 359 diseases and injuries and healthy life expectancy (HALE) for 195 countries and territories, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*, 392(10159), 1859–1922.
- 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>
- Lee, I.-M., Shiroma, E. J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S. N., & Katzmarzyk, P. T. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The Lancet*, 380(9838), 219–229.

- Lotfi, K., Farzan, F., Khodadadi, M., & Razavi, S. M. H. (2023). Designing A Model Of Recreational Sports In The Family With A Grounded Theory Approach. *Sport Management Studies*, 15(79), 83–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.22089/smrj.2021.10406.3393>
- Malchrowicz–Moško, E., Młodzik, M., León–Guereño, P., & Adamczewska, K. (2019). Male and Female Motivations for Participating in a Mass Cycling Race for Amateurs. The Skoda Bike Challenge Case Study. *Sustainability*, 11(23), 6635. <https://doi.org/10.3390/su11236635>
- Rabeea, M. S., Khalifa, A. H., & Obaid, M. A. (2024). The Effect of Suggested Exercises on Developing Some Mental Abilities for Children Aged 4–6 Years. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.681>
- Sava, A.–M. (2015). Factors Affecting the Choice of Recreation Providers – A Conceptual Model. *Procedia Economics and Finance*, 23, 622–627. [https://doi.org/10.1016/S2212-5671\(15\)00542-0](https://doi.org/10.1016/S2212-5671(15)00542-0)
- TSATSOU LIS, A., & FOUNTOULAKIS, S. (2006). The Protective Role of Exercise on Stress System Dysregulation and Comorbidities. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1083(1), 196–213. <https://doi.org/10.1196/annals.1367.020>
- Verger, P., Guagliardo, V., Gilbert, F., Rouillon, F., & Kovess–Masfety, V. (2010). Psychiatric disorders in students in six French universities: 12–month prevalence, comorbidity, impairment and help–seeking. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 45, 189–199.
- Yfantidou, G., Tsernou, A., Michalopoulos, M., & Costa, G. (2011). Criteria of Participation at the Sport and Recreation Services of Municipal Organizations. *International Journal of Sport Management, Recreation & Tourism*, 7, 1–10. <https://doi.org/10.5199/ijsmart-1791-874X-7a>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The Model of Sports Talent Management in the Field of Track and Fields in the Schools of Iraq

Mohammad Ghazi ahmed ¹ ✉ Farzam Farzan ² ✉ Morteza Dousti ³ ✉

Mazandaran University / Faculty of Physical Education and Sports Sciences ^{1,2,3}

Article information

Article history:

Received 5/10/2024

Accepted 13/10/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Track and Field, Students, Talent
development, Sports, Iraq



Abstract

The general purpose of this research is to develop a model for managing sports talents in the field of track and field in Iraqi schools. The current research method was qualitative. Which was used to build the conceptual model of the research based on the theory of Glasser Ground. The research community consists of professors and faculty members in the faculties of physical education and sports sciences, the president and vice presidents of the Athletics Federation, former track and field players and coaches working in Iraq and some athletes in the national team, after interviewing 20 people, the researcher noticed that the results were repetitive, so to ensure the similarity of the results, 3 new interviews were conducted and according to the results, thus the theoretical saturation was determined through 22 interviews. Based on the results of the qualitative data analysis obtained from the interview, the presentation of the final model of the research consists of: organizing the training system, coordinating track and field leaders, developing talents and physiological dimensions. Indicators before identifying talents the recruitment process and training of professional coaches with talent identification and improving the quality and quantity of sports and sports spaces, talent maintenance, and supporting research projects in terms of effective indicators after identifying talents.

DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v35i1.838> ©Authors, 2025. 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/))

1. Research Definition

1. Introduction and Importance of Research

Track and field is one of the most popular individual disciplines around the world (Opar et al., 2014). This sport has evolved significantly over the last century in various dimensions, including technology and coaching knowledge in different geographical areas. By the late 1870s only a handful of white men in the East Valley of the United States and a few cities in Western Europe were participating in regular events due to its educational facilities. In the last several years, Track and field has grown significantly, today Track and field is one of the most important global businesses with globalization and a major role in other sports (Burgess & Naughton, 2010). Also, countries such as the United States, China, England, Germany and Switzerland have invested a lot in the field of technology to discover sports talents in track and field (Hang & Beichen, 2017).

Track and field is known as the basic discipline and the mother of sports (Thomas et al., 2021). Running, jumping and throwing are among the basic sports skills that provide the foundation for other sports (Hulteen et al., 2018) (Odeh et al., 2024). As its development and growth in any country causes success in other sports, it is also one of the indicators of growth in public sports (Hammad et al., 2022). Therefore, progress in track and field shows the sports science of any country (Ganse & Degens, 2021). Track and field is one of the most important sports, from the general aspect with the most common sports activities and from the championship aspect, including running (60 meters indoor, 100 meters, 200 meters, 400 meters, 800 meters, 1500 meters, 5000 meters, 10000 meters, Marathon, relay races, steeplechase, walking), (Abdel & Ali, 2014) jumps (long jump, long jump, triple jump, high jump), throws (discus throw, javelin throw, hammer throw, weight throw) (Nahida et al., 2018), decathlon for men and heptathlon for women (Mahato, 2023). Talent is described as a very complex trait, genetically derived from a complex structure and exposed to environmental conditions. More precisely, we can say that talent is the level at which a certain person has physical characteristics, physiological characteristics, mental that significantly contribute to performance in a specific sport (Pickering et al., 2019). Talent identification is where a child is directed toward a specific sport or athletic

activity, a complex, lengthy, and multidimensional process. The period of time from the age of eight to twelve years is very important for the development of movement in children, and this period includes the necessary intrinsic motivation to show their talents. We must keep in mind that to achieve a high level of productivity in sports, at least ten years of systematic training is needed (Vaziri et al., 2022). They develop their capabilities in a specific field. Performance is determined by natural selection. In this method, (Oudah et al., 2022) they are randomly identified in sports activities. Determining different indicators for talent detection in track and field is necessary, just like in other sports, opinions are such that attention should be paid to different indicators such as structural, physiological, physical fitness, skill and also psycho-social characteristics in this medal-rich field (Platonov, 2018) Considering that in track and field, 141 medals are distributed in the Asian, Olympic and World Games, of which 47 medals are awarded only in the Olympic event, it can be considered the first sport in the world. Grounded theory is a well-known methodology employed in many research studies. Qualitative and quantitative data generation techniques can be used in grounded theory study. Grounded theory sets out to discover or construct theory from data, systematically obtained and analyzed using comparative analysis. While grounded theory is inherently flexible, it is a complex methodology. (Shabib et al., 2024) Thus, novice researchers strive to understand discourse and the practical application of grounded theory concepts and processes". Iraq's sports, by focusing on identification and recruitment in school sports, has hope to maintain its position in the championship arena. In this regard, Haider Farooq (spokesman of the Ministry of Education) told the Iraqi News Agency: "In 2023, the total number of students across Iraq has reached nearly 13 million students in all educational levels, Meanwhile, the number of newly registered students in the first grade of elementary school is more than one million students. With the investigations and studies conducted, no comprehensive and complete model was found that includes all ages and stages, as well as the integration of the desired indicators and the process of track and field Talent identification; Most of the people attracted to track and field are done through simple tests such as 540-meter run, 30-meter run, and long jump, etc. The results of this research provided for

coaches, athletes, researchers and officials of sports organizations, especially the track and field Federation of Iraq. here the question arises, what is the model of sports talent management in the field of track and field in Iraqi schools?.

Materials and Methods

This qualitative study is developmental in terms of purpose; also the methodology of the research is qualitative with the benefit of the data-based and the data-driven method (Glaser Grounded Theory) Glasser's theory, known as realistic counseling, is important because it aims to teach individuals effective ways to achieve what they want in their lives. It focuses on individuals' behaviors and how they are influenced by social learning. This theory seeks to improve the quality of life by enhancing self-awareness and decision-making ability. The research community consisted of professors and faculty members of physical education and sports sciences, the president and vice-presidents of the Track and field federation, pioneers of track and field, active track and field coaches in Iraq, and some of the athletes of the national team and track and field league. Also, the sampling method of the research was purposeful-snowball. According to these materials, the interview began with the purposeful selection of people who were experts and knowledgeable in relation to the research topic, and in addition to the research questions, they were asked to introduce other experts in this field, therefore, among the first few people who were directly selected by the researcher based on the desired criteria, other interviewees were also selected by other interviewees in addition to the criteria of reporting, and during a 3-month process and interviews with 22 people, the researcher felt that he had reached the point of theoretical saturation. Also, in relation to the progress of the research, after conducting interviews with 20 people, the researcher felt that the results were repetitive, so to ensure the similarity of the findings, 3 new interviews were taken and according to the findings, no new material was extracted, therefore, theoretical saturation was determined with 22 interviews. Regarding the questions asked to the interviewees, it should be stated that a general question (What are the indicators of sports talent management in the field of Track and field in

Iraqi schools?) was raised and then the interview continued with other questions that measure why and how a factor occurs.

The current interview questions were asked with a positive and effective interaction. Four criteria (acceptability, transferability, verifiability and reliability) are for qualitative research and its criteria are linked with four conventional criteria in quantitative research (internal and external validity, reliability and objectivity), and these four criteria were examined and confirmed in the current research (Lazem et al., 2024) For this purpose, to validate the available sources, the interview text, the extracted codes were sent to some participants in the research and their opinions were used. In order to be transferable, through documentation for other researchers, demographic report, sample experience and research environment report were used. Also, in order to confirm the research, the opinions of several professors of the sports management group who were outside the interview process were used and their opinions were applied. And finally, for the purpose of reliability, the percentage of agreement between two coders was used and the percentage of agreement was reported as 84% according to the table below.

$$\text{Reliability percentage} = \frac{2 \times \text{Number of agreements}}{\text{Total number of codes}} \times 100$$

TABLE 1. THE RESULTS OF THE RELIABILITY OF TWO CODERS				
Interview number	Total number of codes	Number of agreements	Number of disagreements	Reliability percentage
5	39	16	7	82.05%
14	36	16	4	88.88%
20	42	17	8	80.95%
Total	117	49	19	83.76%

The results of Table 1 indicate that the total number of codes that the researcher has recorded in the interviews above is 117, the total number of agreements between the codes is 49 and the total number of disagreements is 19. Also, the reliability between the coders for the interviews in this study using the formula listed 84 %. As a result, the reliability of coding in this study is approved.

Results

Description of the characteristics of the interviewees: The personal characteristics of the interviewees are as described in Table.2.

TABLE 2. PERSONAL CHARACTERISTICS OF THE INTERVIEWEES					
Reference	Sex	Age (year)	Post	Field of activity	
				Executive	Academic
P1	Female	43	Assistant professor (Sport Management)		*
P2	Male	45		*	*
P3	Male	38		*	*
P4	Male	49	Associate, professor, (Sport Management)	*	*
P5	Male	36	Assistant professor (Tourism)	*	*
P6	Male	40	Sports entrepreneur	*	
P7	Male	41		*	
P8	Male	50		*	
P9	Male	46	Expert in the field of sports talent identification	*	
P10	Male	36		*	
P11	Male	34		*	*
P12	Male	45	sports coach	*	*
P13	Male	38		*	
P14	Male	49	Tourism management	*	*
P15	Female	49	Chief of Federation	*	
P16	Male	48	Vice Chairman of the Federation	*	
P17	Male	50	Managers of the Iraqi Ministry of Sports	*	
P18	Male	55		*	
P19	Male	65		*	
P20	Male	51		*	
P21	Male	76	Former coach of the national team	*	
P22	Male	65	Sports consultant in youth affairs	*	

Also, the results of the interviews conducted in the majority of open, central and selective codes can be seen in the following table:

Table 3. Primary codes, concepts and identified categories (effective indicators before talent identification)

SELECTIVE CODING	CENTRAL CODING OF THE SECOND LEVEL	CENTRAL CODING	OPEN CODES
Effective indicators before talent identification	Organization of coaching system	Scientific indicators of educators	1) Additional training for coaches in the field of nutrition, international relations, sports psychology, etc.
			2) Systematic and step-by-step training for trainers
			3) Quantitative and qualitative improvement of courses
			4) benefiting from prominent domestic and foreign trainers in the discussion of education
			5) Designing the growth path of trainers in the majority of regular annual programs
			6) Paying attention to the issue of increasing the knowledge of experienced trainers

		Ethical indicators of educators	7) Faith and belief
			8) Sacrifice and dedication
			9) seeking justice
			10) adhering to national ideals
			11) Creating a servant spirit
		Psychological indicators of teachers	12) Interpersonal influence
			13) Open sincerity
			14) Intellectual maturity
			15) Adaptability
			16) Positivity and giving opportunities
	Coordination of track and field volunteers	Organizational interaction	17) Inter-organizational communication and coordination of sports custodians to promote talent programs
			18) Comprehensive interactions and communications between the Track and field Federation and the Ministry of Sports
			19) Clarity of communication procedures with stakeholders, government and other organizations and institutions
		Interaction of scientific and sports field	20) Benefiting from the force of expert consultants in current affairs
			21) Benefiting from the presence of professors and students of sports management in current affairs
			22) Formation of specialized and focused committees in the matter of updating decisions
		Collaborative interaction	23) Proper management of sports facilities and spaces
			24) The existence of separate indoor and outdoor environments for men and women during the day
			25) Increase in sports per capita
			26) Availability of sports facilities around the clock
			27) The emphasis of sports and health experts on the development of physical activities
			28) The existence of specialist forces in university sports facilities
	Talent identification	The growth route of the athlete	29) designing suitable training programs
			30) Holding high-quality competitions
			31) More investment in education and training
			32) Designing an integrated talent identification system
			33) More selection and application of competition between talents
		Group development	34) Creating a supportive environment
			35) Creating a learning environment
			36) Creating an active environment
		Encouragement to track and field	37) Encouraging the public to Track and field
			38) Encouraging young people to do Track and field
			39) Encouraging age and gender groups to Track and field
			40) Encouraging veterans and professional athletes
	Attention to physiological dimensions	Mental health	41) Function of the nervous system
			42) Nervous tissues and neurons
			43) Coordination of brain and nerves
			44) Coordination of nerves and organs of the body
		Biological	45) Power of energy devices

		indicators	46) Secretion of growth hormone
			47) Blood supply to vital organs
			48) Nerve and muscle coordination
		Anthropometric indices	49) Foot and palm size
			50) Thigh length and shoulder width
			51) The ratio of the size of hands to feet
			52) Standing and sitting height
			53) The length of two hands and the circumference of the wrist
			54) Thigh to hip ratio
		Physical fitness indicators	55) General ability of the body
			56) Values of fast-twitch and slow-twitch threads
			57) Muscular endurance
			58) flexibility of muscles

According to the results of table (3), the number of 58 open codes, under selective codes; Organization of coaching system, coordination of Track and field pioneers, talent development and physiological dimensions were identified.

TABLE 4. PRIMARY CODES, CONCEPTS AND IDENTIFIED CATEGORIES (EFFECTIVE INDICATORS DURING TALENT IDENTIFICATION)

SELECTIVE CODING	CENTRAL CODING OF THE SECOND LEVEL	CENTRAL CODING	OPEN CODES
Effective indicators during talent identification	Talent identification process	Supporting of talent	1) Community support
			2) Legal protection
			3) Supporting families
			4) Media support
			5) Organizational support
		Talent development tools	6) Talent identification methods
			7) Training and training centers
			8) Equipment and facilities
			9) Coach's expertise
			10) Upgrade the coach
		Improvement of sports skills	11) specialization of practice for different subjects
			12) Focus on training activities
			13) Help to fix existing errors
			14) Combining and creating new exercises
	Training of professional coaches	Improving the quality of coaching courses	15) Regularly holding coaching courses at different levels
			16) comprehensive information system for educational courses
			17) Information system and identification of approved trainers
			18) Specialized system for providing coaching certificate
		Specialized selection of trainers	19) meritocracy in selecting coaches
			20) moral and psychological parameters in the selection of trainers

			21) Successful domestic and foreign track record
			22) coaching card approved by the federation
	Improving talent development platforms	Convenient access to sports facilities	23) Having expertise and current knowledge
			24) Security in the area of sports venues and spaces
			25) Parking and property protection in sports venues and spaces
			26) Public access ways to sports spaces
		Advanced educational centers	27) Equipped and dedicated training camps for Track and field
			28) Specialized training centers for elite athletes under the supervision of provincial officials
			29) Building and equipping provincial talent centers
		Adjusting the challenges of the sports investor	30) Economic attractiveness in the field of Track and field
			31) Reducing the amount of risk in the field of sports investment
			32) The diversity and attractiveness of different items of Track and field for investing in sports
			33) Approved rules and guidelines for sports sponsors and investors
			34) Clarity of income generating areas in sports venues and spaces for investors
	Professionalism of sports pioneers	Management skills	35) Proper planning and budgeting of expenses
			36) familiarizing managers with up-to-date management tools
			37) Knowing the right areas to invest in sports
			38) Proper implementation of privatization policies
			39) Accepting investment as a desirable marketing tool
			40) Supporting and facilitating the path of private investors
		Strategic perspective	41) Approving strategic plans after comprehensive hearing and opinion (Federation and Ministry of Sports)
			42) Creating strategic plans for the future of Track and field
			43) Clarification of decisions in the matter of macro planning
			44) Clarity of procedures and decision makers
		Providing social responsibilities for talents	45) Dedicated attention to the topic of youth education as an assigned mission
			46) The growth and emergence of sports personality of youth
			47) Religious orientation and providing moral guidelines
			48) Development of religious, national and individual identities
			49) Pahlavi spirit and character
	Personal and social environment of the athlete	Individual issues of the athlete	50) Individual beliefs and attitude style
			51) Identification of basic skills
			52) Physical condition
			53) Presence of father, mother, real brother or sister of the athlete

		Athletes' life issues	54) Economic status of the family
			55) Place of residence
			56) weather conditions
			57) Relatives and acquaintances
			58) Society norms
		Social policies	59) Urban policies
			60) Educational policies
			61) environmental policies
			62) Sports policies
			63) Financial policies
	Promotion of sports lifestyle	Promotion of sports in society	64) Creating interest in Track and field in schools
			65) Introducing as many individual and group subjects as possible in the educational environment of schools
			66) Having a minimal attention to new disciplines and electronics
			67) Presenting the culture of dealing with sports as a basic principle in today's world
			68) The possibility of engaging in sports for low-income and homeless groups and...
			69) The place and importance of sports in the economic-social development programs of the government
		Media support	70) Media and education support for Track and field
			71) Greater cooperation of provincial television in the matter of advertising and spreading sports
			72) Creating arrangements related to the broadcasting of school sports events, especially Track and field
			73) Presenting the social responsibility of the media for the development of student sports
			74) Creating a dedicated sports network with the scope of covering all kinds of sports such as Track and field

According to the results of table (4), the number of 74 open codes, under selective codes; The process of recruitment, training of professional coaches, improvement of talent development platforms, professionalism of sports managers, personal and social environment of athletes, and culturalization of sports were identified.

TABLE 5. PRIMARY CODES, CONCEPTS AND IDENTIFIED CATEGORIES (EFFECTIVE INDICATORS AFTER TALENT IDENTIFICATION)

SELECTIVE CODING	CENTRAL CODING OF THE SECOND LEVEL	CENTRAL CODING	OPEN CODES
Effective indicators after talent identification	Improving the quality of sports facilities	Quantitative improvement of sports facilities	1) More places and sports spaces in the country of Iraq
			2) Sports infrastructures for teaching different subjects of track and field
			3) Development and renovation of sports facilities and spaces
			4) Development of modern sports infrastructure

		Improving the quality of sports facilities	5) Updating sports equipment in places
			6) Compliance of sports standards with global norms and indicators
			7) Standardization of construction and sports equipment in places
	Maintenance of talent	Appreciation of talent	8) Care of talent
			9) Maintenance of talent
			10) Accompanying talent
		Financial support of talent	11) grants to talent
			12) Facilities and grants to sports talents
			13) Cash rewards for medal winners at international levels
			14) Elite talent support fund
		Spiritual support of talent	15) The conditions of continuing education and providing assistance in the matter of scientific promotion to sports training
			16) Supporting elite athletes to create side jobs
			17) Covering expenses and financial allowances of elite athletes after injury through sports insurance and...
	Promotion of track and field	Management of track and field academies	18) Providing a specific activity framework for all track and field academies
			19) Establishing sports academies under the supervision of provincial and city councils
			20) Encouraging and supporting sports academies
			21) Organizing as many competitions as possible in age categories
		Increase of the sports events hosting	22) Increasing the hosting of sports events throughout the country
			23) Holding sports competitions with the aim of introducing different track and field items
			24) Increasing the hosting of sports events at the regional and global level
		Track and field coverage through mass media	25) Broadcasting all kinds of sports competitions in track and field from the media
			26) The number of specialized sports networks
			27) attention and introduction of track and field materials
			28) Paying attention to the quantity and quality of televised track and field competitions
	Research systems development	Supporting research projects	29) more attention of research centers in the development of sports, especially track and field
			30) Material and spiritual support for the formation of research centers
			31) Allocating more credit to research projects
			32) Operational implementation of research projects with the help of project managers
		Cooperation in the development of track and field	33) All-round attention to the development of track and field by the federation and the guardians of sports
			34) Cooperation link between the academic and executive environment of sports

			35) Emphasis on the development of track and field in academic environments under the subject headings
		Culture of research and consensus	36) Holding of think-tank meetings under the title of sports training
			37) Establishment of magazines, newspapers and monthly magazines
			38) Expanding publications and publishing sports books
			39) Holding conferences and seminars with sports topics and finding sports talent
	Improve marketing plans	Specialized marketing growth	40) Contract with marketing experts parallel to track and field
			41) Cultivation of sports marketing experts
			42) Creating study opportunities and familiarization with foreign successful models
			43) Creation of specialized marketing committee
			44) Using the findings and scientific achievements of trained marketers and researchers
		Marketing and monetization programs	45) Production of sports equipment for track and field
			46) Clearing and exchange in the matter of buying and selling
			47) Entering other commercial fields and using the sports brand
			48) Establishment of consulting offices and sports services

According to the results of table (5), the number of 48 open codes, under selective codes; Quantitative and qualitative improvement of sports facilities and spaces, protection of talent, promotion of track and field, support of research projects and improvement of marketing programs were identified. Based on the combination of the presented categories, the final research model is as follows (Figure 1):

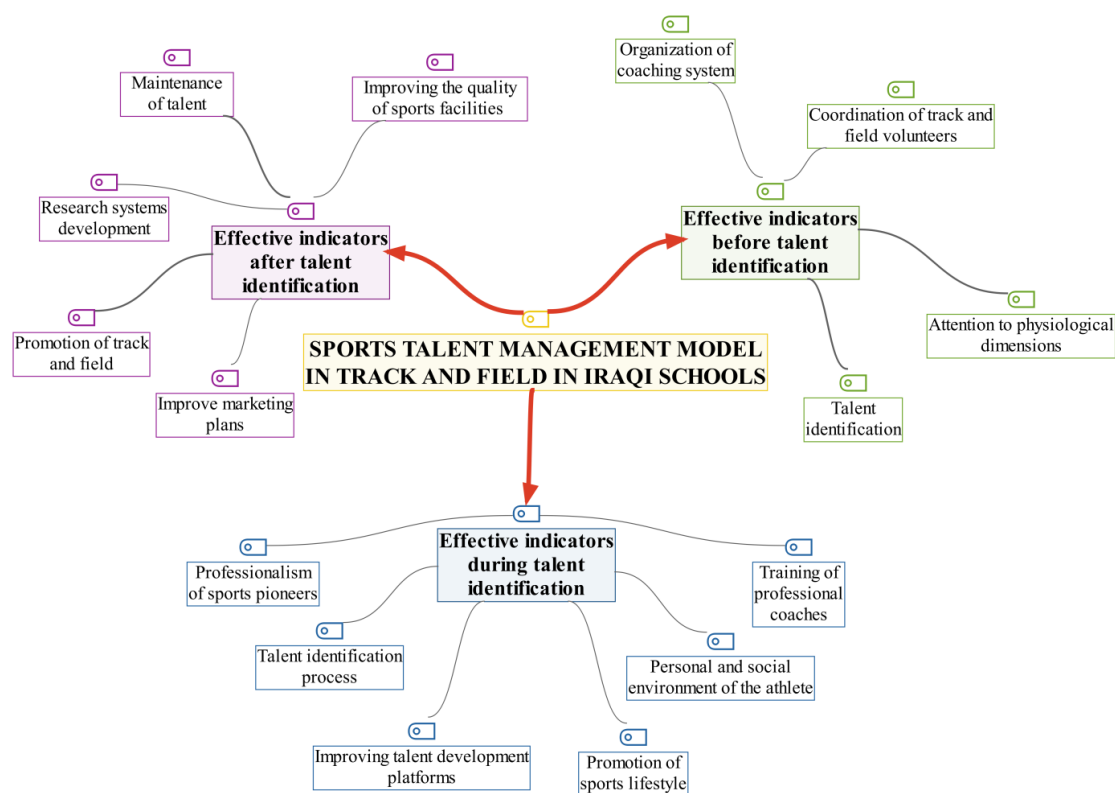


FIGURE 1. SPORTS TALENT MANAGEMENT MODEL IN TRACK AND FIELD IN IRAQI SCHOOLS
(MAXQDA2020 SOFTWARE)

Conclusions and recommendations

The general purpose of this study is to design a model of sports talent management in track and field in Iraqi schools. Based on the results of the analysis of the qualitative data obtained from the interview, the presentation of the final model of the research consisted of: effective indicators before talent identification, effective indicators during talent identification and effective indicators after talent identification, which are analyzed and explained separately in the following. Effective indicators before identifying talent, including four main categories; Organization of coaching system, coordination of track and field pioneers, development of talent and physiological dimensions by including subcategories; Scientific indicators of coaches, moral indicators of coaches, psychological indicators of coaches, organizational interaction, scientific-sports space interaction, cooperative interaction, athlete growth path, group progress, encouragement to track and field, mental health, biological indicators, anthropometric indicators and physical fitness indicators. . The results are in line with the findings of (Othman et al., 2024), (Shabib et al., 2017) (Jacob et al., 2018). stated in a research In addition, (Jacob et al., 2018) emphasized in

their research that the identification of athletic talent is unlikely to be the result of a number of genetic types, rather it is a complex combination of a large number of expressed gene patterns as well as a number of different environmental conditions. Also, (Alidoust Ghahfarokhi et al., 2014) in a research according to the results, stated that the variables affecting Talent identification include: 1. Talent identification and training of athletes, 2. establishment of Talent identification center 3. use of current scientific and specialized methods, 4. introduction and expansion in schools, 5. Scientific gatherings in this field, 6. Leveling of athletes in terms of physical and skill preparation of these people, 7. Increasing the hours and number of training sessions of athletes. According to the findings of the research, it can be stated that before identifying the talent, it is necessary to ensure the abilities and talents of active coaches in the field of track and field and sports coaches at the school level. Also, in the next step, the role of the custodians of Iraqi student sports is definitely considered as an effective indicator, which suggests the need for coordination between the Ministry of Education and the custodian bodies of Iraqi sports, especially the track and field federation; which can have a double impact on the growth and promotion of sports due to the strength of the academic community of sports. Also, at the beginning of the path of finding talent, it is necessary to determine the path of growth and development of talent, how to identify superior talents and their individual characteristics such as; Physical and physiological characteristics, anthropometric indicators and physical fitness indicators, can be imagined as a more coherent framework for the development of talents in track and field. Effective indicators during talent identification including seven main categories; Recruitment process, training of professional coaches, improvement of talent development platforms, professionalism of sports managers, personal and social environment of sportsmen and culture of dealing with sports by including sub-categories; Talent sponsors, talent development tools, improvement of sports skills, quality of coaching courses, specialized selection of coaches, proper access to sports spaces, advanced training centers, adjusting the challenges of sports investors, management skills, strategic vision, providing social responsibilities towards talents, The individual issues of the athlete, the life issues of athletes, social policies, the spread of sports in the society and media support. The results are in line with the findings of (Nilsen et al., 2024) (Bennett et al., 2019) created a framework for talent identification and development in developing countries and stated that talent identification and development in emerging countries should have the following characteristics: 1. Reducing impact factors by providing development opportunities

to biological players; 2. Selected criteria used in talent development programs; 3. Encourage youth athletes to change their learning experiences during development; 4. Develop multi-pronged assessment protocols that follow players throughout the recruiting process; 5. Carefully check the structure and resources available in the Talent identification system. Also, (Nilsen et al., 2024) in a research show that the academy classification model primarily focuses on the structure of the academy and performance output rather than the training process, knowledge and awareness of coaches, family and physical characteristics of athletes, personal development and well-being of players. In addition, (Abd-Alzahra et al., 2021) stated in their research that among the sports talent centers in the Iraqi Ministry of Sports and Youth, the training of athletes for sports teams is of particular importance; In order to achieve the goals required for these centers, effective and distinguished management with the benefit of world-renowned management science is needed to achieve the real goals of this institution. Also, the results of the present research in the evaluation of the effective management of the managers of sports talent development centers of the Ministry of Sports and Youth are the determination of the most important ways to develop methods that are appropriate to the nature of sports. Also, the role of education and sports custodians of Iraq has become more noticeable at this stage because they should take steps by planning strategic plans, creating an atmosphere of cooperation and supporting and encouraging investors and the media to attend sports events, especially student sports, for the growth and spread of track and field at the school level in Iraq. Effective indicators after identifying talent, including five main categories; Improving the quality and quantity of sports venues and spaces, protecting talent, promoting track and field, supporting research projects and improving marketing programs by including subcategories; Quantitative improvement of sports facilities, qualitative improvement of sports facilities, talent retention, material support for talent, spiritual support for talent, management of track and field academies, increasing hosting of sports events, coverage of track and field through mass media, support for research projects, cooperation in the development of track and field, culture of research and common thinking, development of specialized marketing and marketing programs and income generation. The results are in line with the findings of (Talebzade et al., 2024), (Suleiman & Awad, 2020) (Ghenaat et al., 2023), (Hocken & Hurst, 1987) and (Hamad, 2021) (Hamad et al., 2022) ten effective factors related to the development of sports in schools including; Factors related to human resources, the development of public sports and championships in schools, economic-financial,

sports facilities and infrastructure, management, education, laws and regulations, advertising and media, technology and information technology were identified as effective factors in the development of student sports. Finally, according to the findings of the qualitative section about the effective indicators after the Talent identification, it should be stated that with the growth and spread of track and field at the school level and paying attention to the topics mentioned, a huge flow of attention is flowing around track and field; At this stage, the issue of the quality of access to sports facilities and spaces, the development and renovation of sports spaces is more important for the continuous presence of athletes, especially students who, according to their age group, should pay more attention to the issue of easy access and beautification of sports buildings. Finally, according to the findings of the research in relation to the effective indicators before the Talent identification, it is suggested to the officials of the Ministry of Education of Iraq to design Talent identification norms with the cooperation of the track and field federation, emphasizing on physical and anthropometric characteristics and identify talented students with the help of sports teachers throughout the provinces of Iraq.

Acknowledgments

We express our gratitude to the research sample represented by professors and faculty members in the faculties of physical education and sports sciences and the president and vice presidents of the Athletics Federation.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest.

Mohammad Ghazi Ahmed Mohammedghaziahmed13@gmail.com

References

- Abd-Alzahra, A. K., Abd, A. A. A.-S., & Rasheed, S. H. (2021). Effective administration of the talent care centers of sports directors in the Ministry of Youth and Sports of employees' point of view. *Journal of Human Sport and Exercise – 2021 – Spring Conferences of Sports Science*. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc4.39>
- 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.
- Alidoust Ghahfarokhi, E., Sajjadi, S. N., Mahmoudi, A., & Sa'atchian, V. (2014). The evaluation of development priorities and strategies of judo championship in Iran. *Sport Management Journal*, 6(2), 231–246. <https://doi.org/https://doi.org/10.22059/jsm.2014.50464>
- Bennett, K. J. M., Vaeyens, R., & Fransen, J. (2019). Creating a framework for talent identification and development in emerging football nations. *Science and Medicine in Football*, 3(1), 36–42. <https://doi.org/10.1080/24733938.2018.1489141>
- Burgess, D. J., & Naughton, G. A. (2010). Talent development in adolescent team sports: A review. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 5(1), 103–116.
- Ganse, B., & Degens, H. (2021). Declining track and field performance trends in recent years in the Austrian best results 1897–2019. *Journal of Musculoskeletal & Neuronal Interactions*, 21(2), 196.
- Ghenaat, M., Talebpour, M., Heydari, R., & Gol Goli, M. (2023). Identifying the factors affecting the development of physical education and student sports (Case Study: Khorasan Razavi Province). *Research on Educational Sport*, 10(29), 155–184. <https://doi.org/https://doi.org/10.22089/res.2022.12029.2219>
- Hamad, S. H. (2021). *The effect of skill exercises using educational techniques on some cognitive, sensory-motor abilities and performance of offensive and defensive foil skills at the ages of (15–16) years* [University of Anbar]. <https://doi.org/DOI:10.13140/RG.2.2.25790.29769>
- Hamad, S. H., Ali, B. A., & Sabbar, Hassan Jijan. (2022). The effect of arm coordination exercises on some mental abilities and performance of offensive foil skills in fencing. *Sohag Journal for Young Researchers*, 2(4), 59–64.

- Hammad, S. H., Mikhilif, A. K., & Abdel, M. A. Q. (2022). The effect of competitive exercises with the stations system in developing some aspects of attention and the accuracy of performing the skill of stabbing among female students of fencing weapons. *Sport Culture*, 13(2).
- Hang, nguyen, & Beichen, chen. (2017). Talent Management in Sports – A qualitative analysis of Swedish sport federations. *University Essay from Handelshögskolan i Stockholm/Institutionen För Företagande Och Ledning*, 16.
- Hocken, A. G., & Hurst, P. L. (1987). Citrate Regional Anticoagulation in Haemodialysis. *Nephron*, 46(1), 7–10. <https://doi.org/10.1159/000184287>
- Hulteen, R. M., Morgan, P. J., Barnett, L. M., Stodden, D. F., & Lubans, D. R. (2018). Development of foundational movement skills: A conceptual model for physical activity across the lifespan. *Sports Medicine*, 48, 1533–1540.
- Jacob, Y., Spiteri, T., Hart, N., & Anderton, R. (2018). The Potential Role of Genetic Markers in Talent Identification and Athlete Assessment in Elite Sport. *Sports*, 6(3), 88. <https://doi.org/10.3390/sports6030088>
- 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>
- Mahato, A. (2023). *Analysis of performance factors of track and field athletes*.
- Nahida, M., 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
- Nilsen, A.-K., Øvrevik Kjerland, G., & Fusche Moe, V. (2024). Designing talent development in football – a document analysis of the Norwegian academy classification model. *Soccer & Society*, 25(8), 1046–1062. <https://doi.org/10.1080/14660970.2024.2313970>
- Odeh, A. Y., Shabib, S. S., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). Developing physical education curricula in the age of artificial intelligence. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 34(3), 37–56. DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.687>

- Opar, D. A., Drezner, J., Shield, A., Williams, M., Webner, D., Sennett, B., Kapur, R., Cohen, M., Ulager, J., Cafengiu, A., & Cronholm, P. F. (2014). Acute hamstring strain injury in track-and-field athletes: A 3-year observational study at the <scp>P</scp> enn <scp>R</scp> elay <scp>C</scp> arnival. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(4).
<https://doi.org/10.1111/sms.12159>
- Othman, I. A., Mohammed, L. H., Alsaeed, R., & Shabib, S. S. (2024). 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. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 34(3), 19–36. DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.617>
- 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).
- Pickering, C., Kiely, J., Grgic, J., Lucia, A., & Del Coso, J. (2019). Can genetic testing identify talent for sport? *Genes*, 10(12), 972.
- Platonov, V. (2018). Theoretical and methodological background for sports selection and orientation in modern elite sports. *Science in Olympic Sport*, 3, 24–51.
- Shabib, S. S., Abdullah, S. J., & Makki, J. O. (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*, 1(53), 359–373.
<https://www.iasj.net/iasj/article/147727>
- Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>
- Suleiman, A. L. H. M., & Awad, M. M. (2020). Administrative talent of the administrator of the national centers for the care of specialized sports talent in Iraq. *Sciences Journal Of Physical Education*, 13(2).
- Talebzade, A., Farahani, A., Safania, A. M., & Amirtash, A. M. (2024). Designing a Pattern for Sports Talent Management in Schools. *Research on Educational Sport*, 12(34), 53–68.
- Thomas, C. E., Gatin, P. B., Abbott, G., & Main, L. C. (2021). Impact of the talent development environment on the wellbeing and burnout of Caribbean youth track and field athletes.

European Journal of Sport Science, 21(4), 590–603.

<https://doi.org/10.1080/17461391.2020.1775894>

Vaziri, J., Safania, A. M., Nikbakhsh, R., & Doroudian, A. A. (2022). Causative Conditions Affecting Recognition of Sports Talents in SAMA Schools in Iran (A Study Based on Grounded Theory). *Strategic Studies on Youth and Sports*, 20(54), 247–264.

<https://doi.org/10.22034/ssys.2022.484>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The level of self-esteem among AainBall players varsity of the Hashemite University

Abed Albasit Mobarak AlShorman¹ ✉ Faleh Sultan Abu Eid² ✉  Faten Hamdi³ ✉ Abdulhafed Mabruk Gawar⁴ ✉
Hashemite University^{1,2}
the Higher Institute of Sports and Physical Education of Kef, Tunisia³
University of Tripoli, Libya⁴

Article information

Article history:

Received 25/12/2024

Accepted 1/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Aainball, self-esteem, varsity of
Hashemite University

Abstract

This study aimed at identifying the level of self-esteem among AainBall players varsity of the Hashemite University, as well as identifying the differences in the level of self-esteem based on the major variable. The sample of the study consisted of 12 players representing the Hashemite University varsity who won the world university Championship in AainBall 2019, which was held from 24–31/4/2019 in Casablanca. Also, the Indian championship in Kashmir 2022. The researchers used the descriptive approach because it suits the nature of the study and its objectives, a questionnaire was used as a tool to obtain the data of the study, which was prepared by Atrash 2017. The results of the study indicated that the level of self-esteem of AainBall players' varsity of the Hashemite University was high degree, and there weren't statistical differences among the study variables.

The researchers recommended conducting more studies and research on the sport of AainBall as an innovative sport, which is a fertile area for the scientific research.



Introduction

AainBall is a modern sport that was invented by the Moroccan Eng. Dr. Mohamed Hamman. This sport is considered as one of the collective sports that play inside or outside the lounges at a stadium of 40mx20m. Each team consists of eight main players and four reserve players. Each two players wear shirts in a specific color (two in red, two in green, two in yellow and two in blue). One team can consist of males, females or even disabilities players, provided that the opposite team has the same composition. The equipment for this sport are eight balls (each team has four different colors (red, green, yellow and blue) and four baskets (two for each team) that are attached on the handball crossbar. Four flags are presented with the referee (red yellow green blue) (Hamman, 2019)

This sport is based on the speed reaction principle(Mukhalaf & Hamad, 2020) by the player who wears a color similar to the flag raised by the referee so that player reaches the finish line of the opponent's court and brings a ball of the same color as the flag raised and pass it to his team members before exceeding the throw line then return to his place within the circle and passing the ball between the members of the same team in the specific circles of each team, so that eventually shot the ball in the specific basket and pick it up before It falls on earth and restored it to its place on the finish line for the stadium opponent.

According to (Hamman, 2019), what distinguishes this sport from others is that each team can be mixed either at the level of gender (males / females) or at the level of abilities, which means that players with disabilities can practice this sport within a team of normal players provided that the team is the same composition. In addition, this sport is characterized by the lack of sports injuries among the players due to lacking direct contact between them during the game.

As for the method of calculating the points and determine the winning team, points are collected through the passing between members of the team, if the player passes the ball with his head earns three points and if he passes the ball with his foot earns two points and if he passes the ball with his hand gains one point and if he hits the ball and entered the correct basket earns three points. The team that puts the ball back in place earns three points. The team loses a point if it passes or receives the ball outside the designated area or if the ball falls on the

ground or if a player brought a ball different from the color of his shirt or if he hits the ball in a basket different from the color of the ball or if he fails to pick up the ball after entering the basket concerned. Referees at the end of each half collect the team's points and deducts the errors obtained.

The game is played in four rounds so that in each round a flag is raised four times and the result suggests that each player must run at full speed (16) times during the game after seeing the flag raised by the referee.

As the sport of AainBall needs the player to be vigilant and has a great mentality, psychologically and physically development, it was necessary to have high self-esteem to enable him to carry out his tasks during the game with high efficiency. (Masoud & Shabib, 2024)

Hence, the importance of the self-esteem of the players can affect their victory. Self-esteem is one of the personal characteristics through which the individual feels competence and be able to face the various difficulties and circumstances using the maximum possibilities and abilities to achieve desired goals. It is also a combination of thought and a sense of behavior that works to encourage normal psychological growth and reach the individual to the required level of Mental Health and Psychosocial Adaptation (Al-Atrash, 2017)

(Kouli et al., 2010) regarded it as one of the factors influencing the performance of athletes during sporting events due to its direct correlation with the emotional aspects of players in various sports.

The researchers believe that the psychological and mental aspect of the player is working to improve the level of performance and development as the lack of confidence of the player makes him unable to implement the plans or to perform the duties given to him by the coach perfectly.

Due to the importance of self-esteem in general in various sports and Alain ball sport in particular, and through the work of researchers in the supervision and training of the Hashemite University team in AainBall, the idea of this study is emerged to shed light on an important element affecting the players' performance, which has the biggest role in increasing win opportunities in AainBall match.

Self-esteem as perceived by (Al – Suwailmi, 2010) as one of the characteristics of an important emotional character, which plays a prominent role in the individual life also it's a manifestation of normal personality and it is the goal sought by people regardless of gender, social and economic rank.

This is what (Makhzoumi, 2001), where she believes that self – confidence is one of the basic personality traits that begin its formation since the beginning of the individual and it is closely related to the individual's psychological and social adaptation and depends on the mental, physical and psychological components of the person.

(Almufraji, 2008) states that self-esteem begins to develop from the early years of a child's life. Self-esteem is influenced by many factors such as experience, maturity, practice, perception, and heredity (Al – Jubouri, 2006). It also depends entirely on the previous player's experience (Perry, 2011). (Taylor et al., 2007) points out that self-esteem depends on internal factors associated with the individual and external factors related to the environment and socialization.

(Al-Enezi, 2001) has defined that self-esteem is the ability of an individual to respond to consensual responses to the stimuli he is facing, as well as his or her self-acceptance to others. (Desouky, 2008) defines self- esteem as the perception of the individual's competence, skills, and abilities to deal effectively with the different situations they are exposed to.

(Rateb, 2000) points to the importance of self-esteem that it makes the individual calmer in difficult situations, which allow his mental and physical state paying attention and behave successfully in those situations, as it raises positive emotions in the individual and make him active and feels vitality. (Natour, 2011) adds that self-esteem makes an individual distinguished from his peers as these qualities make him aware of the qualifications that enable him to identify the strengths and weaknesses in his personality.

This study deals with measuring the level of self-esteem of the players of the Hashemite University in AainBall team who won first place in the first World University Championship held in Casablanca, Morocco 2019, also Indian championship in Kashmir 2022. As far as researchers

know, no previous studies have addressed this subject (self-esteem in sport AainBall) due to the modern sport and did not spread globally and internationally compared to other sports.

The importance of this study can be summarized from the viewpoint of the researchers as follows:

- Lack of previous studies in the field of AainBall globally, regionally, Arab and locally.
- This study is expected to help spreading this new sport locally, Arab and internationally.
- self-esteem factor in the performance of the players that affect the results of the games.
- Hashemite University team won the first place in the first World University Championship, which was held in the Kingdom of Morocco in 2019, and the second championship in Kashmir 2022. a team that is characterized by rapid reaction among the teams participating unanimously followers of the events of those tournaments.

The study Problem:

AainBall Sport is characterized by being one of the most innovative and new sports in the country of innovation (Morocco) or in other Arab or European countries. The first international university championship was held AainBall in the Kingdom of Morocco during the period 25-31 / 3/2029 with the participation of eight university teams ended with the Hashemite University team who won the first place after defeating the Republic of India in the final match, which was described by observers and sport analysts as the hardest and most exciting of all matches of the tournament. Also the Hashemite University team won the first place after defeating the Republic of India in the final match in the second championship in India republic/ Kashmir in 2022,

Through the work of researchers in the field of supervision and training of the players of the Hashemite University AainBall team, they have noticed that self-esteem is an important element of the players that affect their performance and therefore in the result of the game. As players with high confidence are distinguished by their distinct

performance during the game through their focus on the flag and the speed of obtaining the specified ball and passing between the players, finished by hitting the ball in the basket and then return it to the opponent's goal line. That's what prompted the researchers to stand on the study of this factor for the players, which enabled them according to what the researchers believe to get the first rank and won the first World University Championship 2019 and get the first rank and won the championship in India republic /Kashmir 2022.

Objectives of the study:

This study aimed at identifying

- The level of self-esteem of the players of the Hashemite University in AainBall
- Differences in the level of self-esteem of the players of the Hashemite University team in AainBall according to the specific specialization variable.

Study question:

This study sought to answer the following questions:

- What is the level of self-esteem in the players of the Hashemite University AainBall team?
- Are there significant differences at the level of significance ($\alpha \leq 0.05$) in the level of self-esteem attributable to the variable of specialization?

Fields of study:

The human field:

The present study was limited to the team of the Hashemite University in the sport of AainBall, which are eight male players.

Time domain:

This study was conducted during the second week of the second semester of the academic year 2022/2023.

Spatial field:

This study was applied in the main gym (Othman Bedair Hall), affiliated to the Faculty of Physical Education and Sport Sciences at the Hashemite University.

Previous studies:

The researchers reviewed the previous studies related to the sport of AainBall. They only found their studies in the sport of AainBall (2019), the first is about the speed of motor response and the second is about the average reaction speed of the players of the Hashemite University team.

The following review of the studies related to the study variable (self- esteem)

(Jaber, 2012) conducted a study aimed at identifying the level of self-esteem of table tennis players in Palestine according to the variable degree of playing and the length of the player and the hand used in the game and experience and player classification. The sample of the study consisted of (96) table players who were randomly selected from the study population. The researcher used the descriptive method to suit the nature of the study and its objectives using the questionnaire as a tool for data collection. The results showed that the level of self-esteem of table tennis players in Palestine was good, and the results showed that there were no statistically significant differences in the level of self-esteem due to the variable degree of play and hand used in playing, while the results of the study indicated that The presence of statistically significant differences in the level of self – confidence attributable to the variable experience in play in favor of greater experience.

(Al-Atrash, 2017) also conducted a study aimed at identifying the level of self-esteem among students of the Faculty of Physical Education at An-Najah National University according to sex and school year. The study sample consisted of (74) male and female students who were selected in a random stratified manner. The descriptive method was used to suit the nature and objectives of the study by using a questionnaire to collect data. After conducting the necessary statistical treatments, the results of the study indicated that the level of self-esteem among the students of the Faculty of Physical Education was high. For the school year variable.

(Shteivi, 2017) also conducted a study aimed at identifying the level of self-esteem and motivation of athletic achievement among players of collective games in Palestinian universities and determine the relationship between them according to gender, game type and university. The study sample consisted of (90) players from the collective games in Palestine. The researcher used the descriptive methodology using the questionnaire to collect data. After the necessary statistical treatments were conducted, the results of the study indicated that the level of self – confidence of the players of the collective games is very high, and the results of the study indicated a positive relationship between self

– confidence and motivation of achievement.

(Toktas & Bas, 2019) also conducted a study aimed at identifying the relationships between the levels of self-esteem and the motivations of secondary school students participating in sports competitions in the school according to the variables (gender, type of secondary school, athletic age, sports branch and sports category). The researchers used the descriptive method in this study. The study population consisted of (856) mathematicians, of which (334) female students and (522) students. The SPSS package was used to analyze the data. After treatment of the results obtained from the study, the results indicated a significant correlation between levels of self-esteem and motivation. While there was a significant difference in the level of self-esteem between the sexes, there was no significant relationship with other independent variables such as sex, sports branch, sports category, and athletic age.

Research Methodology:

The researchers used the descriptive method to fit the nature and the study's objectives.

Study population:

The students of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences at the Hashemite University are (1100) students, according to the records of the admission and registration unit at the university 2023.

The study sample:

The sample of the study was chosen deliberately consists of (12) players representing the Hashemite University team in the sport of AainBall, while a player was excluded because of sports' injury, and table

(1) indicates the distribution of the sample according to the variables of the study.

Table (1): Distribution of the sample according to the study variables

Percentage	Frequency	Level Study	Variable
58.4%	7	Management and training	Specialization
41.6%	5	Sports Rehabilitation	

Study variables:

Independent Variable: specific Specialization Dependent variable: level of self-esteem

Study Procedures:

- The researchers reviewed previous studies related to the subject of the study and adopted the measure of self-esteem used in the study (Al-Atrash, 2017)
- Validity and consistency coefficients were performed on the scale.
- The questionnaire was distributed to the players
- The researchers unloaded the results on special tables
- The necessary statistical treatments were conducted on the results of the study
- The researchers discussed the results obtained to come up with the final recommendations

Study tool:

Through the study of theoretical literature related to self-esteem and previous studies such as (Al-Atrash, 2017) and (Al-Atrash, 2017) studies, the tool used in (Al-Atrash, 2017) study was adopted to suit the nature of the current study and its objectives where the questionnaire consisted of (24) paragraphs Formulated in the negative and positive directions, the researchers used the Likert five – scale to deal with the questionnaire paragraphs where the scores were given as follows (strongly agree 5 degrees, agree 4 degrees, uncertain 3 degrees, disagree 2 degrees, and disagree with 1 degree).

Validity of the tool:

The researchers applied the self-esteem measure to a survey sample of (40) male and female students of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences in the first semester of the academic year 2019/2020 outside .The correlation coefficients were calculated between the paragraphs of the scale and the total score of the scale, and the correlation coefficients ranged between (0.58–0.84) and all statistically significant values at the level of significance ($\alpha = 0.05$)

Tool stability:

For the purposes of checking the reliability of the self-esteem scale, the internal consistency of the self-esteem measure was verified using the Cronbach–alpha equation (0.91) for the scale as a whole.

The self-esteem measure in its final form consists of (24) items. The level of self-esteem was divided into three categories according to the following criterion:

(2.33–1) –low level of self-esteem.

(3.66–2.34) –average level of self-esteem. (53.67) –high level of self-esteem.

Statistics used in the study:

Arithmetic averages, percentages, standard deviation, Pearson correlation coefficient, test (t)

View and discuss results:

To answer the study questions, the researchers dumped the obtained results in a special table.

Results related to the first question: What is the level of self– esteem among the players of the Hashemite University AainBall team?

To answer this question, arithmetic averages, and standard deviations of responses of the study sample were calculated on the self– esteem scale, as shown in Table (2).

Table (2): Arithmetic averages and standard deviations of the level of self–esteem among the study sample

level	Standard Deviation	Arithmetic Mean	Variable
High	0.41	4.21	Self – confidence

Table (2) shows that the level of self–esteem in the study sample was high with a mean (4.21) and a standard deviation (0.41).

Arithmetic averages and standard deviations of the responses of the study sample on the self–esteem items were also calculated, as shown in Table 3

Table (3): Arithmetic averages and standard deviations of the items of self–esteem measure in the study sample

No.	Paragraph Text	Arithmetic Mean	Standard Deviation	Level
1.	Show others a decent level while performing skills	4.66	0.49	high
2.	My abilities are better than those of other students in practical courses	4.25	0.75	High
3.	Perform my skills efficiently and excellently	4.58	0.51	high
4.	Reluctant to perform some difficult skills	3.75	0.96	high
5.	I deal with the courses with pride	4.41	0.79	high

6.	My human relationships with my colleagues are good	4.66	0.49	high
7.	I feel happy when I meet my colleagues in practical courses	4.67	0.49	High
8.	Often others describe me as not good	4.16	0.83	high
9.	Participate in sports meetings with confidence	4.58	0.51	high
10.	Earn others' confidence quickly	4.58	0.51	High
11.	My self-esteem increases while performing basic skills	4.58	0.51	high
12.	I think I'm a special person when others	4.50	0.52	high
13.	I have the courage and confidence of myself	4.50	0.52	high
14.	I'm embarrassed to criticize others	3.83	0.83	High
15.	I feel psychologically contagious while learning skills	4.42	0.66	high
16.	I feel that my teachers are satisfied with me during my performance in practical courses	4.33	0.65	High
17.	I can reach my personal goals continuously	4.50	0.52	high
18.	Do not perform my skills unless you are sure of their performance	3.41	1.50	average
19.	I have the ability to solve my problems without having to help others	4.25	0.75	high
20.	Accept others' criticism	4.42	0.66	High
21.	I consult my fellow students on many things	3.25	0.62	average

22.	I am not afraid to hate my colleagues as a distinguished student	3.41	0.66	average
23.	Others describe me as good at the courses	4.41	0.79	high
24.	I do not like the courtesy of my fellow students	3.00	0.95	Average
Total		4.21	0.41	high

As shown in Table (3), paragraph (7) which states "I am happy to meet my colleagues in the practical courses" ranked first with an average of (4.67) and a standard deviation (0.49), followed by paragraph (1) which states: "Show in front of others at a decent level during the performance of skills" with an average of (4.66) and a standard deviation (0.49), while paragraph (21), which states "consult my fellow students in many things" was ranked penultimate with an average of (3.25) Paragraph (24), which states "I do not like the courtesy of my fellow students", was ranked last with an arithmetic mean (3.00) and a standard deviation (0.95).

Question 2: Are there statistically significant differences at the level of significance ($\alpha \leq 0.05$) in the level of self-esteem attributable to the specialization variable?

To answer this question, the arithmetic mean and standard deviations of the responses of the study sample on the self-esteem scale were calculated according to the specialization variable (sports management and training, mathematical qualification), and to know the significance of the differences, the independent test t-test was used as shown In Table (4).

Table (4): Arithmetic averages, standard deviations, and t-test results of the self-esteem measure according to the specialization variable

Significance Level	Value T	Degrees of Freedom	Standard Deviation	Precision Arithmetic Mean	Specialization
0.61	0.520-	10	0.43	4.16	Management and Athletic Training
			0.41	4.29	Physical rehabilitation

Table (4) shows that there are no statistically significant differences at ($\alpha \leq 0.05$) in the self-esteem level of the study sample due to the specialization variable, where the value of t was not statistically significant.

Conclusions:

By presenting and discussing the findings, the researchers conclude the following.

- The self-esteem of the players of the Hashemite University team in AainBall came to a high degree
- The high level of self-esteem of the players of the Hashemite University AainBall team was one of the main reasons for the team to win the first World University Championship held in Casablanca, Morocco 2019.
- The high level of self-esteem of the players of the Hashemite University AainBall team was one of the main reasons for the team to win the Championship held in India, Kashmir 2022.

Recommendations:

By presenting and discussing the results, the researchers recommend the following:

- Focus on the development of self-esteem when training players sport AainBall where it is considered by the researchers one of the main factors in achieving victory for the team and its superiority.
- Conducting similar studies on teams consisting of male or female teams to determine the impact of gender on self-esteem.
- Conducting more similar studies on other psychological measures such as self-concept, psychological combustion, personality traits and others among the players of the Hashemite University AainBall team.

Thanks, and appreciation

Acknowledgments We express our gratitude to the research sample represented by: The present study was limited to the team of the Hashemite University in the sport of AainBall, which are eight male players

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest.

References

- Al – Jubouri, S. (2006). *self – confidence and its relationship to social responsibility among university youth* [Unpublished Master Thesis]. Omdurman University.
- Al – Suwailmi, Z. (2010). *The relationship between the degree of self – confidence and the status of control among ordinary and outstanding students and their impact on the achievement in the intermediate stage in the Arar Educational Zone* [An unpublished Master Thesis]. Mutah University of Jordan.
- Al-Atrash, M. H. H. (2017). the level of self– esteem among students of sports coat at An–Najah University and its relationship to some variables. *European Journal of Sports Science Technology*, 17(12), 217–230.
- Al-Enezi, F. (2001). The feeling of happiness and its relationship to some personality traits. *Journal of Psychological Studies* , 11(3).
- Almufraji, A. S. (2008). *self-esteem and curiosity and the motivation of innovation among a sample of secondary school students in Makkah* [Unpublished doctoral dissertation]. Umm Al–Qura University.
- Desouky, K. (2008). *Ammunition Psychology*. Al – Ahram Foundation.
- Hamman, M. (2019). *Al Ain Football Guide*. International Federation of Al Ain Sports Football.
- Jaber, R. (2012). self–esteem and its relationship to some variables of table tennis players in Palestine. *Maysan Journal of Physical Education Sciences, Maysan University, Iraq*.
- Kouli, O., Bebetos, E., Kamperis, I., & Papaioannou, A. (2010). The relationship between emotions and confidence among Greek athletes from different competitive sports. *Kinesiology*, 42(2.), 194–200.
- Makhzoumi, A. (2001). Socialization and Self – Confidence. *Al – Manhal Journal*, 63(578), 122.
- 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). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Mukhalaf, A. K., & Hamad, S. H. (2020). The effect of special exercises in reducing the motor response time of the player (libero) for the skill of defending the court in volleyball. *Journal of Sports Science*, 12(44), 304–315. URI: <http://148.72.244.84:8080/xmlui/handle/xmlui/6983>
- Natour, F. (2011). *Motivation and Self–Skills*. Osama Publishing House.
- Perry, P. (2011). *Concept Analyses, self-esteem in Nursing Forum* (pp. 218–230). Blackwell

Publishing Inc.

Rateb, O. K. (2000). *Psychological Skills Training*. Dar Al Fikr Al Arabi.

Shorman, A. A., & Abu Eid, F. (2019). the average time of speed of motor response of the players of the Hashemite University team in AainBall. *The Second International Scientific Conference for Sports and Health Sciences, Mutah University*, 22–24.

Shorman, A. albasit, & Abu Eid, F. (2019). *the average reaction time of the players of the Hashemite University team in Al Ain*.

Shteivi, T. (2017). the level of self-esteem and its relationship with the motivation of athletic achievement among the players of the collective games in the Palestinian universities. *Journal of Educational and Psychological Studies at Sultan Qaboos University*, 11(3), 483–499.

Taylor, L. D., Davis-Kean, P., & Malanchuk, O. (2007). Self-esteem, academic self-concept, and aggression at school. *Aggressive Behavior*, 33(2), 130–136. <https://doi.org/10.1002/ab.20174>

Toktas, S., & Bas, M. (2019). Investigation of the Relationship between the Self-Confidence and Motivation of High School Students Participating School Sport Contests. *Universal Journal of Educational Research*, 7(2), 472–479.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of tactical approach exercises in developing some offensive skills in handball

Atheer Hammadi Jassim¹ ✉ Muntadhar Majeed Ali² ✉ ID Sadiq Abbas Ali³ ✉ ID

General Directorate of Education Basra¹

University of Basrah/ College of Education and Sports Sciences^{2,3}

Article information

Article history:

Received 30/5/2024

Accepted 6/7/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

tactical, approaches, offensive skills,

handball, kinetic learning

Abstract

The aim of the research was to identify the effects of using tactical approaches exercises on some offensive handball skills. The researchers used the experimental method using the experimental design for one experimental group. The research sample was the players of the specialized handball school for juniors in Basra Governorate. The researchers concluded that the educational program showed, according to tactical approaches exercises, a development in some offensive handball skills. The researchers recommended the need to pay attention to tactical approaches exercises in educational units to develop offensive handball performance.



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارينات المقتربات الخططية في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد

اثير حمادي جاسم¹ ✉ منتظر مجيد علي² ✉ صادق عباس علي³ ✉
المديرية العامة لتربية البصرة¹ جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,3}

المخلص

هدف البحث الى التعرف على تأثيرات استخدام تمارينات المقتربات الخططية على بعض المهارات الهجومية بكرة اليد واستعمل الباحثون المنهج التجريبي باستعمال التصميم التجريبي للمجموعة التجريبية الواحدة، وكانت عينة البحث هم لاعبين المدرسة التخصصية بكرة اليد للناشئين في محافظة البصرة واستنتج الباحثون لقد اظهر البرنامج التعليمي وفقاً للتمارين المقتربات الخططية تطوراً في بعض المهارات الهجومية بكرة اليد وأوصى الباحثون الى ضرورة الاهتمام بتمارين المقتربات الخططية في الوحدات التعليمية لتطوير الاداء الهجومي بكرة اليد.

معلومات البحث

تاريخ البحث:
الاستلام: 2024/5/30
القبول: 2024/7/6
التوفر على الانترنت: 15, يناير, 2025

الكلمات المفتاحية:

المقتربات الخططية، المهارات الهجومية، كرة اليد، التعلم الحركي

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

ان الاهتمام بالعمل الرياضي اصبح ظاهرة حضارية لدى الكثير من دول العالم اذ يعد احد المقاييس المهمة لتطور البلدان وتقدمها , وما شهده العالم اليوم من التطور الملحوظ في الآونة الاخيرة بمختلف المجالات ومنها مجال الرياضي للوصول الى المستويات العليا.(Saad & Haider, 2020)

لعبة كرة اليد من الالعاب الجماعية التي لها مكانة جيدة ومنتشرة في جميع انحاء العالم لكونها من الالعاب الفرقية النموذجية والتي اخذت بالانتشار السريع لاحتوائها على مهارات فنية وخططية متنوعة ومشوقة للمشاهد فضلا للاحتكاك المستمر بين الفريق الواحد خلال فترة المنافسة, وكذلك تعمل على بث روح التعاون وتوحيد الجهد لأجل الوصول الى المستوى الافضل خلال المباراة . وهي تعمل بنظام الواجبات والمتطلبات الحركية سواء كانت على المستوى الدفاعي او الهجومي والتي تتطلب تعلمها واتقانها والتعرف على الجوانب الفنية التي تأخذ الحصة الاكبر اثناء الوحدات التعليمية لذا على المدرب القائم بعملية التعلم ان يستخدم كافة الوسائل والاستراتيجيات المناسبة سواء كانت على المستوى البدني والمهاري وغيرها (Aldewan & Sheikh Ali, 2016), ان اسلوب تعليم المهارات عن طريق التمرينات المقتربات الخططية من خلال خلق بيئة مشابهة لحالات اللعب الحقيقي وكذلك المهارات المرتبطة بها باستخدام التمرينات التي تحاكي ظروف المنافسة وبالتالي اتخاذ قرار مناسب للموقف الحركي وبالتالي فان مجموعة هذه المهارات متعددة والتي تحكمها مجموعة من المهارات المتعددة من خلال مدى فاعلية هذه التمرينات في تطور الاداء المهاري سواء كان هجومي او دفاعي (Karim & Al-Diwan, 2024) وعليه يجب على اللاعب ان يمتلك مهارات فنية مختلفة لحل متطلبات اللعبة والواجبات الخططية في الدفاع والهجوم ومن هنا تكمن أهمية البحث من خلال اعداد مجموعة من تمرينات المقتربات الخططية المشابهة لحالات اللعب ومدى مساهمة هذه التمرينات في رفع المستوى الفني الهجومي للعبة باعتبار ان الهجوم هو عملية استغلال كل الفرص المتاحة بشكل افضل ومثالي لتسجيل الاهداف والحصول على الفوز في المباريات , فضلا عن مدى مساهمة هذه التمرينات في خلق مواقف مشابهة لحالات اللعب التي بالتأكيد تلعب دور أساسيا في رفع المستوى الفني للعبة بصورة عامة والاداء الهجومي بصورة خاصة .

1-2 مشكلة البحث:

يشهد العالم تطورات كبيرة في العديد من مجالات الحياة ومنها مجال الرياضي اذ شهد تطورا للأداء الفني للألعاب والفعاليات الرياضية كافة وبالتالي ادى ذلك الى تسارع عملية التعلم واختصار الزمن وان عملية تعلم الحركات وتطورها بمختلف انواعها واشكالها تتطلب من العاملين والمختصين في مجال الألعاب الرياضية وضع منهاج وخطط تحتوي على اساليب وطرق تساهم وبشكل كبير في تعلم الحركات وبذلك يتم اختصار الزمن والجهد, وكرة اليد من الالعاب الجماعية التي اخذت الانتشار السريع لما تحمله من تحركات سريعة في عملية الانطلاق من الدفاع الى الهجوم وبالعكس وحسب ظروف المباراة لذا يجب ان يتمتع لاعبو كرة اليد بأداء فني يساعدهم في مثل هكذا متغيرات اثناء المنافسة , وان التغير المستمر خلال المباراة يؤدي الى ابراز مهارة اللاعبين وقدراتهم وتنوع اسلوب اللعب(Askar et al., 2024)

ان اسلوب تمرينات المقتربات الخططية يعتمد بالأساس على عملية الربط بين الجانب الفني والخططي سويا بالاعتماد على قابلية اللاعبين في كيفية اظهار التصرف والتفكير المناسب لجميع المواقف الحركية والتي اثبتت ان هذه التمرينات لها تأثير مباشر في تدريب سرعة اتخاذ القرار الصحيح لتحقيق الغرض منها وهو الاستفادة من التمرينات والوصول الى الاداء الافضل اثناء المباراة (Mashkoor, 2010)وهنا تأتي مشكلة البحث في معرفة مدى تأثير هذه التمرينات في الاداء المهاري الهجومي

للاعبي كرة اليد وهل ان احتواء المناهج التعليمية على تمارين مشابهة لحالات اللعب يمكن ان يطور الجانب الهجومي الذي يعتبر احد الركائز الاساسية في الفوز بالمنافسة, بالإضافة الى ذلك معرفة ما هو دور التمرين الخططي المتمثل بالمواقف المتعددة التي تظهر خلال المباراة وكيفية التصرف الحركي لدى اللاعبين وفق هذه المتغيرات.

1 - 3 اهداف البحث:

- التعرف على تأثير استخدام تمارين المقتربات الخططية على بعض المهارات الهجومية بكرة اليد.
- التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية في بعض المهارات الهجومية بكرة اليد.

1 - 4 فروض البحث:

- لتمرينات المقتربات الخططية اثر ايجابي في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد .
- توجد فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية لبعض المهارات الهجومية.

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري: لاعبو المدرسة التخصصية بكرة اليد في محافظة البصرة للناشئين اعمار (15 - 17) سنة.

1 - 5 - 2 المجال الزمني: للفترة من 2023/12/3 الى 2024/2/18

1 - 5 - 3 المجال المكاني : قاعة النشاط الرياضي التابعة لتربية محافظة البصرة.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

3 - 1 منهج البحث :

استعمل الباحثون المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي للمجموعة التجريبية الواحدة عن طريق القياس (القبلي - البعدي).

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث لاعبي من المدرسة التخصصية الذين اختيروا بالطريقة العمدية في محافظة البصرة بكرة اليد فئة الناشئين بأعمار (15 _ 17) والبالغ عددهم (22) لاعبا اما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية وكان عددهم (8) لاعبين ويشكلون نسبة مقدارها (36%) من مجتمع البحث ومن اجل التعرف على تجانس العينة فقد استعمل الباحثون معامل الاختلاف لمعرفة مدى تجانس العينة في القياسات الجسمية حيث ظهرت قمة معامل الاختلاف اقل من (30%), كما يشير تجانس العينة حيث كلما اقترب معامل الاختلاف من (1%) يعد التجانس عاليا وفي حالة زيادته عن (30%) يعني العينة غير متجانسة.

جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف لعينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الطول	175.01	3.91	2.23
الوزن	69.83	1.81	2.59
العمر	17.22	0.64	3.62

2 - 3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة المستعملة:

_ المصادر العربية والاجنبية , شبكة معلومات الانترنت , الملاحظة والتجريب , استمارة استبيان , ملعب كرة اليد , كرات يد قانونية , ساعة توقيت , شريط قياس مع شريط لاصق , اقماع بلاستيكية , شواخص مثلثة

2 - 4 تحديد المتغيرات المهارية الهجومية بكرة اليد :

قام الباحث بأعداد استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين حول تحديد الجانب المهاري الهجومي , والتي تتسجم مع طبيعة لعبة كرة اليد والمشكلة البحثية اذ تم اختبار وتحديد الجانب المهاري الهجومي والذي حصل على نسبة اتفاق اكثر من (75%) وهذا ما يؤكد (Muhammad & Radwan, 2002) يمكن تحديد نسبه معينه اكثر من (75%) يختارها الباحث طبقا لوجهة نظر معينة

جدول رقم (2)

يبين المتغيرات الهجومية واختباراتها وتكرارها والنسب المئوية لها

المتغيرات الهجومية	الاختبارات المستعملة لها	التكرار	النسب المئوية	المقبولة
الطبطة	__ الطبطة باتجاه متعرج لمسافة 30م	8	80%	مقبولة
	__ الطبطة باتجاهات متعددة	2	20%	غير مقبولة
المناوله	__ المناولة المرتدة المتتالية	2	20%	غير مقبولة
	__ المناولة على الحائط لمدة 30 ثا	8	80%	مقبولة
التصويب	__ التصويب نحو المربعات المتداخلة على الهدف	1	10%	غير مقبولة
	__ دقة التصويب من الثبات	8	80%	مقبولة
	__ دقة التصويب بخطوة الارتكاز	1	10%	غير مقبولة
الخداع	اختبار زمن الخداع	5	50%	غير مقبولة

3 - 5 الاختبارات المستعملة في البحث :

2 - 5 - 1 اختبار الطبطة في اتجاه متعرج لمسافة (30م) :

_ الغرض من الاختبار : قياس مستوى مهارة الطبطة .

_ اجراءات الاختبار : تثبت خمسة شواخص في ملعب كرة يد في خط مستقيم المسافة بين كل اثنين (3م) ويرسم خط البداية والنهاية على مسافة (3م) من الشخص الاول يقف اللاعب خلف خط البداية , عند الاشارة بالبده يقوم اللاعب بطبطة الكرة مع الركض على شكل متعرج بين الشواخص ذهابا وايابا حتى يعبر خط النهاية .

_ التسجيل : يحسب الزمن المسجل بواسطة ساعة ايقاف ذهابا وايابا من خط البده حتى تخطي اللاعب لخط النهاية.(4 : 9)

2 - 5 - 2 اختبار المناولة على الحائط لمدة (30ثا) :

_ الهدف من الاختبار:-

- قياس تحمل التمرير والاستلام .

- قياس التوافق وسرعة المناولة والاستلام على الحائط .

_ الادوات :

كرات يد عدد (15), وساعة توقيت وحائط مستوي .

_ مواصفات الاداء :

1- يقف المختبر خلف الخط المرسوم على الارض على بعد (4) م بحيث لا يلامسه خلال الاداء .

2_ يقوم اللاعب بتمرير الكرة على الحائط واستلامها باستمرار بأكثر عدد ممكن خلال الزمن المحدد.

_التسجيل: تحتسب عدد التمريرات والاستلام خلال (30) ثانية.(Zidan, 2018)

2 - 5 - 3 اختبار التصويب من الثبات : (Abbas, 2020)

_ الغرض من الاختبار :قياس دقة التصويب

_ الادوات المستعملة : مرمى كرة يد قانوني , 5 كرات يد قانونية , حلق بلاستيكية دائرية قياس 40 * 40 , عدد 4 تثبت على

زاويه المرمى الاربعة ويوضع لها ارقام من (1 - 4) .

_ مواصفات الاداء : يقف اللاعب مقابل نقطة منتصف المرمى على خط ال9 متر يصوب من الثبات بعد استلام الكرة من

المدرّب على الدوائر بالتسلسل من (1 - 4) لكل مربع 3 محاولات .

_ التسجيل : يسجل نقطة واحدة لكل مرة تدخل الكرة الدائرة ,ويسجل عدد محاولات الناجحة والفاشلة.

2 - 6 - 1 التجربة الاستطلاعية الاولى:

اجريت التجربة الاستطلاعية الاولى يوم الثلاثاء الموافق 3 / 12 / 2023 على القاعة الرياضية التابعة للنشاط الرياضي

في البصرة على عينة من لاعبين المركز التخصصي بكرة اليد والبالغ عددهم (5) لاعبين من خارج عينة البحث الرئيسية ,

وكان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية الاولى ما يلي:

1_ التأكد من صلاحية الادوات المستعملة في الاختبارات وكذلك طريقة التسجيل لكل اختبار .

2_ كفاءة انسيابية العمل وتنظيم اللاعبين وطرق تسجيل الاختبارات.

3_ التأكد من قدرة اللاعبين على تطبيق الاختبارات المستعملة وصلاحية التمرينات للأداء , وتحديد المعوقات التي قد تواجه

المختبرين اثناء تنفيذ الاختبارات.

4_ التأكد من قدرة فريق العمل المساعد اثناء تنفيذ الاختبارات .

5- التعرف على الوقت اللازم لأجراء الاختبارات.

3-5 التجربة الاستطلاعية الثانية :

اجريت التجربة الاستطلاعية الثانية في 10 / 12 / 2023 الموافق يوم الخميس على قاعة التربية للنشاط الرياضي

التابعة الى محافظة البصرة على عينة من لاعبي المركز التخصصي لكرة اليد , حيث تم تطبيق وحدة تعليمية كاملة على عينة

البحث التجريبية , والهدف من التجربة لاستطلاعية الثانية ما يلي :

1_ التأكد من حساب الزمن الذي تستغرقه فترة تطبيق الوحدة التعليمية .

2- التعرف على الصعوبات الميدانية التي قد تواجه الباحث خلال تطبيق الوحدة التعليمية

3- التأكد من قدرة اللاعبين من تطبيق تمرينات الوحدة التعليمية بصورة صحيحة ومعرفة درجة الصعوبة والسهولة للتمرينات

المستعملة.

2 - 7 الاختبارات القبليّة:

قام الباحثون بأجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ 15 / 12 / 2023 على عينة من البحث التجريبية المتمثلة بلاعبي المركز التخصصي لكرة اليد في محافظة البصرة القاعة الداخلية التابعة لتربية البصرة قسم النشاط الرياضي بمساعدة فريق العمل المساعد والكادر التدريبي للمدرسة التخصصية لكرة اليد .

2 - 8 التجربة الرئيسية:

قام لباحثون بوضع مجموعة من التمارين المقتربات الخططية الهجومية لكرة اليد وقد اعتمد الباحثون على اراء بعض الخبراء والمختصين في مجال كرة اليد بواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع حيث بلغ مجموع الوحدات التعليمية (24 وحدة تعليمية) موزعه على 12 اسبوع علما ان الوحدة التعليمية (90) دقيقة موزعه على اقسامها الرئيسية مع مراعاة درجة الصعوبة والسهولة في التمارين المقترحة والتدرج في تطبيقها ضمن الوحدة التعليمية و تم تطبيق البرنامج التعليمي في القاعة الداخلية للنشاط الرياضي في محافظة البصرة مع مراعاة كافة الاسس العلمية لنجاح تطبيق الاختبارات مع الاخذ بنظر الاعتبار اعطاء التغذية الراجعة المباشرة لتصحيح الاخطاء علما بدا تطبيق البرنامج من 18 / 12 / 2023 ولغاية 15 / 2 / 2024.

2 - 9 الاختبارات البعديّة:

قام الباحثون في اجراء الاختبارات البعديّة في 18 / 2 / 2024 على عينة البحث الرئيسية في قاعة النشاط الرياضي في محافظة البصرة مع مراعاة جميع الاسس العلمية لتحقيق نجاح الاختبارات وكذلك مراعاة جميع الظروف التي اجريت بها الاختبارات القبليّة.

2 - 10 الوسائل الاحصائية:

استعمل الباحث البرنامج الاحصائي SPSS في معالجة واستخراج البيانات الخاصة بالبحث

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4 - 1 عرض نتائج الاختبارات المهارية الهجومية القبليّة والبعديّة ومناقشتها من اجل تحقيق هدف الدراسة ,سوف يتم عرض النتائج التي تم التوصل اليها عبر الاجراءات المتبعة بالاعتماد على الاهداف والفروض لهذا البحث .

جدول رقم (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبليّة والبعديّة لبعض المهارات الهجومية وفرق الاوساط والخطأ المعياري

الحسابية وقيمة t المحتسبة والجدولية

ت	المتغيرات المهارية الهجومية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		فروق الاوساط	الخطأ المعياري	قيمة t الجدولية*
		ع	س	ع	س			
1	الطبطبة في اتجاه متعرج لمسافة 30م	13.61	0.731	11.742	0.608	1.876	0.318	5.895
2	المناولّة والاستلام على الحائط	21.88	1.040	28.000	1.322	6.111	0.454	13.439
3	التصويب من الثبات	2.777	0.666	5.000	0.707	2.222	0.323	6.860

*قيمة t الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (7) يساوي (2.36)

يبين من خلال الجدول رقم (3) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة لصالح البعديّة في متغيرات البحث المبحوثة ويعزو الباحثون سبب ذلك الى ان المجموعة التجريبية قد اتاح لها تمارين المقتربات الخططية الفرصة للاعبين

الناشئين لمزاولة التمرينات والتنافس وفقا للإمكانيات التي يمتلكها هؤلاء اللاعبين ونظرا لأهمية الجانب الهجومي في لعبة كرة اليد لا بد من وجود حلقة تسهم في تنمية هذه المهارة وكان تمرينات المقتربات الخططية اعطت التعلم عن طريق اللعب وهذا ما اكده (Farag, 2002) ان من خلال الانشطة الحركية المتمثلة بالألعاب والتنافس يمكن لاي لاعب يحقق نوعا من النجاح لذلك فأنها تعد وسيلة فاعلة في زيادة سرعة تنمية المهارات الاساسية , لان اللعب هو مصدر ارتياح ورضا اللاعب

مما تقدم نلاحظ ان البرنامج التعليمي وفقا لتمرينات المقتربات الخططية كان له التأثير حيث اعطى لاعب كرة اليد حرية كاملة لإخراج طاقته الكاملة وممارسة النشاط الحركي بحرية تامة لأنها تحدث عن التنوع في التمرينات وحسب متطلبات اللعب والمنافسة وهذا ما اشار اليه (Al-Khayat & Al-Hayali, 2001) ان متعة اللعب في كرة اليد عندما يضع اللاعب خططه وتصوراته موضع التطبيق في البرنامج عن طريق الاتقان التام للمهارات الحركية الاساسية وهي تعتبر من العوامل المهمة لنجاح اللاعب وهذا يعتمد على رغبة اللاعب واقتناعه بالتدريب المنظم

تعد المهارات الحركية القاعدة الاساسية لتحديد المستوى الفني لدى اللاعب وكلما ارتفع المستوى الاداء المهاري زاد مستوى تطور اللعبة لذا على اللاعب التركيز على تطبيق التمرينات المقترحة الاكثر ملائمة لكل مهارة وفقا للظروف المتغيرة وبالسرية المطلوبة وهذا يأتي عن طريق الممارسة والتكرار خلال فترات التدريب (Alwan & Othman, 2017) ان المهارات الاساسية في كرة اليد ذات اهمية كبيرة وهذا يجعل الاكثر من العاملين في مجال كرة اليد التدريب على المهارات سواء كانت هجومية او دفاعية واعطائها الحصة الاكبر في البرنامج والغرض الاساسي هو تحقيق كل من الاعداد المهاري وربطها بالجانب الخططي عند تطبيقها بشكل مستمر وبأساليب مختلفة

ان اعداد اللاعب يجب ان يكون على مستوى جيد لكي يستطيع ان يتقوى , عندما يتعرض لمواقف اللعب المختلفة ويجب ان يستثمر التمرينات المقترحة المتمثلة بالتحركات الجانب الهجومي والدفاعي , وكلما كان اللاعب مستعدا لتلك المواقف كلما كان ادراكه للمواقف الجديدة بشكل واضح ودقيق وهذا يأتي من خلال التكرار والممارسة في تطبيق التمرينات المقترحة وهذا ما اكده (Ismail & Hassanein, 2001) يجب ان يتدرب اللاعب على ظروف مشابهة لحالات اللعب التي تسهم بقدر كبير في الاداء الحركي الصحيح وباقل عدد من الاخطاء والذي ينعكس مستقبلا على نجاحها خلال المنافسة ولعل لها من تأثير ايجابي في تحقيق الفوز

ان تمرينات المقتربات الخططية التي اعددها الباحث ساهمت في تعلم المهارات الهجومية والدفاعية للاعبين كرة اليد والتي تم ادائها بشكل منظم وتتصف بالتنوع ومقاربة في الاداء المهاري مما زاد من تطور مستوى اللاعبين من خلال المتابعة من قبل الباحث للوحدات التعليمية , (Tuama et al., 2023) , ان من فوائد تمرينات المقتربات الخططية المقاربة للعب هو ان المتعلم بهذا الاسلوب يتعرف على حالات متنوعة من تطبيقات التمرين وهذا يجعل اللاعب متفاعل مع اداء المهارة وبشكل فعال بالإضافة الى تزويد اللاعب بالجانب المعرفي بما يتلاءم مع متغيرات اللعب ومجرياته (Hammad, 2022)

4 - الاستنتاجات والتوصيات:

4 - 1 الاستنتاجات:

- _ اظهر البرنامج التعليمي وفقا لتمرينات المقتربات الخططية تطورا بعض المهارات الهجومية بكرة اليد.
- _ الوقوف على نتائج الدراسة للمتغيرات المبحوثة حالة تقويمية في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد .
- _ التركيز على اعطاء تمرينات المقتربات الخططية يؤدي الى تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد.
- _ العمل على تدريب المهارات الاساسية وربطها بالجانب الخططي بما يتلاءم مع ظروف المباراة .

4 - 2 التوصيات:

- _ ضرورة لاهتمام بتمارينات المقترحات الخططية في الوحدات التعليمية لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد.
- _ التنوع في استخدام اساليب اخرى خلال الوحدات التعليمية تعمل على تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد .
- _ حث العاملين والمختصين في مجال كرة اليد الاهتمام بإعطاء تمارينات تعمل على اختصار الزمن والجهد لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة اليد .
- _ يجب التدريب على تمارينات المقترحات الخططية في سنوات مبكرة لتحقيق اقصى استفادة للاعبين كرة اليد.
- _ اجراء دراسة مشابهة لأساليب اخرى من تتناول انواع اخرى من الرياضات.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبو المدرسة التخصصية بكرة اليد في محافظة البصرة للناشئين اعمار (15-

17) سنة

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

اثير حمادي جاسم atheeraalasdi@gmail.com

References

- Abbas, K. H. (2020). The relationship of emotional traits to some basic handball skills for advanced players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 30(4), 291–306.
<https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/154>
- Aldewan, L. H., & Sheikh Ali, H. F. (2016). Fundamentals of Teaching Physical Education. *Al-Basair House and Library, Lebanon*, 260.
- Al-Khayat, D., & Al-Hayali, N. (2001). *Handball* (p. 104). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.
- Alwan, N. M., & Othman, I. A. (2017). The effect of guided mental imagination strategy in developing psychological skills and learning some defensive skills in handball for female students. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences. Helwan University*, 81(2), 397–418. <https://doi.org/10.21608/jsbsh.2017.240968>
- Askar, D. A., Sayah, Q. M., & Mustafa, A. A. (2024). Analysis of handball strategies for the Iraqi League 2022. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.450>
- Farag, E. W. (2002). *Experiences in Games for Children and Adults* (2nd ed, p. 294). Al-Maaref.
- Hammad, S. H. (2022). The effect of cognitive exercises with educational technology in developing the ability to shift attention and performing counterattack skills in fencing. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 5(25).
- Ismail, K. A. H., & Hassanein, M. S. (2001). *Modern Handball Quartet: Vol. Part One* (First Edition, p. 137). Al-Kitab Center for Publishing.
- 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>
- Mashkoor, N. H. (2010). The relationship between the angle of departure from the starting support and the time of abandonment and the average speed of the first stage (speed increase). *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 27.
<https://www.iasj.net/iasj/article/53710>
- Muhammad, H. A., & Radwan, M. N. al-D. (2002). *Measurement in Physical Education and Sports Psychology*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- 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*, 30(62), 22–36. <https://www.iasj.net/iasj/article/196073>

- Tuama, A. H., Othman, I. A., & Abdulhasan, F. G. (2023). EFFECT OF VENN DIAGRAM STRATEGY ON SOME DEFENSIVE SKILLS IN HANDBALL FOR STUDENTS. *European Journal of Humanities and Educational Advancements*, 4(7).
<https://www.scholarzest.com/index.php/ejhea/article/view/3707>
- Zidan, H. N. (2018). The effect of mixed exercise according to the rest system (intensive and distributed) in learning some basic offensive skills in handball. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 28, 25–34.

التمارين الهجومية المقترحة للبرنامج التعليمي:

- 1_ ثلاثة لاعبين في الخط الخلفي (ساعد + موزع + زاوية) مناولة الكرة بينهما ثم عمل تقاطع ويقوم احد لاعبي الخط الخلفي بالتصويب بالمقابل هناك عمل دفاعي لمنع عملية التصويب .
- 2_ ثلاثة لاعبين في حالة الدفاع بالمقابل ثلاثة لاعبين بالهجوم اجراء عمليه تغير المركز بين المهاجمين وتكرار المناولات لحين اجراء عملية التصويب .
- 3_ فريقان في منتصف الملعب في اتجاهات متعددة بعد اشارة المدرب يحاول احد الفريقين الاستحواذ على الكرة وعمل مناولات ثم التصويب يقوم الفريق الاخر بعمل دفاعي منتظم .
- 4_ ثلاثة لاعبين مهاجمين ضد ثلاثة لاعبين مدافعين عمل مناولات بالدخول بين المدافعين لخلق ثغرات ثم التصويب على المرمى من مراكز مختلفة , المدافع يقوم بدور الرقابة الدفاعية على المهاجم .
- 5_ لاعبان في الخط الخلفي يقومان بعمل تغير مراكز مع لاعب الارتكاز من اجل سحب اللاعب المدافع ثم القيام بعملية التصويب من خلال الثغرات , يقوم المدافع بمراقبة اللاعب المستحوذ على الكرة .
- 6_ هجوم ودفاع في منطقة محددة بين منطقة (9) و (6) متر يقومان بعملية تغير المراكز مع عملية تغير الادوار فيما بينهما عند استحواذ الفريق الاخر على الكرة.
- 7_ خمسة لاعبين على حدود ال (6) م بالمقابل (6) لاعبين على حدود (9)م عمل مناولات قصيرة بين لاعبين الخط الخلفي والامامي من اجل خلق ثغرات عن طريق التفوق العددي ثم التصويب على المرمى.
- 8_ ثلاثة لاعبين مهاجمين على حدود (9)م بالمقابل لاعبين اثنين مدافعين على حدود (6) م تحركات بالكرة بين المهاجمين لأحداث التفوق العددي ثم التصويب على المرمى.

ملحق رقم (1)

البرنامج التعليمي

الوحدة التدريبية الاولى والثانية

الاسبوع الاول والثاني

الهدف التعليمي: تحركات هجومية يقابلها دفاع متقدم

عدد اللاعبين (8)

زمن الوحدة التعليمية (90)

الملاحظات	التمارين	الوقت	اقسام الوحدة التعليمية
التأكيد على احماء الجسم التأكيد على اجراء التمارين التخصصية		20د 8 د 2 د	القسم التحضيري _ الاحماء العام _ الاحماء الخاص
تشجيع اللاعبين على الاداء الافضل. _ الارشاد والتوجيه من قبل المدرب للاعبين ومساعدتهم لإكمال عملية التعلم.	شرح عملية المناولة بين المدافعين والشروط الصحيحة لها. _ عرض المهارة امام اللاعبين لاكتساب المزيد من المعلومات. _ تصحيح الاخطاء وتلافي الصعوبات التي تواجه اللاعبين _ التغذية الراجعة من قبل المدرب للمهارات حيز التطبيق.	60 د 15د	القسم الرئيسي _ الجانب التعليمي
تهدف هذه المرحلة تقويم عملية التعلم للاعبين من خلال اداء المهارات سواء كانت دفاع ام هجوم.	تطبيق تمرين رقم (3) / (12) تكرار _ تطبيق تمرين رقم (6) / (10) تكرار _ تطبيق تمرين رقم (1) / (8) تكرار _ تطبيق تمرين رقم (7) / (10) تكرار	45د	_ الجانب التطبيقي
	تمارين هروله – تهدئه , ثم الانصراف	10د	القسم الختامي



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of suggested mental exercises to mobilizing psychological energy when performing some defensive skills in basketball for advanced players

Nidaa Youssef Muhanna¹ 

General Directorate of Education Basra¹

Article information

Article history:

Received 30/9/2024

Accepted 3/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Mental exercises, psychological energy, basketball, defensive skills

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of the proposed mental exercises to mobilize psychological energy when performing some defensive skills in basketball for advanced players. The researcher used the experimental method by designing (equivalent groups) (control and experimental) to solve the research problem and achieve its objectives. Accordingly, the research sample was the young basketball players of Al-Minaa Sports Club. Accordingly, the conclusion was: – The proposed mental exercises are necessary to mobilize psychological energy in order to raise the level of performance of some defensive skills in basketball for advanced players. It was recommended: – The necessity of adopting the proposed mental exercises to mobilize psychological energy as they help raise the level of performance of some defensive skills in basketball for advanced players



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير التمرينات العقلية المقترحة لتعبئة الطاقة النفسية عند اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين

نداء يوسف مهنا¹ ✉
المديرية العامة لتربية البصرة

المخلص

هدف البحث الى التعرف على تأثير التمرينات العقلية المقترحة لتعبئة الطاقة النفسية عند اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين واستعملت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم (المجموعات المتكافئة) (الضابطة والتجريبية) لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه وعليه كانت عينة البحث هم اللاعبين الشباب بكرة السلة لنادي الميناء الرياضي وعليه تم الاستنتاج :-
التمرينات العقلية المقترحة ضرورية لتعبئة الطاقة النفسية لغرض رفع مستوى اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين وتم التوصية :- ضرورة اعتماد التمرينات العقلية المقترحة لتعبئة الطاقة النفسية كونها تساعد رفع مستوى اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين.

معلومات البحث

تاريخ البحث :
الاستلام : 2024/9/30
القبول : 2024/11/3
التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

التمرينات العقلية , الطاقة النفسية , كرة السلة ,
المهارات الدفاعية

1.التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تنوع العلوم المختلفة لها أهمية في بناء شخصية الانسان وتعمل على الارتقاء بمستواه العلمي والفكري والذهني ويكون قادر على العمل والابداع في مختلف المجالات التي يحتاجها في حياته ومنها الرياضية. وتعد العلوم الرياضية المختلفة وخاصة علم النفس الرياضي من العلوم المهمة والاساسية في رفع معنويات وقابليات الرياضية النفسية لغرض خوض المنافسات وتحقيق الانجازات الرياضية ، اذ ان تنوع العلوم النفسية المختلفة من الشجاعة والاصرار وتقليل الخوف ورفع الطاقة النفسية والتدريب العقلي كلها علوم مهمة واساسية في تحقيق الانجازات والارقام والنقاط لمختلف الالعاب الرياضية الفردية منها والفرقية.(Hamad et al., 2024)

وتعتبر التمرينات العقلية التي تعمل على تعبئة الطاقة النفسية ضرورية واساسية في مساعدة الرياضي رفع الجانب المعنوي والنفسي في اكمال التدريب في اصعب حالاته وكذلك الخوض في المنافسات الرياضية المختلفة (Shabib et al., 2024)

اذا تستخدم الطاقة النفسية " في مجال التدريب الرياضي وتدريب المهارات النفسية من خلال تمرين الذهن وتنشيطه بشكل مستقل عن الجسم، إذ يعتبر أكثر ارتباطاً بمصطلحات التدريب ونوع من أنواع النشاط والحيوية والشدة وأساساً للدافعية، إذ من الممكن أن تتخذ الشكل الإيجابي أو السلبي من خلال طبيعة الانفعالات كمصدر للطاقة " (Osama, 2004)

ومن الالعاب الرياضية التي تحتاج الى التعبئة الطاقة النفسية هي كرة السلة وخاصة في حالات الدفاع لان اغلب اللاعبين يميلون الى الهجوم لإبراز شخصية وتسجيل النقاط غير ان الدفاع بدون كرة ويتطلب منه جهد مضاعفة لقطع الكرة وهذا يؤثر على الجانب النفسي وتقل لديه الهمة والقدرة النفسية في اداء الواجب الحركي .(Makki, 2024)

ومن هنا جاءت أهمية البحث لإكمال نجاح الاداء الدفاعي وتحقيق النتائج الجيدة من خلال اكمال متطلبات اللعبة لابد من رفع روح المنافسة والاداء الصحيح سواء في التدريب او اللعب من خلال اعطاء التمرينات المناسبة لعبة الطاقة النفسية الضرورية للاعبين وجعلهم قادرين على الاداء الصحيح.

1-2 مشكلة البحث :

الاداء الدفاعي بكرة السلة والمهارات الاساسية فيه تتطلب جهد بدني ونفسي لأدائها بشكل صحيح ورفع الروح المعنوية والنفسية والشجاعة للاعب في قطع الكرة او استحواذها او عرقلة التهديد ولا يتم ذلك الا في حالة رفع الرغبة في تطبيق تلك المهارات من خلال التدريب العقلي المناسب والتعبئة للطاقة النفسية.

ومن خلال خبرة الباحثة المتواضعة بعلم النفس الرياضي ولعبة كرة السلة وجدت هناك ضعف واضح في الاداء الدفاعي للفرق العراقية المتقدمة بسبب عدم الرغبة في هذا الاداء مما يقلل من همته في اتمام احد متطلبات اللعبة وهي الدفاعية بالإضافة الى الهجومية وهذا بحد ذاته تعتبر مشكلة بحثية تتطلب توضيح أهمية الدفاع والتعبئة النفسية في تنفيذ الدفاع الصحيح من خلال التدريب العقلي المناط به وبذلك نرفع من مستوى كرة السلة العراقية.

1-3 أهداف البحث:

- 1- تأثير التمرينات العقلية المقترحة لتعبئة الطاقة النفسية عند اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين .
- 2- نتائج الفروقات بين الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين .

3- نتائج الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في أداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين .

1-4 فرضيات البحث:

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في أداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين .

3- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في أداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين .

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: اللاعبين الشباب بكرة السلة لنادي الميناء الرياضي.

1-5-2 المجال المكاني: قاعة البصرة المغلقة في ممثلة اللجنة الأولمبية في محافظة البصرة.

1-5-3 المجال الزمني: المدة 2024/1/7 ولغاية 2024 /3/12

1-6 تحديد المصطلحات :

- التمرينات العقلية:

التمرينات أو التدريب العقلي يعد " الجزء الأساسي في إعداد اللاعب للدخول في المنافسات، فهو يتضمن تصور الحركة وتسلسل المهارات والمواقف والأهداف والأداء وحركات الخصم وجميع أبعاد المنافسة من حكام وملاعب وأدوات وأجهزة وأي تأثيرات خارجية سواء الطقس أو الجمهور ، وهنا يجب على اللاعب أن يمتلك القدرة على تطبيق الخطط الموضوعة، وتحليل أداة المنافسة، فالإنجازات الرياضية تتطلب قدرًا من الاستخدامات العقلية وإصدار القرارات بدون أي تأخير أو تردد " (Al-Takriti & Al-Ubaidi, 1999)

كذلك يمكن تعريفه بأنه " تحسين أو تطوير للحركة ، وكذلك تثبيت لها من خلال عملية التصور العقلي المركز لخط سير هذه الحركة ودون الأداء العقلي لها " (A.-G. O. Muhammad, 1994)

- الطاقة النفسية:

تعرف الطاقة النفسية بأنها " تلك الإجراءات أو الأساليب التي يتبعها المدرب مع اللاعب أو اللاعب مع نفسه بغرض الوصول إلى أفضل حالة من الاستعداد النفسي تسمح بتحقيق أفضل أداء، ويطلق عليها (الطاقة النفسية المثلى)، ويحتاج اللاعب لها عندما يكون استعداده للمشاركة في المنافسة ضعيفاً، أو عدم إدراك أهميتها أو ضعف التركيز للمنافسة " (Hoshyar, 2010)

كذلك تعرف الطاقة النفسية " هي التنشيط الإيجابي المعرفي والدافعي بصورة تساهم في المساعدة على الأداء الأفضل في المنافسة الرياضية، للارتقاء بعمليات الإدراك والتصور والانتباه والتذكر والتفكير واتخاذ القرار وغيرها من العمليات العقلية التي تساهم في قدرة اللاعب على النجاح في أداء الواجبات الملقاة على عاتقه " (Alawi, 2006)

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1.2 منهج البحث :

أن طبيعة المشكلة هي التي تفرض على الباحثة إن يستخدم المنهج المناسب والملائم لحل مشكلة بحثه لذا فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم (المجموعات المتكافئة) (الضابطة والتجريبية) لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبي كرة السلة المتقدمين لنادي نفط البصرة الرياضي والبالغ عددهم (26) لاعب ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (20) لاعب وهم الاساسيين للفريق ويشكلون نسبة (76.92 %) من المجتمع الاصلي، بعدها تم تقسيم العينة إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) كل مجموعة (10) لاعبين وتم إيجاد التجانس داخل كل مجموعة باستخدام معامل الاختلاف والتكافؤ بين المجموعتين باستخدام اختبار (t) للعينات الغير مترابطة حسب الجدول (1).

جدول (1)

يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

الاختبارات	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيم t المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	معامل الاختلاف	س	ع	معامل الاختلاف		
الوزن /كغم	68.45	0.86 ₅	1.263	68.66	0.965	1.405	0.487	غير معنوي
الطول/ سم	171.23	1.54 ₂	0.9	171.34	1.785	1.041	0.139	غير معنوي
الطاقة النفسية /درجة	3.45	0.24 ₃	7.043	3.52	0.223	6.335	0.642	غير معنوي
عودة لاعب بسرعة إلى الدفاع/ عدد	14.74	0.65 ₂	4.423	14.67	0.745	5.078	0.212	غير معنوي
الدفاع ضد التصويب /عدد	15.77	0.74 ₅	4.724	15.64	0.689	4.405	0.384	غير معنوي
أداء الحجز الدفاعي عند الكرة المرتدة (المتابعة الدفاعية) /عدد	22.64	0.55 ₆	2.455	22.74	0.674	2.963	0.343	غير معنوي
اختيار الموقع الدفاعي الصحيح/ثانية	38.44	0.74 ₅	1.938	38.365	0.784	2.043	0.208	غير معنوي

قيمت (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 ، ساعة توقيت ، شريط قياس ، ميزان طبي ، كرات سلة ، ملعب كرة سلة ، حائط صد.

2-4 إجراءات البحث:

2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

تم تحديد متغيرات البحث من خلال الدراسات والبحوث السابقة والتي ترى الباحثة انها ضرورية لهذه الدراسة والتي

شملت:

1- الطاقة النفسية .

2- المهارات الاساسية الهجومية المركبة بكرة السلة.

2-4-2 الاختبارات والمقاييس المستخدمة :

2-4-2-1 مقياس الطاقة النفسية:

تم الاعتماد على مجموعة من الدراسات السابقة ذات العلاقة بقياس مستوى الطاقة النفسية بحيث تكون المقياس بصورته النهائية من (١٥) فقرة لقياس مستوى الطاقة النفسية ، في ضوء مقياس خماسي التدرج، الدرجات: أوافق بشدة (٥)، أوافق (٤)، محايد (٣)، لا أوافق (٢)، ولا أوافق بشدة ، وقد تم استخدام المعادلة التالية لاستخراج المدى لكل مستوى من المستويات الثلاثة: (الفئة العليا- الفئة الدنيا) ، ٣/ أي (١-٥) مقسومة على (٣) . (Al-Takriti & Al-Ubaidi, 1999)

2-4-2-2 اختبارات الدفاع بكرة السلة : (Khalaf, 2021)

2-4-2-1-2 اختبار عودة لاعب بسرعة إلى الدفاع

* هدف الاختبار : قياس تحمل سرعة الأداء في عودة لاعب بسرعة إلى الدفاع.

* الأدوات المستخدمة:

- ملعب كرة سلة قانوني.

- ساعة توقيت.

- شريط قياس.

- مخروطي عدد (4)

-كرات سلة عدد (4)

- قلم خط أو طباشير.

* القياسات المطلوبة :

- مخاريط : توضع (4) أربعة موزعة وكما يلي:

* الأول والرابع بامتداد (5 متر) من منتصف خط النهاية وعلى بعد (5 متر) داخل الملعب من جهتي اليمين واليسار.

* الثاني والثالث بامتداد (3 متر) من منتصف خط النهاية وعلى بعد (3 متر) داخل الملعب من جهتي اليمين واليسار.

- الكرات : توضع (4) أربع كرات سلة تبعد (1 متر) عن المخروط ، عكس اتجاه حركة اللاعب.

- موقع انطلاق اللاعبين: خلف خط مركز الدائرة المركزية.

* طريقة أداء الاختبار: يقف اللاعب (المختبر) بموقعه خلف خط الانطلاق، وعند الإشارة ينطلق بشكل مستقيم إلى

المخروط (1) ويقوم بضرب الكرة باليد ويستدير بحركة مدافع على إن تكون اليدين مرفوعة والاستدارة جانبية للرجوع إلى

خط البداية وبعدها ينطلق إلى المخروط (2) والرجوع أيضا إلى خط البداية وهكذا مخروط (3) ومخروط (4) ويستمر بالأداء

حتى انتهاء الزمن المحدد (90) ثانية، على أن يكون الدوران على جميع المخاريط الأربعة من جهة اليسار كما في الشكل

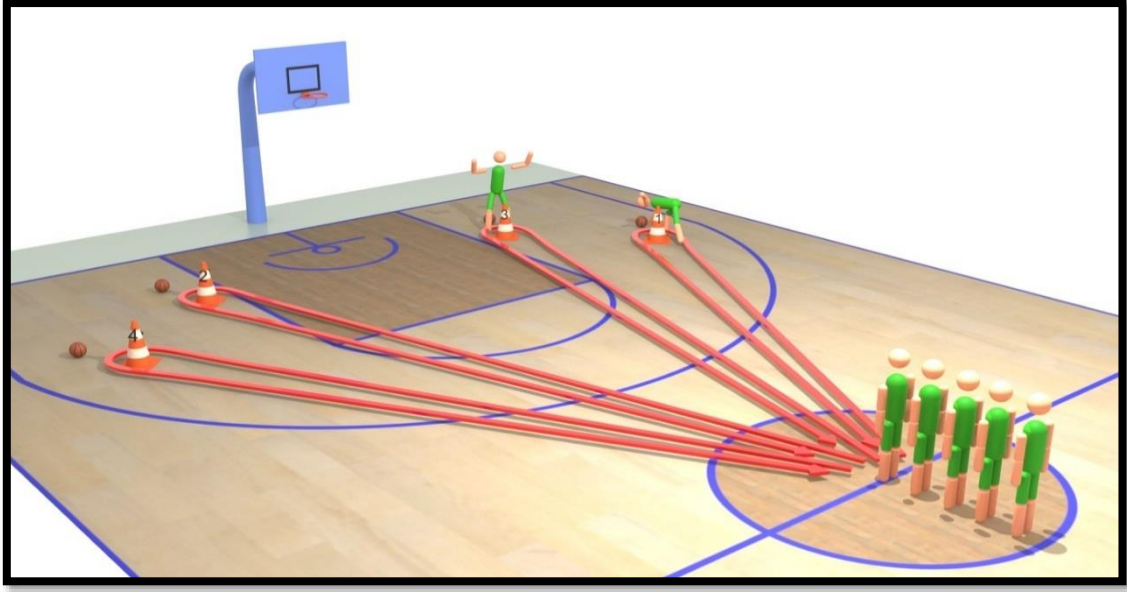
(1).

* الكوادر المساعدة:

- مسجل .

- مؤقت.

* التسجيل : حساب عدد مرات ضرب الكرات خلال زمن (90) ثانية .



شكل (1)

يوضح اختبار (عودة لاعب بسرعة إلى الدفاع)

2-2-2-4 اختبار الدفاع ضد التصويب

* هدف الاختبار : قياس تحمل القوة للرجلين إنشاء الدفاع ضد التصويب.

* الأدوات المستخدمة:

- ملعب كرة سلة قانوني.

- ساعة توقيت.

- شريط قياس.

- حامل كرة عدد (10)

-كرات سلة عدد (10)

- قلم خط أو طباشير.

* القياسات المطلوبة :

- حامل الكرات : توضع (10) اسطوانات حاملة للكرات وبارتفاع (2.25 متر) موزعة على الساحة داخل ربع الملعب وكما يلي:

* الأولى على بعد (2متر) من منتصف خط النهاية من جهة اليمين ومسافة (1متر) داخل الساحة.

* الثانية على بعد (2متر) من منتصف خط النهاية من جهة اليسار ومسافة (1متر) داخل الساحة.

* الثالثة والرابعة والخامسة والسادسة والسابعة والثامنة والتاسعة يبتعدن من منتصف خط النهاية (5 متر) وبين اسطوانة وأخرى مسافة جانبية (2متر).

* العاشرة منتصف خط قوس ثلاث نقاط.

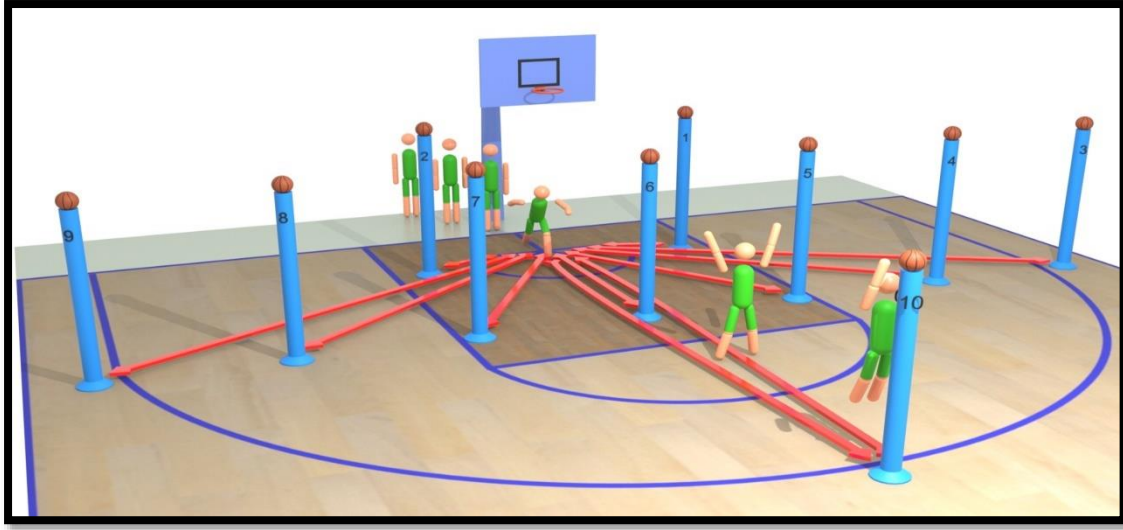
- موقع انطلاق المختبر: من منتصف خط النهاية أسفل السلة.

* طريقة أداء الاختبار: يقف اللاعب (المختبر) خلف خط البداية أسفل السلة ، وعند الإشارة ينطلق بشكل مستقيم إلى الاسطوانة الأولى ليقفز ويضرب الكرة فوقها ثم يرجع إلى نقطة البداية، ليعكر العمل مرة أخرى للأسطوانة الثانية ليقفز ويضرب الكرة والعودة مرة أخرى لخط البداية ، وهكذا بقية الاسطوانات العشر الأخرى بنفس الأداء ، شرط إن يقفز ويضرب الكرة لحين انتهاء الزمن المحدد (90) ثانية. بشرط أن يؤدي الاختبار حسب تسلسل الاسطوانات كما في الشكل (2).

* الكوادر المساعدة:

- مسجل , مؤقت.

* التسجيل: حساب عدد الكرات المستبعدة من الاسطوانات بالقفز خلال زمن (90) ثانية



شكل (2)

يوضح اختبار (الدفاع ضد التصويب)

2-4-2-3 اختبار الحجز الدفاعي عند الكرة المرتدة (المتابعة الدفاعية)

* هدف الاختبار: قياس تحمل القوة للرجلين خلال أداء الحجز الدفاعي عند الكرة المرتدة (المتابعة الدفاعية).

* الأدوات المستخدمة:

- ملعب كرة سلة قانوني , ساعة توقيت , شريط قياس, اسطوانة عدد (3) , كرات سلة عدد (1) , قلم خط أو طباشير .

* القياسات المطلوبة :

- اسطوانات : توضع (3) ثلاث اسطوانات على شكل مثلث في المنطقة المحرمة وكما يلي:

* الأول على بعد (2متر) من خط النهاية وعلى امتداد خط المنطقة المحرمة من جهة اليمين.

* الثاني على بعد (2متر) من خط النهاية وعلى امتداد خط المنطقة المحرمة من جهة اليسار.

* الثالث منتصف خط الرمية الحرة.

- موقع الكرة : أسفل السلة مباشرة .

- موقع انطلاق اللاعبين : منتصف خط الدائرة المركزية.

* طريقة أداء الاختبار:

يقف اللاعب (المختبر) خلف خط البداية وعند الإشارة ينطلق بشكل مستقيم إلى الكرة الموضوعة أسفل السلة ويبدأ

برمي الكرة على اللوحة والقفز والمتابعة بمسك الكرة ووضعه على الأرض وثم التحرك إلى الأسطوانة الأولى وعمل حركة

حجز بحركة الذراعين والرجلين حول الأسطوانة، والعودة مرة أخرى حمل الكرة من الأرض ورميها على اللوحة والقفز والمتابعة ووضعها على الأرض وأداء نفس الحركة للأسطوانة الثانية وكذلك الاسطوانة الثالثة، ويستمر بالأداء حتى انتهاء الزمن المحدد (90) ثانية كما في الشكل (3).

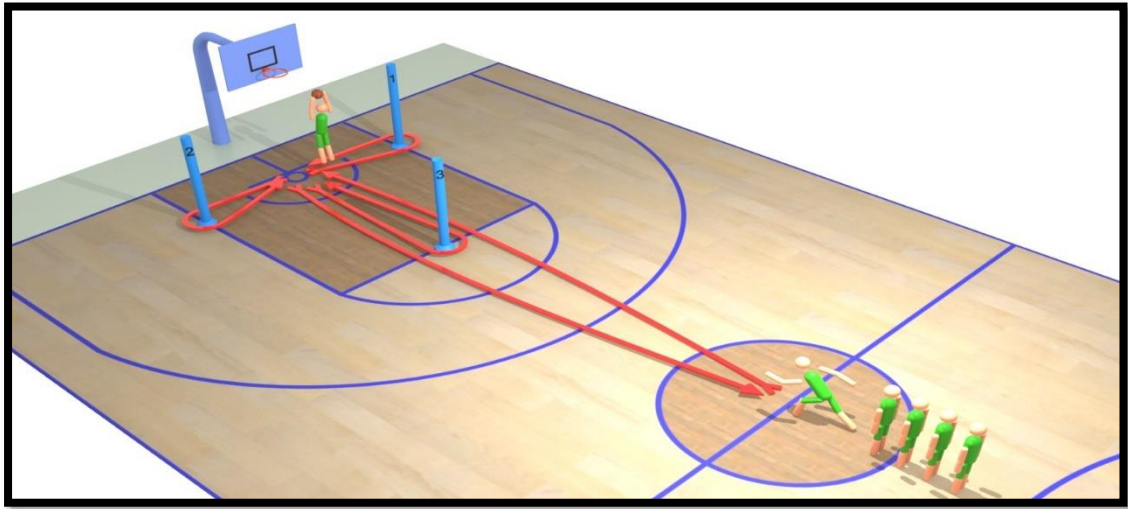
ملاحظة مهمة/ بالمتابعة يترك اللاعب الكرة على الأرض ويؤدي حركة المدافع حول الاسطوانة.

* الكوادر المساعدة:

- مسجل , مؤقت.

* التسجيل: حساب عدد مرات المتابعة خلال زمن (90) ثانية

التعديل المقترح/ تحول من السرعة إلى التحمل وتغير الزمن إلى (90) ثانية بدل (60) ثانية.



شكل (3)

يوضح اختبار (الحجز الدفاعي عند الكرة المرتدة (المتابعة الدفاعية))

4-2-2-4-2 اختبار التحرك لاختيار الموقع الدفاعي

* هدف الاختبار :قياس تحمل سرعة التحرك لاختيار الموقع الدفاعي الصحيح.

* الأدوات المستخدمة:

- كرات سلة عدد (5) كرة.

- ملعب كرة سلة قانوني.

- ساعة توقيت.

- شريط قياس.

- مخروط عدد (5).

- قلم خط أو طباشير.

* القياسات المطلوبة :

- المخاريط : توضع خمسة مخاريط بمسافات مقاسة من منتصف خط النهاية وكما يلي :

* الأول على بعد (3 متر) على اليمين من منتصف خط النهاية و(2متر) داخل الساحة.

* الثاني على بعد(3 متر) على اليسار من منتصف خط النهاية و(2 متر) داخل الساحة.

* الثالث بمنتصف خط الرمية الحرة.

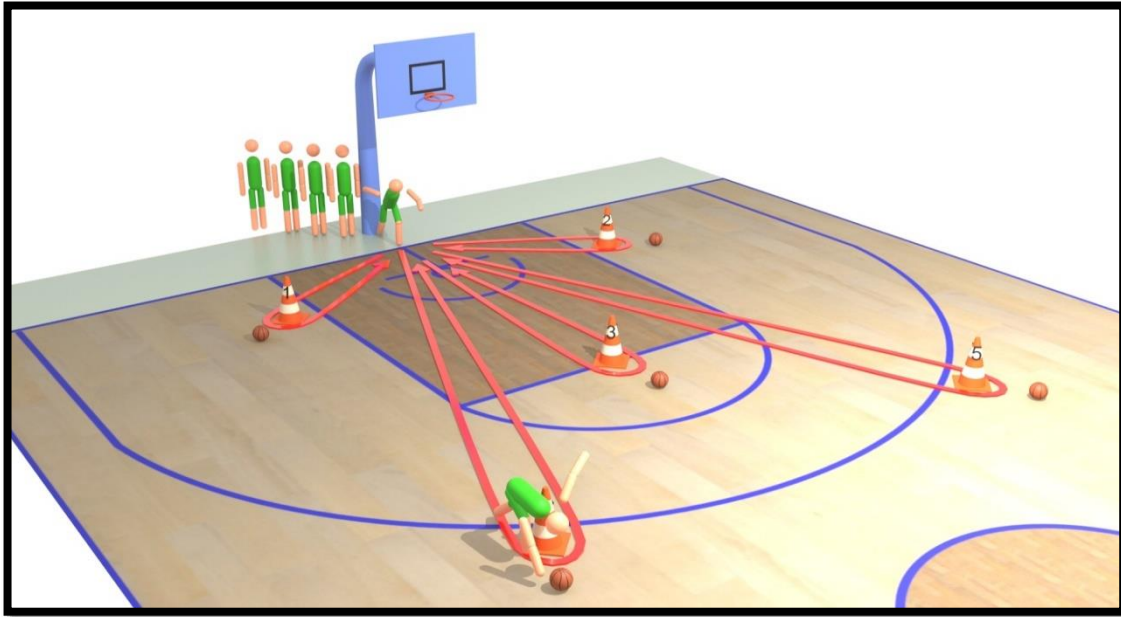
- *الرابع على قوس الثلاث نقاط من جهة اليمين ويبعد (4 متر) عن الخط الجانبي.
- *الخامس على قوس الثلاث نقاط من جهة اليسار ويبعد (4متر) عن الخط الجانبي.
- الكرات: توضع الكرات وعددها (5) إمام المخاريط بمسافة (1متر) عن المخروط باتجاه معاكس لحركة اللاعب.
- كادر مساعد عدد 5 لإرجاع الكرات إلى موقعها
- موقع انطلاق اللاعبين: منتصف خط النهاية.
- * طريقة أداء الاختبار:

يقف اللاعب (المختبر) بموقعه بمنتصف خلف خط النهاية وتوجد أرقام من (1-5) على كل مخروط ، وعند الإشارة ينتقل اللاعب (المختبر) سريعا" في الدورة الأولى من منطقة الانطلاق إلى الموقع الأول مخروط (1) ويقف بين المخروط والكرة ويضرب الكرة باليد والرجوع مرة أخرى للخط النهاية والعودة مرة أخرى للمخروط (2) وأيضا يقف بين المخروط والكرة وضرب الكرة باليد وهكذا بقية المخاريط الأخرى (3) و(4) و(5) ويكرر الأداء مرة أخرى بالطريقة العكسية للأرقام (5-1) في الدورة الثانية، ويتم حساب الزمن من لحظة انطلاق اللاعب من خط البداية للمخروط الأول إلى الخروج في المخروط الأخير من خط الانطلاق لأربع دورات كما في الشكل (4) .

* الكوادر المساعدة:

- مسجل .
- مؤقت.
- كادر مساعد
- * التسجيل:

حساب الزمن ل(4 دورات) من لحظة الانطلاق للمخروط الأول إلى لحظة الخروج من خط النهاية بعد لمس الكرة العاشرة للمخروط الأخير في الدورة الثانية والخروج خلف خط الانطلاق (خط النهاية) التعديل المقترح/ تحول من السرعة إلى التحمل وتغير الدورات من (2) إلى (4) دورات.



شكل (4)

يوضح اختبار (التحرك لاختيار الموقع الدفاعي)

2-4-3 التجربة الاستطلاعية: أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2024/1/7 على عينة البحث الأصلية وذلك بتطبيق بعض التمرينات النفسية لغرض تقنيها ومعرفة مدى ملائمة لعينة البحث وإيجاد ومعرفة الصعوبات التي تواجه البحث في تطبيقها.

2-5- التجربة الميدانية :

2-5-1 الاختبارات القبلية : أجريت بتاريخ 2024/1/14

2-5-2 التمرينات العقلية لتعبئة الطاقة النفسية :

قام الباحث بتمرينات عقلية مقترحة وخاصة لتعبئة الطاقة النفسية ومتمثلة بتمرينات التشجيع والمدح وكذلك تمرينات بسيط تعزز العمل والنجاح وخلال المواقف المشابه بظروف المباراة بكرة السلة. وتم تطبيق التمرينات في القسم الرئيسي من برنامج المدرب الرئيسي للمجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فقد اعتمدت على تمرينات المدرب وخلال نفس الفترة المحددة للمجموعة التجريبية، وبلغت مدة تطبيق التمرينات (8) أسابيع، أما عدد الوحدات التدريبية خلال الأسبوع الواحد كانت (3) وحدات ومجموع الوحدات (24) وحدة تدريبية والشدة كانت متوسطة (70-80%) والتكرار حسب الشدة الموضوع والراحة كانت برجع النبض (120-130) بين التكرارات و(110-120) بين المجاميع. وتم تطبيق التمرينات من المدة 2024/1/15 ولغاية 2024/3/11.

2-5-3 : الاختبارات البعدية : أجريت بتاريخ 2024/3/12

2-6 الوسائل الإحصائية: تم الاعتماد على نظام SPSS

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (2)

يوضح قيم (t) للفروقات بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	المجموعة الضابطة				الاختبارات المستخدمة
	قيمة t المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		
			القبلي	البعدي	
معنوي	3.031	0.221	4.12	3.45	الطاقة النفسية /درجة
معنوي	2.64	0.674	16.52	14.74	عودة لاعب بسرعة إلى الدفاع/ عدد
معنوي	2.487	0.745	17.623	15.77	الدفاع ضد التصويب /عدد
معنوي	2.584	0.968	25.142	22.64	أداء الحجز الدفاعي عند الكرة المرتدة (المتابعة الدفاعية) / عدد
معنوي	2.935	0.678	36.45	38.44	اختيار الموقع الدفاعي الصحيح/ثانية

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

جدول (3)

يوضح قيم (t) للفروقات بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	المجموعة التجريبية				الاختبارات المستخدمة
	قيمة t المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		
			القبلي	البعدي	
معنوي	2.742	0.536	4.99	3.52	الطاقة النفسية /درجة
معنوي	4.473	0.889	18.647	14.67	عودة لاعب بسرعة إلى الدفاع/ عدد
معنوي	3.927	1.024	19.662	15.64	الدفاع ضد التصويب /عدد
معنوي	3.439	1.332	27.321	22.74	أداء الحجز الدفاعي عند الكرة المرتدة (المتابعة الدفاعية) / عدد
معنوي	3.139	1.354	34.114	38.365	اختيار الموقع الدفاعي الصحيح/ثانية

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

جدول (4)

يوضح قيم (t) للفروقات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	قيمة t المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الاختبارات المستخدمة
		ع	س	ع	س	
معنوي	6.397	0.223	4.99	0.342	4.12	الطاقة النفسية /درجة
معنوي	5.597	0.864	18.647	0.745	16.52	عودة لاعب بسرعة إلى الدفاع/ عدد
معنوي	5.586	0.697	19.662	0.845	17.623	الدفاع ضد التصويب /عدد
معنوي	5.615	0.745	27.321	0.896	25.142	أداء الحجز الدفاعي عند الكرة المرتدة (المتابعة الدفاعية) /عدد
معنوي	5.522	0.784	34.114	0.998	36.45	اختيار الموقع الدفاعي الصحيح/ثانية

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.734

من خلال ملاحظة الجدولين (2) و (3) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة في التعبئة للطاقة النفسية وكذلك المهارات الأساسية بالدفاع وهذا تدليل نجاح التمرينات الموضوعة للمجموعتين إذ يرى (Al-Ani, 2011) " هناك حقيقة علمية لا بد 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 وبإشراف مدربين متخصصين إذ إن البرامج التدريبية المقننة والمنظمة على وفق الأسس العلمية تعمل على تطور المستوى البدني والمهاري والنفسي للاعبين" (Masoud & Shabib, 2024)

ويرى (Osama, 2006) " إذا كانت الطاقة البدنية يمكن تنظيمها والتحكم فيها من خلال تخطيط حمل التدريب فأن الطاقة النفسية يمكن التحكم فيها من خلال تعليم اللاعب كيف يسيطر على افكاره وانفعالاته و هذا هو الهدف العام للأعداد النفسي "

ومن خلال ملاحظة جدول (4) تبين هناك فروقات معنوية في الاختبارات المستخدمة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث وخاصة الطاقة النفسية وكذلك المهارات الأساسية الدفاعية بكرة يدل على نجاح التمرينات العقلية في تعبئة ورفع مستوى الطاقة النفسية التي انعكست على الاداء المهاري في الدفاع ويرى (Khasky & Smith, 1999) (L. H. Muhammad & ahmeed Abdulaziz, 2016) ان الطاقة النفسية هي " افضل تهيئة نفسية للاعب يستطيع بموجبها تحقيق افضل اداء رياضي او اجراءات يتخذها المدرب مع اللاعب او اللاعب مع نفسه للتحكم بالشدة والحيوية التي يؤدي بها العقل وظائفه وهي على اساس الدافعية "

وهناك دور كبير للمدرب في تعبئة الطاقة النفسية كما يرى (Samir, 1984) إن " المدرب أو المربي هو عنصر مهم من عناصر زرع الثقة في النفس خاصة اذا كان هو نفسه ذا ثقة عالية بنفسه، فالطالب أو الرياضي يميل الى تقليد النموذج والى محاكاة مربيه او مدربه او زملائه"

ومن ناحية الاداء المهاري الدفاعي بكرة السلة ضروري ان يكون التدريب مطابق لأجواء المنافسة وما تحتاجها اللعبة إذ يرى (Hamdy & Yasser, 1997) " حتى يتم الأعداد والتحضير الجيد للمنافسة الرياضية يجب إن تكون العلاقة بين ما ينفذ بالفعل من أعباء بدنية وعصبية إثناء عمليات التدريب الرياضي المستمرة هي ترجمة حقيقية لما يحدث إثناء المنافسة كما إن التطوير الدائم لهذه المتطلبات والأعباء البدنية والعصبية هي المؤشر لما يمكن تحقيقه من نتائج إثثناء المنافسات الرياضية"

5-الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

1- التمرينات العقلية المقترحة ضرورية لتعبئة الطاقة النفسية لغرض رفع مستوى اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين .

2- الطاقة النفسية وتعبئتها سواء في التدريب او المنافسة ضرورية لنجاح التدريب وتحقيق الفوز بالمنافسات.

5-2 التوصيات:

1- ضرورة اعتماد التمرينات العقلية المقترحة لتعبئة الطاقة النفسية كونها تساعد رفع مستوى اداء بعض المهارات الدفاعية بكرة السلة للمتقدمين .

2- التأكيد بالاستعانة بالطاقة النفسية وتعبئتها سواء في التدريب او المنافسة ضرورية لنجاح التدريب وتحقيق الفوز بالمنافسات

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في اللاعبين الشباب بكرة السلة لنادي الميناء الرياضي

تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

نداء يوسف مهنا ywsfnda297@gmail.com

References

- Al-Ani, M. A. S. (2011). The effect of a proposed training program for some physical and skill abilities in basketball for young players: Master's thesis. *College of Physical Education, University of Baghdad*.
- Alawi, M. M. (2006). *Psychology of Training and Sports Competition* (p. 143). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Al-Takriti, W. Y., & Al-Ubaidi, H. M. (1999). *Statistical Applications and the Use of Computers in Physical Education Research* (p. 88). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Hamdy, A., & Yasser, A. A. (1997). *Sports Training, Ideas and Theories* (p. 29). Zagazig University.
- Hoshyar, A. R. M. (2010). Mobilization of psychological energy and physical self-concept and their relationship to the skill of defending the field in volleyball. *Journal of Physical Education Sciences*, 3(2), 266.
- Khalaf, F. A. Z. (2021). *The effect of individual defensive exercises in developing some defensive situations in youth basketball* [Doctoral thesis]. University of Basra.
- Khasky, A. D., & Smith, J. C. (1999). Stress, relaxation states, and creativity. *Perceptual and Motor Skills*, 88(2), 409–416.
- Makki, B. H. (2024). The effect of brainstorming strategy (by simile method) on learning some types of shooting Basketball for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.684>
- 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). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Muhammad, A.-G. O. (1994). *Motor learning and sports training: Vol. 2nd edition* (Dar Al-Qalam for Publishing and Distribution, Ed.). <https://www.iraqnla.gov.iq/opac/index.php?q>
- Muhammad, L. H., & ahmeed Abdulaziz, K. (2016). The effect of cooperative learning complementary and peers in learning and developing some technical skills and in badminton. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 48, 11–30. <https://www.iasj.net/iasj/article/112903>

- Osama, K. R. (2004). *Psychological Skills Training: Applications in the Sports Field* (2nd ed, p. 85). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Osama, K. R. (2006). *Psychological preparation for adolescents* (p. 47). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Samir, S. (1984). *Psychology in Our Daily Life* (p. 80). Anglo–Egyptian Press.
- Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>

ملحق (1) برمجة التمرينات

الشدة : 70%

الأسبوع : الأول

الزمن : 45-47 دقيقة

الوحدة التدريبية : 1-2-3

ت	التمرينات المقترحة	الحجم التدريبي	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجاميع	الملاحظات
1	اداء الدفاع ضد لاعبين	2×10	رجوع النبض 130-120 ض/د	رجوع النبض 120-110 ض/د	
2	محاولة قطع الكرة من ثلاث لاعبين	3×10			
3	منع التصويب من لاعبين بالتهديف السلمي	3×10			
4	محاولة قطع المناولة بين لاعبين	3×10			
5	عرقه المناولة ومنع التصويب من قبل مدافعين	3×15			



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



A rehabilitation approach for partial rupture of the tendon of the biceps brachii muscle and its effect on the ranges of motion of the shoulder joint for individual sports players

Zahraa Tahseen Muhammad ¹  
University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Luay kadhem mohammed ²  

Article information

Article history:

Received 21/6/2024

Accepted 30/6/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

rehabilitation approach, partial rupture, biceps brachii tendon, individual games, ranges of motion

Abstract

The aim of the research is to identify the effect of the rehabilitation approach for partial rupture of the biceps brachii tendon and its effect on the ranges of motion of the shoulder joint for individual game players. The researchers used the experimental approach as it suits solving the research problem. The research sample was those injured with (partial rupture of the biceps brachii tendon) in the clubs of Basra Governorate. The researchers concluded that there is a positive effect of the rehabilitation approach for partial rupture of the biceps brachii tendon on the ranges of motion of the shoulder joint for individual game players. The researchers also recommended adopting rehabilitation exercises, therapeutic methods and tools as an alternative to surgical operations and for partial rupture of the biceps brachii tendon and avoiding what risks it.



website





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



منهج تأهيلي للتمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية وأثره على المديات الحركية لمفصل الكتف للاعبين الالعاب الفردية

لؤي كاظم محمد²  

زهراء تحسين محمد جاسم¹  
جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,1}

المخلص

هدف البحث اعداد منهج تأهيلي لتأهيل المصابين بإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية واستعمل الباحثان المنهج التجريبي نظراً لملائمته طبيعة ومشكلة البحث مستعينين بإحدى صور التصميمات التجريبية المعروفة باسم (تصميم القياس القبلي والبعدي) للمجموعة واحده و وكانت عينة البحث هم لاعبي العاب المضرب عددهم (5) لاعبين يمثلون اندية محافظة البصرة و استنتجنا ان استخدام العلاج الطبيعي و التمارين التأهيلية اعطى محصلة كبيرة في التأهيل وكذلك أوصى الباحثان ضرورة استخدام الاختبارات التي تم اعدادها في قياس القدرات البدنية (تحمل القوة المميزة بالسرعة) لإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/6/21

القبول : 2024/6/30

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

العلاج الطبيعي، منهج تأهيلي، التمزق الجزئي ،
العضلة ذات الراسين العضدية، الألعاب الفردية،
المديات الحركية

1.التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

ان الاصابات الرياضية (اصابات الملاعب) لها اسباب وتختلف باختلاف نوع الرياضة سواء كانت فردية ام جماعية كما تختلف باختلاف طبيعة اداء اللعبة وأهمية المنافسة وتبعاً لكفاءة اللاعب البدنية او لتدريب الخاطئ غير المدروس ، وعدم اهتمام بالأحماء ، وقد يكون عدم تكامل تدريب جميع المجموعات العضلية المشتركة في الاداء ... وغيرها ، وعليه يجب ان يكون بالمقابل هناك برامج تأهيلية علمية مدروسة وتمارين بدنية شاملة لتطوير القدرات العضلية واللياقة البدنية والحركات التوافقية فضلاً عن الفاعلية الوظيفية لأجهزة الجسم وان يخضع لتقييماً مستمراً للوصول الى برامج منظمة تفي بالغرض والحاجة اليها . إذ يتعرض الجهاز الحركي في جسمه إلى الكثير من الجهد، وعلى وجه التحديد الجهد العالي الواقع على المكونات العضلية للأطراف العليا والسفلى(Yissen & jabber Abdullah, 2024)، وكذلك المفاصل الموجودة فيها، فمن البديهي ان الزيادة في نسبة أداء الفعاليات الحركية، والإجهاد تزيد من احتمالات حدوث الإصابات في هذا المفصل أو ذاك.(Yaseen, 2024)

ومن هنا جاءت أهمية البحث حيث تقترح الباحثة تمارين تأهيلية مع بعض وسائل العلاج الطبيعي لغرض تأهيل اصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية وأعاده المدى الحركي والعضلات العاملة حول مفصل الكتف للاعبين المصابين في الألعاب الفردية لتسهيل مهمة رجوعهم الى مزاولة رياضتهم المفضلة.

1-2مشكلة البحث

يتعرض الكثير من الرياضيين بغض النظر عن نوع العبة الى كثير من الاصابات. ولأسباب عديدة ومتنوعة . وتختلف طرق العلاج و التأهيل تبعاً لشدة الإصابة .حيث ان لا تكتمل نجاحات المناهج التأهيلية بالعودة السريعة الى ميادين المنافسة فحسب ولكنها تتمحور وبشكل عميق لمنع تكرار الإصابة وضمان الأداء بالشكل الأفضل. لذلك قام الباحثان بأعداد منهج لتأهيل إصابات التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية، مراعيين في ذلك شدة الإصابة ، لضمان الشفاء بأسرع وقت ممكن والتقليل من احتمال تكرار الإصابة مستقبلاً. لذا ارتأوا الباحثان دراسة هذه الحالة ووضع الحلول المناسبة لها بواسطة اعداد منهج تأهيلي .

1-3 هدف البحث

- 1- وضع تمارين تأهيلية لأصابه التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية.
- 2- التعرف على تأثير المنهج التأهيلي للتمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية و اثره في المديات الحركية لمفصل الكتف للاعبين الالعب الفردية.

1-4 فرض البحث

- 1- هنالك تأثير إيجابي للمنهج التأهيلي لتأهيل إصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية .

1-5 مجالات البحث

- 1- المجال البشري : عينة من المصابين بإصابة (التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية) في اندية محافظة البصرة

- 2- المجال الزمني : 2023/10/1 - 2024/6/3

- 3- المجال المكاني :بعض اندية محافظة البصرة والقاعات التخصصية الخاصة

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث

نظرا لطبيعة المشكلة فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي كونه يلائم حلحلة مشكلة البحث فالمنهج "هو الطريقة التي ينتهجها الفرد حتى يصل إلى هدف معين" (Khataiba, 1997)

3-2 عينة البحث: قام الباحثان بمتابعة (الأطباء الاختصاص في علاج المفاصل والاصابات الرياضية ومراكز العلاج الطبيعي و مصابي الاندية) في محافظة البصرة لجمع أفراد العينة وبلغ عدد افراد عينة البحث (5) لاعبين ثم اجرا الباحثان التجانس بينهم في (الطول، الوزن، العمر الزمني، العمر التدريبي، طول الذراع) والجدول (1) يبين التجانس.

المتغيرات	وحدة القياس	وسط الحسابي	وسيط	المنوال	الانحراف المعياري	معامل الالتواء $3\pm$	نوع التوزيع
العمر	سنة	19.8	20	19	0.836	-0.717	طبيعي
الوزن	كغم	62	63	60	1.870	-1.604	طبيعي
الطول	سم	173.6	174	174	1.140	-1.052	طبيعي
العمر التدريبي	سنه	9.8	10	9	0.837	-0.716	طبيعي
طول الذراع	سم	76.2	76	76	0.836	0.717	طبيعي

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

سرير طبي، ميزان طبي، شريط قياس الطول، ساعة توقيت، أشرطة مطاطية (مفتوحة ،مغلقة)، مضرب تنس ، المصادر والمراجع، الاختبارات والقياس المستخدمة، المقابلات الشخصية مع (الخبراء الأكاديميين ، المدربين ، الاطباء).

3-4 الاختبارات والقياس المستعملة في البحث :

1- اختبار وقياس زوايا المديات الحركية لمفصل الكتف:

-أسم الاختبار : لوحة قياس **Goniometer** (Abbas, 2010)

- الغرض من الاختبار : قياس المدى الحركي لمفصل الكتف بالاتجاهات التالية (الثني .المد .الابعاد .الدوران للداخل .

الدوران للخارج)

3-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان في إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم (السبت) المصادف (2024/2/25) تمام الساعة (4) عصرا في مركز العمران لتهيئة الظروف للاختبار والقياس القبلي لأفراد عينة البحث وكذلك تهيئة الاجهزة والادوات التي ستستخدم في تطبيق المنهاج المقترح، كما تم التداول مع الكادر المساعد عن كيفية اجراء وحدة تأهيلية لبيان مفردات طبيعة التطبيق للكادر المساعد والعينة ايضا. وفي يوم (الاحد) المصادف (2024/2/26) في تمام الساعة (4) عصرا تم الشروع بإجراء الاختبارات والقياس القبلي لأفراد عينة البحث لكل من المديات الحركية .

3-6 الاختبارات القبليّة:

بعد أن أجرا الباحثان التجربة الاستطلاعية الأولى و الثانية والاتفاق مع الكادر المساعد على متطلبات الاختبارات القبليّة في يوم (الاحد) المصادف (2024/1/21) في تمام الساعة (10) صباحا في مجمع (بانثر جم) تم الشروع بإجراء الاختبارات

والقياس القبلية لأفراد عينة البحث لكل من المديات الحركية و لوتر العضلة ذات الراسين العضدية لمفصل الكتف وتم تدوين البيانات الخام لكي يتم معالجتها إحصائياً.

3-7 التجربة الرئيسية:

بعد إتمام الاختبارات والقياس لمفصل الكتف المصابة لأفراد عينة البحث بأشرا الباحثان بتطبيق أول وحدة تأهيلية من المنهاج المقترح من قبلهم في يوم (الاحد) المصادف (2024/3/3) في تمام الساعة (4:00) إلى آخر وحدة تأهيلية في يوم (2023/4/29) المصادف (الاثنين) في تمام الساعة (4:00).

حيث قام الباحثان بأعداد منهج تأهيلي مرافق لعمل اجهزة العلاج الكهربائية و التي تتضمن جهاز الليزر وجهاز الأمواج فوق الصوتية و جهاز التنس لتسخين مفصل الكتف وذلك من خلال استخدام الأمواج فوق الصوتية حيث كان زمن العلاج فيها (5) دقائق ويكون زمن العلاج بجهاز التحفيز الكهربائي (5) دقائق وجهاز الليزر (10) دقائق وذلك بحسب تعليمات المعالجين العلاج الطبيعيين في المركز التخصصي للطب الرياضي والعلاج الطبيعي وتختفص المدة تدريجيا عند التقدم في الوحدات، كما اشتمل المنهاج التأهيلي على تمارين بدنية خاصة بتأهيل إصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية والتي هي عبارة عن تمارين سلبية و تمارين إيجابية و تمارين بدون وزن و تمارين باستعمال وزن الجسم و تمارين باستعمال اشربة مطاطية و تمارين باستعمال اثقال بأوزان تتراوح بين (2/1 الى 3 كيلو غرام) كغم.

ان الغاية من هذه التمارين هي تقوية العضلات الداعمة لمفصل الكتف فضلا عن زيادة المدى الحركي والمحاولة في ارجاع مدى حركة المفصل الى المدى الحركي الطبيعي له وفي اتجاهات الحركة كلها. كما اشتمل المنهاج التأهيلي على (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تأهيلية في الأسبوع الواحد والتي تكون في أيام (الاحد ، الثلاثاء ، الخميس) ما يعادل (24) وحدة تأهيلية أتبع الباحثان فيها اسلوب التدرج في شدة الحمل البدني والتدرج في صعوبة اداء التمارين من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المعقد حيث تم البدء باستعمال التمارين السلبية في بداية كل وحدة تأهيلية (تمرين الرفع والخفض وتمرين التبعيد والتقريب) وبحسب زوايا تحدد كل مريض يأتي بعدها تمرين بالاشربة المطاطية فضلا عن استخدام الدام بلص بوزن من (2/1 الى 3 كيلو غرام) والتدوير بمقود جهاز التأهيل حيث شمل التدوير على (تمرين التدوير باتجاه عقارب الساعة وتمرين التدوير بعكس اتجاه عقارب الساعة).

وتكون البرنامج التأهيلي من (8) أسابيع مقسمة على ثلاث مراحل هي:

1-المرحلة الأولى: تتكون المرحلة الأولى من (3) أسابيع يكون في كل أسبوع ثلاث وحدات تأهيلية، استخدم الباحثان في هذه المرحلة تمارين التقلص الثابت والمرونة لإعادة المدى الحركي الطبيعي لمفصل الكتف وكذلك أجهزة التحفيز والموجات فوق الصوتية و الليزر.

2- المرحلة الثانية: تتكون المرحلة الثانية من (3) أسابيع يكون في كل أسبوع منها (3) وحدات تأهيلية في هذه المرحلة تم استخدام التمارين الثابتة والمرونة والمتحركة فضلا عن الأثقال بوزن (2\1 - 3 كيلو غرام) وكذلك أشربة المطاط المغلقة والمفتوحة بالتدرج وكل حسب ما مؤشر وكذلك تم استخدام جهاز التحفيز الكهربائي والموجات فوق الصوتية الليزر.

3-المرحلة الثالثة : تتكون هذه المرحلة من أسبوعين وفي كل أسبوع (4) وحدات فيها تمارين الأداء الفني للعبة الريشة الطائرة و الرمح تم اعدادها من قبل الباحثان وتنفيذها بواسطة المدرب لعينة البحث وبإشراف مباشر من الباحثان للحفاظ على انسيابية تطبيق الوحدات المكمل للبرنامج التأهيلي وتجنب وقوع الأخطاء وحدوث الإصابات مرة أخرى، وفي هذه المرحلة لم يُستخدم الأجهزة الخاصة بالعلاج الطبيعي وتم استخدام تمارين مرونة العضلات و تمارين الاحماء و التمارين البدنية.

3-8 الاختبارات البعدية

قام الباحثان بأجراء الاختبارات البعدية على افراد عينة البحث بعد انتهاء المدة المحددة للمنهاج المقترح في يوم الخميس المصادف (2042/5/2) في تمام الساعة (10) صباحا في مجمع (بانثر جم) وبنفس الظروف المكانية والزمانية التي اجريت فيها الاختبارات القبلية وذلك حرصا من الباحثة للوصول الى بيانات دقيقة لكي يتم معالجتها إحصائيا.

3-8 الوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث:

(الوسط الحسابي ، وسيط، المنوال ، الانحراف المعياري، T-Test)

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-

4-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار Goniometerr القبلية والبعدية للمدى الحركي للكتف المصاب لدى عينة البحث

جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة والقيمة الاحتمالية والدلالة و نسبة التطور لنتائج قياس المدى الحركي القبلية والبعدية لمفصل الكتف المصاب

ت	المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الخطأ المعياري	قيمة T المحسوبة	القيمة الاحتمالية	الدلالة	نسبة التطور
			الوس ط الحس ابي	الان حرا ف المع يار ي	الوس ط الحس ابي	الان حرا ف المع يار ي					
1	ثني للأمام	الدرجة	130.200	1.483	179.600	0.547	0.812	60.807	0.000	معنوي	27.505
2	الابعاد	الدرجة	102.000	4.690	179.600	6.516	1.887	41.128	0.000	معنوي	43.207
3	المد للخلف	الدرجة	20.200	1.643	44.600	0.547	0.600	40.667	0.000	معنوي	54.708
4	الدوران للداخل	الدرجة	44.000	1.000	89.600	2.547	0.600	76.000	0.000	معنوي	150.892
5	الدوران للخارج	الدرجة	36.600	1.516	89.800	3.447	0.800	66.500	0.000	معنوي	59.242

يبين الجدول (2) ان الوسط الحسابي لمتغير (ثني للأمام) لمفصل الكتف المصابة في القياسات القبلية هو (130.200) وبلغ الوسط الحسابي في القياسات البعدية (179.600) وان الانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدية بالتتالي بلغت قيمته (1.483) و(0.547) وقد بلغت قيمة الخطأ المعياري (0.812) وأما (T) المحسوبة قيمتها (60.807) في حين بلغت القيمة الاحتمالية (0.000) وقد كانت نسبة الدلالة (معنوي) في حين بلغت نسبة التطور (27.505)، اما متغير (الابعاد) قد بلغت قيمة الوسط الحسابي في القياسات القبلية (102.000) وان الوسط الحسابي في القياسات البعدية بلغت قيمته (179.600) والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدية بالتتالي بلغت قيمته (4.690) و(6.516) وان الخطأ المعياري بلغت قيمته (1.887) واما (T) المحسوبة قيمتها (41.128) في حين بلغت القيمة الاحتمالية (0.000) وكانت

نسبة الدلالة (معنوي) في حين بلغت نسبة التطور (43.207)، واما متغير (المد للخلف) قد بلغت قيمة الوسط الحسابي في القياسات القبلية (20.200) وان الوسط الحسابي في القياسات البعدية بلغت قيمته (44.600) والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدية بالتتالي بلغت قيمته (1.643) و (0.547) وان الخطأ المعياري بلغت قيمته (0.600) واما (T) المحسوبة قيمتها (40.667) في حين بلغت القيمة الاحتمالية (0.000) وكانت نسبة الدلالة (معنوي) في حين بلغت نسبة التطور (54.708)، وأما متغير (الدوران للدخل) قد بلغت قيمة الوسط الحسابي في القياسات القبلية (44.000) وان الوسط الحسابي في القياسات البعدية بلغت قيمته (89.600) والانحراف المعياري في القياسات القبلية والبعدية على التوالي بلغت قيمته (1.000) و (2.547) وان الخطأ المعياري بلغت قيمته (0.600) واما (T) المحسوبة قيمتها (76.000) في حين بلغت القيمة الاحتمالية (0.000) وكانت نسبة الدلالة (معنوي) في حين بلغت نسبة التطور (150.892) .

مناقشة النتائج :

من خلال الجدول (2) يتبين ان هنالك فروقاً معنوية في الاختبارات القبلية والبعدية لكل من المتغيرات (ثني للأمام. الابعاد. المد للخلف. الدوران للدخل. الدوران للخارج) التي تم قياسها للكتف المصاب لإفراد عينة البحث ولصالح الاختبارات البعدية ، ويرى الباحثان من خلال الاوساط الحسابية البعدية والخطأ المعياري والقيمة الاحتمالية ونسبت التطور أن التحسن في المديات الحركية الحاصل للحالة التمزق الجزئي (لوتر العضلة العضدية ذات الراس الطويل) جاء على غرار الرصانة العلمية للبرنامج التأهيلي المقترح وتطبيق الباحثان بشكل دقيق أزاء الوحدات التأهيلية وكيفية التعامل مع المديات الحركية لمفصل الكتف المصابة من حيث مراعاة التدرج والتموج في استخدام التمرينات ومن السهل الى الأصعب بقليل ، أذ يتفق الباحثان مع دراسة (Taleb, 2019) من اهم الاسباب في حدوث هذا التطور هو مراعاة المديات الحركية والقوة للمفصل بشكل مشابه وتدرجي للحركة الطبيعية وذلك من خلال وضع تمرينات مبنية على اسس علمية تتناسب المديات الحركية والقوة وطبيعة العضلات العاملة على المفصل وتأثيرها الميكانيكي (Mazurek et al., 2024) ان تمرينات الاطالة تساعد على زيادة عدد الشعيرات الدموية وزيادة بمقدار كمية الدم المدفوعة وبذلك تحدث اطالة للعضلات حيث قام الباحثان باستهلال الوحدات التأهيلية الاولى معتمدين تمرينات المرونة الثابتة ولأزمان وتكرارات مختلفة حسب نوع التمرين ليتماشى مع الحالة الراهنة للمفصل المصاب أخذوا بنظر الاعتبار الألم كمؤشر للتوقف عن التمرين او تغييره ، ويرى (Hamada, 1998) ان المدى الذي يصل اليه المفصل في الحركة ثم الثبات فيه هو اسرع طريقة لتنمية المرونة نظراً لأنها تحقق اقوى وأطول توتر عضلي في أنواع الأطالات" ويشير (Abu Al-Ela & Nasr El-Din, 1993) اذ ادت التمرينات التأهيلية الى زيادة مرونة المفصل من خلال زيادة المدى الحركي للمفصل ، فضلاً عن انها ترتبط بخصائص الجهاز الحركي (البنائية والوظيفية) وترتبط بطبيعة المفاصل والأوتار والأربطة والمحفظة الزلالية المحيطة بها أي انها تتأثر بحالة المفصل التشريحي وحالة العضلات العامة. (Hamad et al., 2022)

5-الاستنتاجات والتوصيات:

5-1الاستنتاجات

1- هناك تأثير ايجابي للمنهج التأهيلي للتمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية في المديات الحركية لمفصل الكتف للاعبين الالعاب الفردية.

2- إن التمارين العلاجية والوسائل الطبية أسهمت في إعادة المدى الحركي لأفراد عينة البحث .

5-2التوصيات

1- يجب استشارة الطبيب الاختصاصي في نوع الإصابة واتباع الارشادات والتوجيهات الطبية، ذلك يسهم في اختصار الوقت والجهد للوصول إلى شفاء الإصابة .

2- اعتماد تمارين التأهيلية والوسائل العلاجية والأدوات كبديل لإجراء العمليات الجراحية ولصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية والابتعاد عما خاطرها .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في المصابين بإصابة (التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية) في
اندية محافظه البصرة

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

زهراء تحسين محمد <https://orcid.org/0009-0009-5029-4012>

References

- Abbas, I. N. (2010). The effect of circuit training on developing some elements of physical and physiological fitness among youth tennis players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 26(2), 20–50. <https://www.iasj.net/iasj/article/53686>
- Abu Al-Ela, A. A. F., & Nasr El-Din, R. (1993). *Physiology of Physical Fitness: Vol. 1st edition* (Dar Al-Fikr Al-Arabi, Ed.). http://www.drantably.online/2020/04/drhamada.books_95.html
- Hamad, S. H., Ali, B. A., & Sabbar, Hassan Jijan. (2022). The effect of arm coordination exercises on some mental abilities and performance of offensive foil skills in fencing. *Sohag Journal for Young Researchers*, 2(4), 59–64.
- Hamada, M. I. (1998). *Modern sports training – planning, application and leadership* (1st edition, p. 36). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Khataiba, A. (1997). Contemporary curricula in physical education. *Amman: Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution*.
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>
- Taleb, M. A. (2019). *The effect of rehabilitation exercises using laser and electrical muscle stimulation devices in rehabilitating carpal tunnel syndrome in young boxers* [Master's thesis]. University of Karbala.
- Yaseen, S. T. (2024). Rehabilitation program for partial rupture of the biceps tendon in injured team sports players. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 690–703. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.777>
- Yissen, B. N., & jabber Abdullah, S. (2024). The effect of a rehabilitation curriculum for fencers with partial tears The lateral deltoid ligament and its effect on balance using the manufactured device. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.679>

ملحق (1)

التأريخ: 2024/3/3
 زمن الوحدة: (40 - 45) د
 الاسبوع : الاول
 اليوم : الاحد
 هدف الوحدة: تأهيل التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية و اعادة المدى الحركي

الوحدة : (1)

الاسبوع	ت-التمرين	التكرار	الزمن التقريبي	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	الزمن الكلي
الاول	T.N.E.S		10			
	Laser		10			
	Us		5			
	1	2	25 ثا	30 ثا	1 د	
	2	2	30 ثا	30 ثا	1 د	
	6	3	30 ثا	30 ثا	1 د	
	7	3	25 ثا	30 ثا	1.30 د	
	5	3	40 ثا	30 ثا	—	
المجموع			31.35 د	4 د	4.30 د	40.5 د



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Designing Strategic Programs of Handball Clubs for the Central Euphrates City of Iraq

Hasan Hadi Hashim¹ ✉ Farzam Farzan² ✉ Saeid Tabesh³ ✉

Mazandaran University / Faculty of Physical Education and Sports Sciences^{1,2,3}

Article information

Article history:

Received 9/11/2024

Accepted 24/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Club, Handball development, Strategy,
Iraq, Finance



Abstract

the main goal of the current research is to design strategic plans for handball clubs in the Middle East. This qualitative research was conducted with a phenomenological approach. The research community includes: professors and members of specialized university faculty, presidents and vice presidents of sports organizations, managers, experts of Iraqi physical education and handball sports departments. The sampling method was purposeful and finally 20 people were selected from the mentioned society. The results of this research show that the integration and coordination between financial perspectives, customers, growth and learning, environment and society, internal processes and employee satisfaction, allows managers of Iraqi Euphrates handball clubs to respond to existing challenges and opportunities with a comprehensive and strategic approach. Paying attention to the needs and expectations of the fans, improving the quality of services and creating an innovative culture along with the effective management of financial and human resources leads to increasing loyalty, attracting investors and improving the overall performance of handball clubs in the Euphrates of Iraq. Also, this research emphasizes the importance of these dimensions in order to achieve sustainable and distinct successes in the competitive world of sports and invites managers to adopt comprehensive and integrated strategies.

1. Research Definition

1. Introduction and Importance of Research

Considering the concept of strategic management and the important role it can play in sports organizations, especially sports federations and sports trustees, in order to achieve goals, especially in providing health and well-being of people in society, the growth and spread of sports and professional promotion, we can understand the necessity of using it. (Čater & Pučko, 2010) this will not be realized unless planning becomes part of the culture of sports organizations and federations. Sports federations are responsible for promoting, improving the health and well-being of people in society, in fact, they act as the driving force of society in the process of health development, and in the light of having superior sports authority, they are in charge of this important task in the country (HEMMONSBEY & TICHAAWA, 2019)

According to their goals, missions and special functions, sports federations have found a special position in the realization of sports growth and promotion programs and at this point in time, on the one hand, due to population growth, increasing demand for service supply, increasing international competition and decreasing government financial support (Shehab et al., 2022). On the other hand, foresight and the necessity of strategic thinking in order to achieve long-term goals are discussed in these organizations (Ibrahim et al., 2022) In addition, sports organizations used purposeful management based on strategic planning to accomplish their missions and achieve their goals and missions so that they succeeded in achieving their goals and missions in championship sports and providing the necessary resources (Ahmed Ameen Altaee, 2023). In this field, (Avgerinou et al., 2017) have stated in their research that if sports managers want to create a competitive advantage in the complex business environment of sports and gain its benefits, they should force to achieve a strategic planning for the sports department through the analysis of various factors (internal and external) and to implement and evaluate it. (András & Havran, 2015) have shown in their research that many changes in international sports over the past 10–15 years have had a significant impact on the success of some clubs; Among these changes, we can mention income, balance of transfers and financial and sports successes. Also, in their research, (Ferkins & Shilbury, 2010) considered achieving great success under the umbrella of long-term plans, taking into account all aspects of the organization and they believe that without having a vision, goals and long-term plans, sports organizations should not expect any success at different local, national and regional levels. In addition, (Kartakoullis et al., 2013) have also shown in their research that sports clubs need to manage strategic resources that are

systematically planned, implemented and evaluated. (Tjønndal, 2016) found in his research that sports organizations are adapted, renewed and developed through creative and new ideas. In other words, modern sport is formed and improved through strategy, strategic management and innovation.

The Middle Euphrates Province is a geographical region located south of Baghdad in the Euphrates River basin. It is considered the most fertile area of Iraq. The Middle Euphrates Province includes the governorates of Najaf, Karbala, Diwaniyah, Babil, and Muthanna. This region is one of the oldest areas where civilization emerged in the world, as it witnessed the rise of Sumerian city-states around 6000 BC. Its area is 98,870 square kilometers, and its population is approximately 8 million people.

In connection with the sports history of handball in Iraq, it should be acknowledged; The country of Iraq became a member of the International Handball Federation in 1976 and since the first Asian Games (1977–Kuwait), has had a continuous presence in sports competitions and events, the country of Iraq ranks 69th among the countries of the world and 9th among Asian countries. It should be kept in mind that the progress of sports at the macro level is dependent on the development of sports disciplines and requires attention to various dimensions that many factors at the macro and micro levels also affect its dissemination and promotion. Based on this government attitude, sports organizations cannot ignore their upstream plans and policies when formulating their long-term plans (Mourao, 2010). The country's sports policies include the structures and procedures of sports organizations, provincial sports plans and strategies, the talent search system, the level of development of educational sports, etc. in all provinces, which can be considered strategic development factors in championship sports (Hussein, 2022). Therefore, there are many conditions and fields that can affect the development of sports; But there is no detailed information in this field for the development of sports and different sports at the level of handball clubs in Iraq and on a smaller scale in Euphrates province. Also, in connection with the research conducted at macro and national levels, regional planning with the aim of developing and reducing disparities between sports fields is considered one of the main concerns of sports managers in developing countries. Considering that the goal of balanced and balanced development is to create the best conditions and facilities for the development of all regions of the country, in regional and provincial planning, it is very necessary to identify the development position of regions and provinces in Iraq in relation to each other. In order to develop

sports and physical education in the society, especially in handball, there is a need to accurately identify the current situation and provide appropriate strategies to improve it. Therefore, it is necessary to investigate the internal and external factors of handball in the development of sports clubs in Wasit province by conducting scientific research, and using the opinions of experts, experts and specialists who are considered experts in the society, a strategic plan and a suitable model for its implementation will be presented. with the hope that the results obtained from it can be used and help to increase the productivity of handball clubs, improve the quality and quantity of handball and increase the desire and tendency of young people to play handball, Therefore, the main goal of this research is to design a strategic plan for handball clubs in Wasit province.

Statement of the Problem

Given the concept of strategic management and the significant role it can play in sports organizations, particularly in sports federations and sports authorities, in achieving objectives such as promoting public health and well-being, fostering the growth and spread of sports, and enhancing professionalism, its necessity becomes evident (Čater & Pučko, 2010) This, however, cannot be achieved unless planning becomes part of the organizational culture of sports federations. Sports federations are tasked with promoting and improving the health and well-being of society. In fact, they act as the driving force in the process of health development and, by leveraging superior sports authority, take command of this important mission at the national level (HEMMONSBEY & TICHAAWA, 2019)

(Karim & Al-Diwan, 2024) referenced Daft's statement on the concept of a large organization managed with administrative scientific thinking. They also cited Trevor Slack's statement, which defined a sports organization as one that operates within an administrative system theory, reflecting the extent to which it is engaged in sports management.

Sports federations play a foundational role in the development and advancement of various sports disciplines in clubs and youth centers. This highlights the significant effort invested in preparing these federations to succeed in their missions and achieve capable national teams representing the country in international sports forums. They also face challenges such as reduced government financial support. On the other hand, the necessity of foresight and strategic thinking to achieve long-term objectives in these organizations has become increasingly critical (Ibrahim et al., 2022)

Research objectives

- 1– Identifying the key performance indicators and long-term goals of the clubs of Handball in the Euphrates region.
- 2– Identifying the strategies of the Handball clubs in the Euphrates region from the perspective of internal processes.
- 3– Identifying the strategies of the Handball clubs in the Euphrates region from a financial perspective.
- 4– Identifying the strategies of the Handball clubs in the Euphrates region from the perspective of the customer.
- 5– Identifying the strategies of the Handball clubs in the Euphrates region from the perspective of employee satisfaction.
- 6– Identifying the strategies of the Handball clubs in the Euphrates region from the perspective of the environment and society (communications).
- 7– Identifying the strategies of the Handball clubs in the Euphrates region from the perspective of learning and growth.
- 8– Determining the strategic priorities of the Handball clubs in the Euphrates region of Iraq.
- 9– Mapping the strategic roadmap of the Handball clubs in the Euphrates region based on the Balanced Scorecard (BSC).

Scope of the Research:

Spatially limited:

This research was conducted in terms of location at handball clubs in the Al-Furat Al-Awsat province in Iraq.

limited in time:

This research began in Bahman (January 2024) and was completed in Shahrivar (September 2024).

Thematic scope:

The subject of the current research was the design of a strategic program for the handball clubs of the Central Euphrates region.

Definition of terms and research terminology.

strategy:

Strategy or approach refers to comprehensive and forward-looking plans for interacting with the competitive environment, with the goal of optimizing the achievement of organizational objectives. This plan acts as a kind of organizational playbook, which, although it does not precisely define all future human, financial, and material needs, provides a framework for decision-making and offers information on how to compete with others, when and where to do so, and the related goals (Abdulrahman et al., 2020)

Strategic Plan:

Planning is the process of envisioning and visualizing a desired future, along with selecting the necessary tools or steps to achieve it. Strategic planning refers to choosing these tools and steps to reach the short-term, medium-term, and long-term goals of an organization. This type of planning is a vital tool for businesses, as it provides measurable goals that assist organizations in daily decision-making and guide their path.

Approach Bsc:

The BSC model, as a strategic management tool, helps organizations assess their performance from various perspectives (Kaplan, 2009). This model includes six key perspectives: financial, customer, internal processes, employee satisfaction, communications, and learning. Each of these perspectives addresses specific dimensions of organizational performance (Ahmed Obaid et al., 2024). Specifically, the financial perspective focuses on profitability and return on investment, while the customer perspective deals with understanding customer needs and satisfaction. The communications perspective evaluates the quality of internal interactions, and the internal processes perspective focuses on the efficiency and effectiveness of operations. Additionally, the employee satisfaction perspective emphasizes motivation and employee retention, while the learning perspective highlights innovation and skill development.

Handball:

Handball is an exciting and competitive team sport in which two teams, each consisting of twelve players, participate. Out of these twelve players, seven are on the playing field, and one of them serves as the goalkeeper, positioned in front of their own goal to prevent the ball from entering. The main objective of the players in handball is to score points by placing the ball in the opponent's goal. This sport requires not only individual and technical skills but also emphasizes the importance of teamwork and coordination.

Materials and methods

In terms of exploratory–applied purpose, the present research is part of descriptive–survey research in terms of implementation method; that data collection was done in the field and qualitatively, This research intends to help the strategic plans of the handball clubs of Euphrates province through scientific methods, by examining the current situation, drawing the desired situation and formulating a strategic plan according to the six aspects of the balanced score card in the long term.

The research community was consisted of professors and academic faculty members, presidents and vice presidents of Iraqi handball teams, managers, senior experts of physical education and sports departments, Iraqi handball sports managers. The selection of the number of experts in this section is according to the nature of the subject, until the maximum information can be reached as the end point or theoretical saturation. Finally, the number of 20 people who were determined and interviewed through the snowball technique, theoretical saturation was achieved.

At first, vision, mission, organizational slogan, key performance indicators and strategies of Euphrates handball clubs from the review of genuine documents, background literature and opinions of council members (using the balanced scorecard method of strategies in financial, customer, environment and society perspectives, internal processes, employee satisfaction and learning) was developed using the qualitative research method of database in three stages of primary coding, central coding and selective coding. Also, in connection with the validity of the research, four criteria of acceptability, transferability, verifiability and reliability were examined and confirmed in the current research; At the end of the three stages of coding, the layers of the final research model were presented with the help of MAXQDA–2020 software.

Results

In this section, we have first reported the descriptive findings. In Table 1, the demographic information of the interviewees is shown in the qualitative stage.

TABLE 1, DEMOGRAPHIC INFORMATION OF THE INTERVIEWEES			
Interview number	Sexuality	Post	Activity record
1	Male	University professor and handball coach	21 years
2	Male	University professor of sports science	18 years
3	Male	University professor of sports science	9 years

4	Male	University professor of sports science	12 years
5	Male	University professor of sports science	14 years
6	Male	University professor of sports science	15 years
7	Male	University professor of sports science	10 years
8	Male	University professor of sports science	12 years
9	Male	University professor and handball referee	19 years
10	Male	University professor of sports science	25 years
11	Male	University professor of sports science	20 years
12	Male	University professor of sports science	17 years
13	Male	Handball referee	21 years
14	Male	Handball referee	18 years
15	Male	Handball Federation Member	15 years
16	Male	Handball Federation Member	10 years
17	Male	Handball coach	12 years
18	Male	Handball Federation Member	19 years
19	Male	Handball Federation Member	25 years
20	Male	Handball teacher	10 years

In the following, the results from the qualitative part of the research are presented. By analyzing the findings obtained from the information of the participants in the research, finally 62 expressions were placed in the form of 6 financial perspectives, customer, employee satisfaction, internal processes, growth and learning, environment and society (communication) (Table 2).

TABLE 2. RESULTS OF FINANCIAL LANDSCAPE COMPONENTS
1. Investigating the current financial situation of handball clubs in the Euphrates of Iraq
2. Identifying the financial goals of Iraqi Euphrates handball clubs
3. Financial strategic planning of Iraqi Euphrates handball clubs
4. Determining financial income from activities such as: financial sponsors and ticket sales
5. Attracting sponsors in holding handball competitions
6. Attracting advertisements in holding handball competitions

7. Determining current and operating expenses related to competitions
8. Examining invoices and financial requirements in paying expenses
9. Optimizing financial costs and eliminating unnecessary costs of handball clubs
10. Reviewing and modifying existing financial processes in order to reduce time and costs

In Table 3, the results of the customer perspective components are shown, which includes a total of 9 terms in this section.

TABLE 3. RESULTS OF CUSTOMER PERSPECTIVE COMPONENTS

1. Checking and identifying current customers of handball clubs such as: fans
2. Examining the patterns of buying tickets for handball competitions and participating in events
3. Measuring the level of fans' satisfaction with handball clubs
4. Identifying the expectations of handball fans
5. Creating a positive and memorable experience to increase fan attendance
6. Providing platforms for fans to interact with the club through social activities
7. Strategic plans to achieve the goals of handball fans
8. Programs to increase fan loyalty such as: discounts, awards and special privileges
9. Creating effective communication channels with fans (such as website, social networks)
10. Improving service delivery to fans

In Table 4, the results of the components of the employees' satisfaction perspective are shown, which includes a total of 11 statements in this section.

TABLE 4. THE RESULTS OF THE COMPONENTS OF EMPLOYEE SATISFACTION

1. Personnel review, including coaches, players, administrative personnel, and volunteer groups
2. Measuring the level of satisfaction and expectations of the club's human resources
3. Investigating and evaluating the values, behaviors and conditions of the working environment in the administrative system of the club
4. Promoting a positive organizational culture to increase the motivation and satisfaction of the club's human resources
5. Holding workshops and training courses to promote teamwork

6. Considering incentive programs for the outstanding performance of the club's human resources
7. Providing educational opportunities to develop personal and professional skills
8. Holding regular meetings to exchange opinions of the club's human resources
9. Ensuring effective and appropriate communication between the club's human resources and the fans
10. Creation of plans to attract the participation of human resources in activities related to fans
11. Encouraging the participation of human resources in training courses related to personal development

In Table 5, the results of internal process components are shown, which includes a total of 12 statements in this section.

TABLE 5. THE RESULTS OF INTERNAL PROCESS COMPONENTS

1. Review and analysis of processes related to the supply of goods and services
2. Review and analysis of the processes related to holding the event
3. Identifying strengths and weaknesses and obstacles in internal processes
4. Collect feedback from key stakeholders including HR and fans
5. Using new technologies to improve processes and reduce costs
6. Using project management techniques in planning
7. Strict monitoring of the implementation of processes
8. Strengthening relationships with suppliers, sponsors and other stakeholders
9. Determining key performance criteria in processes and progress in club goals
10. Training the club's human resources in the use of digital technologies and tools
11. Data collection and analysis in order to identify trends and growth opportunities for the club
12. Clarification of needs and expectations from stakeholders to understand and increase cooperation with the club

In Table 6, the results of the components of the growth and learning perspective are shown, which includes a total of 12 statements in this section.

TABLE 6. RESULTS OF GROWTH AND LEARNING COMPONENTS

1. Investigating and evaluating skill gaps in the club's human resources
2. Examining and evaluating the training needs of the club's human resources
3. Examining the current professional development opportunities of the club's human resources
4. Development of personal and social skills for the overall performance of the club
5. Creating a culture of adaptability and acceptance of changes in the working environment of handball clubs
6. Holding training sessions in the field of change management
7. Increasing the decision-making power of human resources in order to increase responsibility
8. Definition of clear duties and specific responsibilities for the club's human resources
9. Designing continuous training courses to develop specialized and general skills
10. Encouraging human resources to self-centered learning and skill development through educational resources
11. Creating a suitable and free environment for the expression of ideas and feedbacks of human resources

In Table 7, the results of the components of the environment and society (communication) are shown, which includes a total of 8 statements in this section.

TABLE 7. THE RESULTS OF ENVIRONMENT AND SOCIETY COMPONENTS (COMMUNICATION)
<ol style="list-style-type: none"> 1. Investigating and evaluating the club's interaction with the local community, fans and other stakeholders 2. Examining the needs and expectations of the community and stakeholders towards the club 3. Holding joint events with local businesses, such as: various festivals 4. Strengthening and developing relationships with local businesses and supporting the regional economy 5. Collaboration programs with local stores and restaurants in providing discounts to fans 6. Development of social responsibility programs such as: charity activities 7. Creating programs to attract talents and communicate with young people 8. Creating a strong communication team to manage the club's public relations

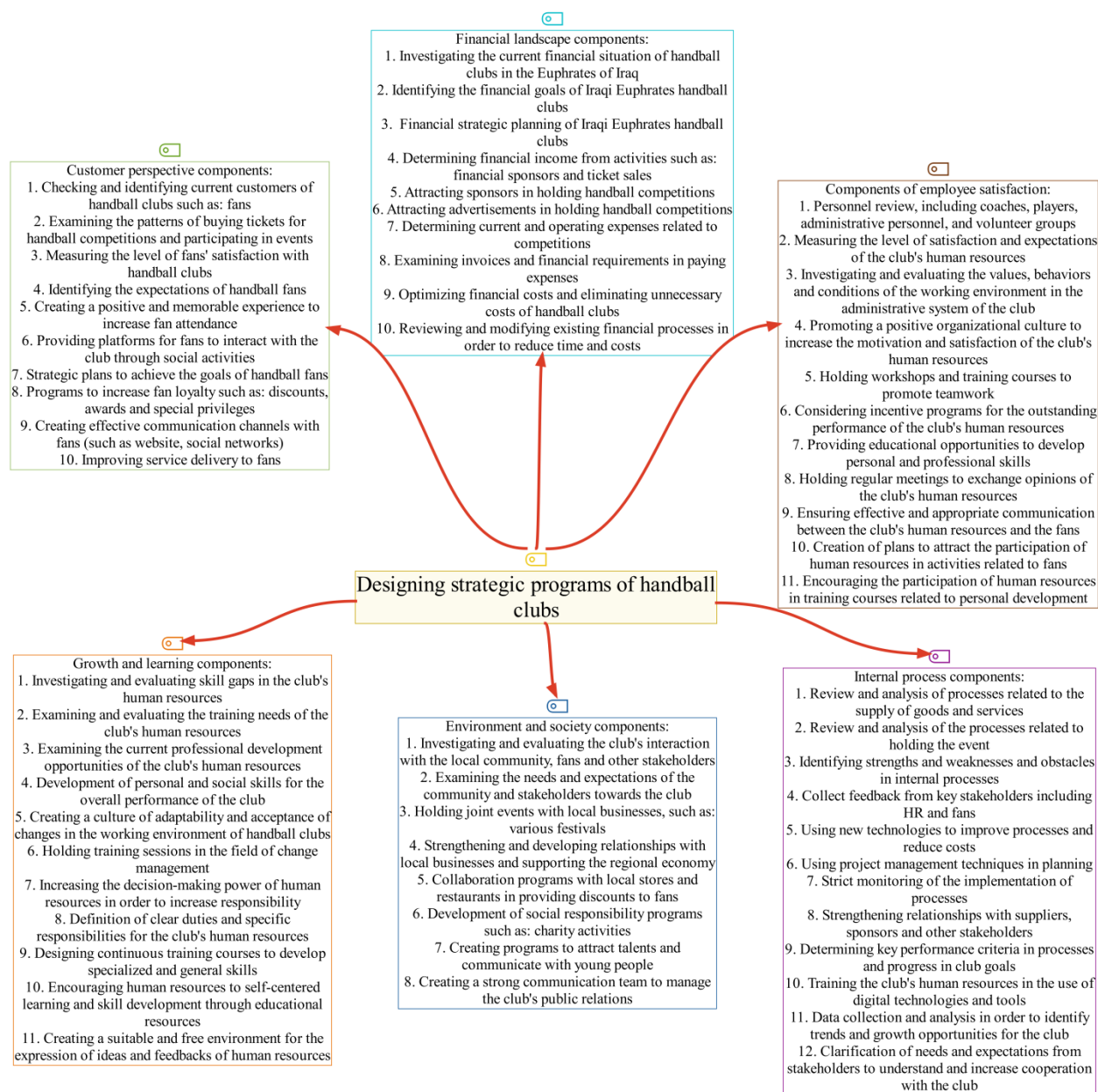


Figure 1. the final model of the research

Discussion

In general, in every sports club, especially in handball, financial management is recognized as one of the essential pillars of the club's success and stability. The financial landscape helps to provide the necessary resources for sports and non-sports activities and also leads to the creation of a strong and stable financial base for the future of the club. In this section, different aspects of the financial landscape are discussed and their impact on the overall performance of handball clubs is analyzed. The first point in this context is the importance of financial planning.

Clubs should pay a lot of attention to developing accurate and realistic financial plans. These plans should include projections of revenues and expenses, investments, and short-term and long-term financial goals. For example, handball clubs should carefully identify their financial resources and plan accordingly how they can achieve their goals. This helps to increase transparency and reduce financial risks and allows the club to make better decisions in critical situations.

Basically, in every sport, as well as in handball, customers and fans are considered as the main pillars of success. Understanding the needs and expectations of this group of people not only helps to improve the quality of the club's services and products; Rather, it leads to the creation of long-term and stable relationships with them. In this section, various aspects of the customer's perspective are investigated and their impact on the overall performance of handball clubs in the Euphrates of Iraq is investigated. One of the key points in this regard is identifying customers and target groups. Clubs should carefully identify different fan groups, including families, youth, and veterans, and understand the specific needs of each of these groups. Identifying needs helps clubs design their services and products specifically for each group. For example, holding special events for families, such as sports festivals and recreational activities, will help attract families to handball and increase their interactions with handball clubs. In addition, paying attention to the quality of the customer experience is also of great importance. Clubs should aim to provide a unique customer experience that includes all aspects of fan attendance at matches and club-related activities.

In the following, the importance of employee satisfaction in handball clubs is examined and the results obtained are analyzed. Employee satisfaction is known as a key factor in improving organizational performance and creating a positive work environment. In today's world, where the competition in sports and club ownership has greatly increased, paying attention to the needs and expectations of employees, in addition to helping to retain and attract talents; It can lead to improving the quality of services and increasing the satisfaction of fans. One of the important aspects of employee satisfaction is working conditions. Providing a suitable working environment, improving physical and psychological conditions, and creating comfort facilities help to increase the job satisfaction of employees. For example, the existence of rest spaces, sports facilities, and wellness programs lead to improving the morale of employees and increasing their productivity. Also, paying attention to the health and safety of the work environment is another important factor

in this field. Conducting training courses in the field of health and safety helps employees to work with more awareness in their work environment.

In this section, the internal processes of Iraqi Euphrates handball clubs and their impact on the overall performance are investigated and the results obtained are analyzed. Internal processes refer to a set of activities and procedures that help generate value and create services for customers and stakeholders. In today's world, where the competition in the field of sports has greatly increased, the optimization of these processes is recognized as a key factor in the success of clubs. One of the main aspects in internal processes is transparency and efficiency. Clubs should seek to create transparent and efficient processes that help facilitate decision-making and the implementation of activities. This can reduce time and costs and increase the satisfaction of fans and employees. For example, the use of information management systems helps clubs to effectively collect and analyze data related to financial performance, sports programs, and fan feedback. This information helps managers to make better decisions in various fields including recruiting players, planning events, and managing financial resources.

In today's world, where rapid changes and technological advances are clearly felt in all areas; The concept of growth and learning is very important in sports clubs, especially in the field of handball. This concept, in addition to leading to the improvement of individual and team performance; It will lead to the creation of a positive and progressive organizational culture. In this section, various dimensions of growth and learning in handball clubs are examined and their effect on the overall success of handball clubs in the Euphrates of Iraq is examined. One of the main aspects of growth and learning is to pay attention to the development of skills and abilities of employees and players. Clubs should consider providing training and development programs for all their members, including players, technical staff, and administrative staff. These programs include: specialized courses, educational workshops, and scientific seminars. For example, holding training courses in technical, tactical, and sports psychology fields will help players improve their skills and, as a result, achieve better performance in competitive fields. Also, providing training programs for the technical staff and administrative staff helps to improve the internal processes and increase the efficiency of the club.

Also, Euphrates handball clubs should pay attention to transparency in their communication with the community. Transparency in decisions and providing information about club activities and programs helps to increase public trust in the club. Holding public meetings and presenting

financial and performance reports creates this transparency and gives fans and the community the feeling that they are participating in the decision-making process. This issue will ultimately improve the public image of the club and increase its social support. Paying attention to social responsibility is another important aspect in communication with the environment and society. Clubs should seek to create social and charitable programs that help improve the social and economic conditions of society. These programs include cooperation with charitable organizations, holding social campaigns, and providing services to the community. For example, holding sports training courses for children and teenagers in underprivileged areas helps to increase the prestige of the club in the society and attract new fans.(Chersulich Tomino et al., 2020) Finally, it is suggested that Iraqi Euphrates handball clubs should develop detailed and realistic financial plans, taking into account income and expenses, financial benefits from attracting sponsors and managing expenses. Also, by launching regular surveys and creating feedback systems, it can help to identify the needs and expectations of fans and improve their experience. In addition, Euphrates handball clubs should seek to create diverse sources of income, including product sales, television broadcasting rights, and holding special events, and help improve individual and team performance by creating training programs and skill development workshops for technical staff and players.(Abdul Hussein et al., 2023)

Practical suggestions

1. **Develop Comprehensive Financial Plans:** Clubs should create detailed and realistic financial plans that include forecasting revenues and expenses, attracting sponsors, and managing costs efficiently.
2. **Implement Regular Surveys and Feedback Systems:** Establishing regular surveys and feedback mechanisms can help identify fans' needs and expectations, enhancing their overall experience.
3. **Diversify Revenue Streams:** Clubs should aim to create various income sources, including merchandise sales, television broadcasting rights, and organizing special events.
4. **Provide Training Programs and Skill Development Workshops:** Offering educational programs and skill development workshops for technical staff and players can improve individual and team performance.

5. Foster Positive Relationships with Social Institutions and Media: Building strong relationships with social organizations and media outlets can enhance the club's credibility and gain wider social support.
6. Enhance Infrastructure and Services: Improving stadium facilities, such as seating comfort and hygiene amenities, can significantly enhance the fans' experience.
7. Leverage Information and Communication Technologies: Using tools like mobile applications for accessing information and purchasing tickets can attract more fans and provide better services.

Research Proposals

1. Conducting comparative research between handball clubs in different countries can help identify the best practices and management methods.
2. A study on the impact of social media activities on fan engagement and loyalty can assist in improving the communication strategies of clubs.
3. Examining how clubs respond to economic crises and their impact on financial resources and performance can provide a better understanding of risk management.
4. Researching the key factors that influence sponsor attraction can help handball clubs in the Farat al-Awsat region of Iraq develop financial strategies.
5. Conducting studies on fan behavior in stadiums and its effect on their overall experience can contribute to improving the services provided.
6. Researching the impact of organizational culture on team performance and staff efficiency can help identify best management practices.
7. Investigating the effect of training programs and skill development on player performance can contribute to improving sports results.

Thanks, and appreciation

We express our gratitude to the research sample represented by members and bodies of specialized universities.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest.

References

- 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>
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Ahmed Ameen Altaee, R. (2023). Al-Mustaqbal Al mushriq Clubs rule in development the sports movement in Mosul (2003–2014). *Dirasat Mosiliya*, 16(67), 43–65.
- Ahmed Obaid, M., Hussein Khalifa, A., & Saad Rabeea, M. (2024). 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. <http://dx.doi.org/10.61186/aassjournal.1286>
- András, K., & Havran, Z. (2015). New business strategies of football clubs. *Applied Studies in Agribusiness and Commerce*, 9(1–2), 67–73. <https://doi.org/10.19041/APSTRACT/2015/1–2/13>
- Avgerinou, V., Skoula, E., Papaioannou, A., & Kriemadis, T. (2017). *Strategic planning in the sport sector*.
- Čater, T., & Pučko, D. (2010). Factors of effective strategy implementation: Empirical evidence from Slovenian business practice. *Journal for East European Management Studies*, 207–236.
- Chersulich Tomino, A., Perić, M., & Wise, N. (2020). Assessing and Considering the Wider Impacts of Sport–Tourism Events: A Research Agenda Review of Sustainability and Strategic Planning Elements. *Sustainability*, 12(11), 4473. <https://doi.org/10.3390/su12114473>
- Ferkins, L., & Shilbury, D. (2010). Developing board strategic capability in sport organisations: The national–regional governing relationship. *Sport Management Review*, 13(3), 235–254. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2010.01.009>
- HEMMONSBY, J., & TICHAAWA, T. M. (2019). STRATEGIC PLANNING OF SPORT TOURISM EVENTS ON DESTINATION BRANDS: EXAMINING THE ROLE OF HOME–GROWN SPORT. *GeoJournal of Tourism and Geosites*, 26(3), 794–807. <https://doi.org/10.30892/gtg.26310–398>

- Hussein, M. Z. (2022). The importance of strategic planning for sports clubs in the development of sports investment in Iraq. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(3).
- Ibrahim, A., Izadi, B., Fegheh Majidi, A., & Norouzi Seyed Hossini, R. (2022). Sports challenges in the political system of the Iraqi Kurdistan region. *Sport Management and Development*, 11(1), 65–84. <https://doi.org/10.22124/jsmd.2020.16862.2345>
- 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>
- Kartakoullis, N. L., Vrontis, D., Thrassou, A., & Kriemadis, T. (2013). Strategic resource planning for football clubs. *J. for International Business and Entrepreneurship Development*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.1504/JIBED.2013.052128>
- Shehab, S. G., AbdulHasan, M. A., & Zaaan, M. S. (2022). An Analytical Study of Administrative Deviations (Functional and Field Guidance) For Volleyball Coaches in Iraq from the Players' Point of View. *Journal of Sports and Physical Education Studies*, 2(2), 25–32. <https://doi.org/10.32996/jspes.2022.2.2.3>
- Tjørndal, A. (2016). Sport, innovation and strategic management: A systematic literature review. *Brazilian Business Review*, 13(Special Ed), 38–56.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Compilation of the model of professional competences among the coaches of racket games in Iraq

Mustafa Tareq Fakhri ¹ ✉

Farzam Farzan ² ✉

Mazandaran University / Faculty of Physical Education and Sports Sciences ^{1,2}

Article information

Article history:

Received 25/10/2024

Accepted 3/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

professional skills, coaches, Racket games ,Iraq.

Abstract

The general purpose of this research was to develop a model of professional competencies in the coaches of racket games in Iraq. The present research method was qualitative; which was used to build the conceptual model of the research based on Strauss and Corbin's data theory method. The research community was conducted through in-depth interviews with professors and expert academic faculty members, managers of racket sports federations, and theoretical saturation (16 interviews) was obtained from this collection. For sampling in this research, the purposeful snowball sampling method was used, and the tool of the current research was in-depth interviews. The interview questions were open-ended. The categories of coach-athlete challenges, educational challenges and challenges as intervening factors were identified; The categories of interest in sports, coach capabilities and performance drivers were identified as background conditions; The categories of personal knowledge development, attention to training and training sessions, and the growth and development of athletes were identified as strategies; The categories of sports development, improving the quality of life and Nurturement of moral traits were identified as the consequences of improving the professional competences of coaches in Iraq's racket sports..



1. Research Definition

1. Introduction and Importance of Research

Today, in the discussion of human resources management, the emphasis is on the use of people who have the necessary abilities to be effective in the organizations and environments used, that is, all the components of improving the performance of human resources, such as recruitment, performance, reward, development, career path planning and succession. (Phelan & Griffiths, 2019) The requirement for ability and effectiveness are skills, knowledge, and personality traits that are necessary for success in performing a job (Quartiroli et al., 2024). The high level of information, knowledge and job skills of people (Parnell et al., 2018) and the ability to play managerial roles are among the effective factors for successful management and performance (Emami et al., 2022) The success of large organizations depends on the competence and competence of their employees to create effectiveness, and the stronger the organization is in terms of management, the more successful it will be in achieving its goals. Sports organizations are not exempted from this rule, because today the sports industry has gained double importance for all governments and has become one of the largest global industries; Because various goals are pursued through the use of sports in the way of economic, political, cultural, welfare and health improvement (Rezaei & Salehipour, 2019) and if there is a proper management and structure in sports organizations, these goals can be achieved and exert profound effects on the state of contemporary societies (Ebadi Alkhafaji et al., 2022). Governments also create different organizations to advance their goals in the field of sports, and in the process of planning, monitoring and improving sports and leisure experiences, they pay special attention to the selection of capable and effective managers to manage their sports organizations and invest for it. (Rynne & Mallett, 2017) Experience has shown that sometimes due to the lack of competence and capability of individuals in managing sports organizations and events, many damages have been caused to governments; For example, the problems created in the process of selling tickets in the 2006 World Cup and 2008 Olympics, as well as improper crowd management, improper management in financial affairs, human resources, etc. in the management of various sports organizations and events can be mentioned. For this reason, one of the fields of study that is felt necessary in the field of sports management is the effectiveness of managers, because the use of scientific methods to select managers plays a prominent role in the success of sports organizations (Jiang et al., 2023a)

Among the types of competences, occupational competence has been proposed as a new competence, these competences are defined as a set of basic and required competences to recognize important job duties at a satisfactory or privileged level. In other words, job or focal competencies are directly related to key job duties and clusters of general competencies and specific competencies of each field (Hamed & Ahmed, 2023) The term occupational competence necessarily emphasizes knowledge and skills that include a set of personality traits and are related to each other and can increase the number of variables that explain and predict job performance (McHenry et al., 2022) According to (Brannick et al., 2012) effectiveness studies are one of the most important research fields and the most important way to identify the job qualifications of a profession, and its main goal is to identify the knowledge and skills required to perform a job. In this regard (Al-Alawi et al., 2019) listed the lack of appropriate organizational systems, including planning and rewarding, lack of support for managers' plans and motivating them, among the existing obstacles, and recommended providing rewards and support to hardworking and creative managers to improve the effectiveness of managers.(Al-Sayegh, 2023)

Finally, a professional who has job competence, while having the necessary knowledge, skills and ability to perform a job, is able to solve job problems in an independent and variable way (Emami et al., 2022) Among the many problems that the sports community is facing today is the issue of competence and competence of coaches for the growth and development of the relevant organization and the development of sports at the national and international level, In fact, such mismanagement has caused a lot of damage to the sport of any society in which one operates (Khamraeva, 2024)

For example, we can mention the inability to obtain effective international seats in Asian and global sports forums, the violation of the rights of athletes and sports teams, the conclusion of opaque and inappropriate contracts with foreign athletes and coaches, Paying heavy fines and compensations for suing sports clubs and federations in international sports courts, not being able to host prestigious international events, not developing hardware and software in accordance with global standards and etc. in Iraqi sports; Despite the many problems that exist at the macro level of sports in Iraq, as well as the review of the past literature shows, job skills among the coaches of racket games in Iraq have not been given special attention. Because the subject of the professional qualification of coaches during the championship period of athletes is of particular importance, therefore, the researcher decided to conduct scientific research using the capacity of experts and experts in the field of sports management in Iraq. It is hoped that using the results of such research can help the quantitative and qualitative development of sports at the national and international level; Therefore, the current research aims to develop a model of professional competencies in the coaches of racket games in Iraq, and tries to present a codified model in order to strengthen these competencies and prepare more for professional athletes.

in research related to the most important indicators of sports professional competence stated: Sociological competence dimension, managerial competence dimension, psychological competence dimension, physical competence dimension, contextual competence dimension, technical competence dimension and knowledge competence dimension were among the most important research findings. In addition, (Naghavi et al., 2019) in research according to the results stated that the professional qualifications of coaches, the internal and external factors shaping the behavior of coaches are mentioned as the basic concepts of achieving the personal brand competencies model of professional sports coaches. In another study, (Kornosenko et al., 2021) stated that the use of new educational technologies, special computer programs in combination with traditional forms of professional education provides an opportunity to increase the effectiveness of education. If such trainings are used in the formation of professional competencies, almost all athletes are involved in cognitive activities, continuous exchange of knowledge. In addition, (Al-Dabbagh, 2022) stated in research; In the favorable conditions of change, knowledgeable and efficient leaders should be trained to manage the sports movement, in fact, sports become widespread and inclusive, they supervise and provide services to a huge flood of people in the society. Also, in a research by (Bonnes et al., 2019) in relation to presenting a model of the professional competence of trainers in the workplace stated that factors such as the lack of legal regulations for the development of sports and the promotion of the activities of people in the national sports system, the low level of motivation; lack of sports fields in sports schools for children and teenagers; The backwardness of the material and technical base from the level of most countries in the world is one of the most important factors identified.(Jabbar et al., 2023)

Suggestions for future research

- It is suggested to investigate the attitudes of athletes in relation to the professional competencies of coaches in a research with the help of data-based approaches, so that a basis for coaches' activities can be formed.
- Considering the important role of research and exchange of opinions at the national and international level, it is suggested to investigate the role of sports federations and trustees in the development of professional competencies of coaches.
- It is suggested to show the effect size of each of the concepts identified in the concrete of the professional competencies of the trainers in a research by compiling a questionnaire from the findings of the qualitative section.

Recommendations drawn from the research

Based on the results drawn from the research, the following recommendations were presented:

- Based on the research results in the “Upper Conditions” axis, it is recommended that managers of racket sports federations in Iraq develop educational standards and a structure for new coaches, so that this structure includes, in addition to granting training certificates, an integrated framework of mandatory activities for training athletes, which contributes to improving the quality of training.
- Based on the research results in the “Interfering Conditions” axis, it is recommended that racket sports coaches in Iraq take into account the personal circumstances of athletes, including differences in performance and personal characteristics, and use appropriate educational programs that are consistent with these differences on an ongoing basis.
- Based on the research results in the “Contextual Conditions” axis, it is recommended that racket sports coaches in Iraq provide evaluations at the beginning, middle, and end of training courses for athletes, which contributes to planning appropriate training programs to support the growth and development of athletes at various stages of education.
- Based on the research results in the “Strategies” axis, it is recommended that racket sports coaches in Iraq enhance communication with other coaches at the national and international levels, which contributes to developing research activities, encouraging discussion and exchange of opinions, and using diverse educational methods to develop their educational competencies.

Materials and Methods

The current research is developmental in terms of purpose and was conducted with a qualitative method. As stated, the methodology of the research is qualitative using the data base method and the systematic method of Strauss and Corbin. The research community was formed by professors and expert academic faculty members, managers of Iraqi racket sports federations. Also, the sampling method of the research was purposeful-snowball. According to these materials, the interview began with the purposeful selection of people who were experts and knowledgeable in relation to the research topic, and in addition to the research questions, they were asked to introduce other experts in this field. In relation to the progress of the research, after conducting interviews with 14 people, (Shabib et al., 2024) the researcher felt that the results were repetitive, therefore, to ensure the similarity of the findings, 2 new interviews were taken and according to the findings, no new material was extracted, therefore, theoretical saturation was determined with 16 interviews. Of course, in connection with the questions asked to the interviewees, it should be stated that a general question was raised about the 5 aspects of the Strauss and Corbin method, and then the interview continued with other questions that measure why and how a factor occurs. The current interview questions have been raised in the interview session in such a way that they lead to the promotion of a positive and effective interaction in terms of dynamics. Also, Strauss and Corbin

qualitative models were used to analyze the results of the interviews through the MAXQDA-2020 software. Four criteria (acceptability, transferability, verifiability and reliability) were examined and confirmed to check the internal and external validity, reliability and objectivity of the research, and finally, for reliability, the percentage of agreement between the two coders was used and the percentage of agreement according to the table below was reported as 84%.

$$\text{Reliability percentage} = \frac{2 \times \text{Number of agreements}}{\text{Total number of codes}} \times 100$$

Table 1. The results of the reliability of two coders				
Interview number	Total number	agreements	disagreements	Reliability percentage
3	31	13	5	83.87%
7	29	12	5	82.75%
15	28	12	4	85.71%
Total	88	37	14	84.09%

Results

Open coding was done from 16 interviews, which resulted in a total of 113 codes for causal conditions, 73 codes for intervening conditions, 86 codes for contextual conditions, 71 codes for strategies, and 24 codes for achievements, and a total of 367 open codes were obtained. Also, after open coding, central and selective coding was done, and a total of 39 central codes and 15 selective codes were determined.

What are the causal factors affecting the professional competences of Iraq's racket-game coaches?

Table 3. Main and subcategories related to organizational competence		
Main Factors	Subcategories	Open codes
Organizational competence	Individual responsibilities	Professional, scientific and social responsibilities of educators. Getting to know the educational goals of the federation and related sports. Familiarity with the structure and rules of racket sports. Knowledge and skill of educational-sports planning. Knowledge and skill of training design and ability to analyze it. Acquaintance with the duties and assignments of a coach. Knowing and understanding career goals. Job responsibility. Ethics and honesty in organizational behavior. Commitment to the fundamental values of education. Social responsibility. Having a professional commitment. Legality and adherence to professional values. Getting to know the mission, missions and challenges governing the organization. Commitment to quality. Educational design. Job-related information and expertise.
	Employment status	Dynamic structure in racket sports training. Material incentives. Professional commitment. Job security. Class management. Time management

	Leadership-management skills	Ability to manage training sessions and competitions. Having leadership and supervisory skills. Having management skills. Team building and having teamwork skills. Having human resource management skills. Skill in establishing human relations. Ability to make collaborative decisions. Mastery of public relations skills. Communication skills with colleagues. Conflict management. The determination of the coach.
--	-------------------------------------	---

According to the results of table (3), out of the total of 113 open codes related to causal conditions, 34 codes were organizational competence, which is composed of 3 central factors of individual responsibilities, job status, and management and leadership ability.

Table 4. Subcategories related to individual competence

Main Factors	Subcategories	Open codes
Individual competence	Psychological skills	Personal characteristics of coaches. Professional ethics and work conscience. Cognitive skills. Tolerance and perseverance in the occurrence of problems. Getting to know athletes and their needs and interests. Having self-esteem in dealing with colleagues. Having emotional intelligence. Ability to recognize. Conscientiousness
	Personality traits	Consistency in behavior and decisions. Understanding the individual differences of people and providing appropriate behavior. Knowledge and skills to analyze learners' behavior. Good mood in the workplace. Having innovative behaviors. Honesty and truthfulness. Humility
	Behavioral skills	Efficient listening skills. Discipline. Power of expression. Self assessment. Self-awareness. Perseverance and seriousness in work. Motivation to progress. Individual dynamics. Deliberative. Mental dynamics. Being a role model. The ability to gain the trust of others. Answering. Appearance beauty. Punctuality.

According to the results of Table (4), from the total of 113 open codes related to causal conditions, 31 codes were the constituents of individual competence, which is composed of 3 central factors of psychological skills, personality traits, and behavioral skills.

Table 5. Subcategories related to job competence

Main Factors	Subcategories	Open codes
Job competency	Thinking skills	Analytical thinking skills. Logical thinking skills. Creative thinking in dealing with different issues and topics. Critical thinking about different issues. Flexibility in thinking. Comprehensive and systemic thinking

	Knowledge and awareness	Knowledge of information and communication technology. Continuous learning at all levels. Efficient communication skills. Knowledge and skill of content production, analysis and evaluation. Knowledge and skill of using scientific resources and internal and external databases. Knowledge and skill of using educational, communication and information technology in education. Knowledge and skill of doing educational, research an etc. Up-to-date knowledge and skills. Technology literacy. Self-directed learning. Having self-development activities. Conformity with changes. Analytical skills. Counseling skills. Positive attitude to change. Scientific and informative feature. Attitude and vision of educators. Professional credibility of trainers
	Teaching mastery	Knowledge about the methods of evaluating athletes. Efficient content knowledge. Ability of problem solving. The knowledge and skill of determining learning styles and the ability to analyze them. Knowledge and skill of performing various types of evaluations including diagnostic, formative and final evaluations. Knowledge and skill of implementing various racket sports training methods. The skill of designing various exercises such as; Challenging, combined and specialized exercises. Fair manner and establishing justice among athletes. Acquaintance with different methods of teaching racket sports skills. A positive outlook on education. The skill of using teaching patterns, techniques and methods. The relevance of the coaches' field of study and expertise in the training of racket fields. Having work experience in the relevant sports field. Familiarity with the English language. Assessment, measurement and evaluation skills. Scientific excellence. Knowledge of pedagogy. Specialization in the field of education. Motivation to serve. Clear transfer of educational content to athletes. The level of professional knowledge and information. The spirit of central research. Ability to apply knowledge. Detailed technical qualification.

According to the results of table (5), out of a total of 113 open codes related to causal conditions, 49 codes were the constituents of job competence, which is composed of 3 central factors of knowledge and awareness, educational mastery, and thinking skills.

What are the intervening factors related to professional competences in the coaches of racket games in Iraq?

Table 6. Main and subcategories related to the coach-athlete challenges factor

Main Factors	Subcategories	Open codes
Coach-athlete challenges	Understanding the athlete's condition	Different concepts and language according to the age and background of the athletes. Different instructions with the level of understanding of the athletes. Less willingness of athletes to self-evaluate. Neglecting the skill of inspiring athletes through the introduction of role models. Neglecting the well-being of athletes and preparing the necessary resources for their success. Ignoring the success in advising and guiding athletes. Not providing the context for the emergence and flourishing of athletes' talents. Ignoring the progress of learners. Less monitoring of learner progress. Not having a program for moral and behavioral guidance of learners. Not considering the mental, physical and behavioral characteristics of the learners. Not understanding the athletes' behavior and strictness by some coaches. The disrespect of some coaches towards athletes.
	Contact with the athlete	Less familiarity with the professional community of regional and global trainers and business relationships. Less participation in specialized and educational groups. Inability to communicate constructively with colleagues. Less social communication. Inability to find solutions to face personal and social problems. Ignoring society's values. Cultural values and differences.
	Athlete development	Reading less books related to sports and physical activities. Less mastery of disciplinary regulations. Neglecting to develop your knowledge. Lack of motivation to search for new findings and methods in education. Neglect of continuous learning about the latest educational findings. Lack of mastery of specialized literacy in racket fields. Inability to speak and communicate with foreign athletes.

According to the results of table (6), out of a total of 73 open codes related to the intervening conditions, 27 codes were the factor of coach-athlete challenges, which itself consists of 3 core factors of understanding the athlete, communication with the athlete and growth of the athlete.

Table 7. Main and subcategories related to the factor of educational challenges

Main Factors	Subcategories	Open codes
Educational challenges	Educational - management skills	Lack of knowledge and skills to motivate and interest athletes. Less attention to linking sport with life and theory with practice. Neglecting the attractive and lively environment for learning. Neglecting to provide opportunities for athletes to express their individual views. Ignoring the guidance of a group of athletes. Ignoring the specific and individual feedbacks that fit the needs of the learners. Poor understanding from constructive criticism. Lack of leadership in training sessions. Ignoring conflict management skills in training sessions. Inflexibility in the acceptance of criticism. Lack of proper ethics. Inflexibility in the training process of racket sports. Lack of diversity in education. Lack of creativity and innovation in teaching racket sports skills. Inability to recognize different critical situations. Ignoring the ability to promote human concepts in life.
	Exercise design	Effective application of racket sports training skills. Ignoring the content analysis of the educational program. Lack of knowledge and skills of needs assessment and the ability to analyze its results. Poor ability to work with computers and other educational equipment and technologies. Poor ability to combine educational subjects. Ignoring boldness in useful and effective expression of opinions. Lack of creativity and innovation in racket sports teaching skills. Neglecting to design a proper lesson plan.
	Assessment and evaluation	Assessing error through thinking in relation to education. Low mastery of multiple evaluation knowledge and skills. Failure to pay attention to the process and result in evaluation. Ignoring continuous self-evaluation. Negligence of using different and alternative measurement tools.

Table (7) showed that out of a total of 73 open codes related to the intervening conditions, 29 codes were educational challenges, which is composed of 3 central factors of managerial-educational skills, training design, and measurement and evaluation.

Table 8. Main and subcategories related to the factors of individual challenges

Main Factors	Subcategories	Open codes
Individual challenges	Sports abilities and skills	Less ability to perform sports skills. Failure to motivate learners to improve in sports skills. Lack of desirable sports resume. Lack of movement literacy in sports fields. Ignoring coaching qualifications in educational fields.

	Educational and research ability	Lack of a framework and detailed plans for training athletes. Lack of knowledge and skills to read and write in English. Lack of knowledge and skill to use education resources and the ability to analyze its structure and content. Neglecting to address the research of racket sports. Ignoring the use of educational media. Failure to properly implement the training program. Lack of the power of proper expression. Inability to attract the attention of athletes to the skills of teaching racket sports. Less mastery of educational and research technologies. Neglecting the understanding of educational knowledge and understanding the principles and methods of its application. Lack of familiarity with the requirements of the teaching-learning process. Lack of familiarity with media and new educational technologies.
--	---	--

According to the results of table (8), out of the total of 73 open codes related to the intervention conditions, 17 codes were the individual challenges factor, which is composed of 2 core factors of sports abilities and skills and educational and research ability.

What are the background factors related to professional competences in the coaches of racket games in Iraq?

Table 9. Subcategories related to the factor of interest in sports

Main Factors	Subcategories	Open codes
Sports interest	Job knowledge	Identification of professional responsibilities and complying with the requirements of sports law. Commitment to professional standards in education. Preparation and use of lesson plans for racket courses. Desire for the profession of coaches. Having a specific lesson plan. Having an annual, monthly, weekly and daily plan with specific goals. Knowing the job description and being familiar with educational psychology. Designing sessional, semester, annual lesson plans. Ability to apply activities proposed by racket sports federations. Ability to prepare seasonal and annual plans. The trends and interests of educators in the field of subjects related to education
	Subjective knowledge	Knowledge of how to produce and organize subject knowledge. Ability to analyze educational-competitive situations. Selection and organization of content, training program, assessment and reporting. Orientation to the truth and curiosity in educational activities. Knowledge based on work experience. Application models of the skills method of teaching racket sports

	Knowledge of the discipline	Interested in physical education. Updated knowledge and skills in physical education and sports sciences. Interest in physical activities. Knowledge of the description of the duties of physical education instructors. Ability to show the connection between physical education theory and practical work. Knowledge of the principles of physical education racket sports training skills. Updated knowledge in physical education and sports sciences. Work and study in the field of physical education and racket sports training skills. Knowledge of how to implement a physical education class. Ability to choose appropriate sports equipment to achieve educational goals. Ability to work on sports skills of athletes. Ability to demonstrate sports skills in a practical way for athletes. Ability to effectively use sports and educational tools. Knowing the philosophy of physical education.
--	------------------------------------	--

According to the results of table (9), out of a total of 86 open codes related to background conditions, 31 codes were the factor of interest in the field of sports, which is composed of 3 core factors of job knowledge, subject knowledge, and knowledge of the field.

Table 10. Subcategories related to the coach's capabilities factor

Main Factors	Subcategories	Open codes
Coach capabilities	Leadership ability	Ability to create new methods and innovation in educational methods. Ability to manage change in order to achieve goals. The ability and power of effective problem solving. Ability to communicate effectively with athletes. Ability to receive and give feedback to athletes. Efficient leadership ability. Ability to operationalize specialized knowledge. The ability to teach the skills of racket sports. Ability to manage training and organize it. The ability to develop the efficiency and organization of the athletes' personality.
	Job skills	Fotifying technical skills. Possessing skills based on the use of opportunities. Fotifying the skill of presenting content in an understandable way. Effective communication skills
	Teaching-learning	Use of teaching time to optimize learning. In-depth assessment of athletes' understanding by asking them questions. Strengthening the spirit of research, reasoning and thinking, investigation and meditation, criticism and innovation. Nurturment of the spirit of education, learning and continuous education. Learning new skills. Make learning meaningful. Desire for flexibility and continuous learning. Motivation to continuous learning. The ability to motivate athletes to learn. Practical skills and abilities of educators in the learning process

Table (10) showed that out of a total of 86 open codes related to the background conditions, 24 codes were the components of the coach's capabilities factor, which is composed of 3 core factors of guiding and leadership ability, job skills, and teaching-learning.

Table 11. Subcategories depending on the factor of functional drives

Main Factors	Subcategories	Open codes
Functional propellants	Educational level	Ability to organize educational content. Having the skills and techniques of teaching varied and appropriate racket sports skills. Planning skills. Criticism and lack of negative reaction. Problem solving when problems occur. Ability to choose appropriate educational goals in all stages of education. Ability to set clear goals for training. Ability to identify appropriate educational processes to achieve goals. Ability to choose educational activities based on available facilities and equipment. Ability to clearly explain training skills to athletes. Ability to use appropriate training methods for athletes. Ability to present and discuss various educational components in a simple manner. Ability to use appropriate strengthening methods for athletes. Ability to manage training sessions during the training process. Ability to present a topic to athletes in the best possible way. The ability to properly convey training materials to athletes
	Fair education	The ability to create knowledge and education with justice and equality. Considering the individual differences of athletes in the training process. Giving importance to the opinions of athletes. Recognizing, Nurturing of and directing the talents of individuals in order to improve the individual and the society. A commitment to promoting the learning of all learners. Ability to engage learners in discussions. The ability to adjust and adapt the teaching and learning program according to the class level.
	Level of knowledge of trainers	Ability to evaluate the effectiveness of your work and take steps to improve it. Mastering subject knowledge and their application. Benefit from basic knowledge and understanding of racket sports teaching skills. Introduction to educational psychology. Willingness to test, discuss, question your own teaching and guidance methods. Familiarity with evaluation methods. Regular planning for measurement. Having the necessary general knowledge.

Table (11) showed that out of a total of 86 open codes related to the background conditions, 31 codes were the factors of performance drivers, which itself consists of 3 key factors of educational level, training of trainers and level of knowledge of trainers.

What are the strategies related to the development of professional skills in Iraq's racquet game coaches?

Table 12. Subcategories related to the personal knowledge development factor

Main Factors	Subcategories	Open codes
Development of personal knowledge	Continuous improvement of knowledge	Connecting coaches with professional networks of racquet sports teaching skills. Participating in short-term and practical courses to update your specialized knowledge. Strengthen and improve your verbal abilities and expression technique. Connecting with scientific groups related to your field. Cooperation and collaboration with colleagues. Scientific cooperation and exchange of scientific and professional experiences and achievements.
	Awareness and knowledge	Move according to the job description. Regular and constructive evaluation. Paying attention to your appearance and personal health and hygiene. Applying and strengthening new and creative methods in the education process. Modifying the structure and processes continuously and in order to improve the effectiveness of education. Active listening to athletes in training sessions. Continuous self-improvement, especially in teaching and learning methods. Knowledge about organizational models of training sessions. Strengthen your basic knowledge and general information, before sports teaching skills. Attracting the attention of athletes to the training process using verbal skills. Improve your knowledge and skills. Rethinking the educational practice of oneself and others in order to improve it. Familiarity with different methods of evaluation and their use. Using evaluation results to adjust and modify education

According to the results of table (12), from the total of 72 open codes related to strategies, 20 codes were the constituents of the factor of personal knowledge development, which is composed of two central factors of continuous improvement of one's own knowledge and awareness and knowledge.

Table 13. Subcategories related to the factor of attention to training and training sessions

Main Factors	Subcategories	Open codes
Attention to teaching and training sessions	Emphasis on research	Application of new research findings. Presenting content based on research. Integration of research in education. Formation of research teams in racket sports federations. Promoting teamwork and group work in training sessions. Regular study of scientific research related to physical education. Search and analysis of scientific theories and updates related to physical education. Analyzing the basic concepts and skills of physical education and using them in the education process. Continuous knowledge enhancement and updating of scientific and specialized information. Developing research skills and applying it to improve teaching methods

	Create dynamic training sessions	Expressing your feelings and beliefs in an appropriate way. Fair behavior of the coach. Attention to individual differences. Create atmosphere and open space. Maintaining order in the classroom. Creating motivation and enthusiasm in training sessions. Creating an environment for athletes to accept responsibility and do group and independent work. Providing equal opportunity for athletes' in the education class. Creating equal opportunities for athletes in their growth and educational skills. Providing appropriate feedback to athletes. Having patience and answering athletes' questions. Using appropriate examples in the teaching process. Benefit from appropriate strategies in Nurturment of creativity and solving athletes' problems. Inspiring athletes by introducing role models. Flexibility in education.
	Appropriate educational planning	Applying appropriate strategies in asking questions to help athletes. Applying strategies to increase critical thinking and create learning experiences. Benefit from knowledge and mental skills in order to recognize and analyze different issues. Knowing the materials and resources of racquet sports training skills. Reinforcement of athletes to understand issues in a scientific way. Preparing and editing the daily lesson plan.

According to the results of table (13), Out of a total of 71 open codes related to strategies, 31 codes were the factor of attention to training and training sessions, which is composed of 3 central factors of appropriate training planning, emphasis on research and creation of dynamic training sessions.

Table 14. Subcategories related to the factor of growth and development of athletes

Main Factors	Subcategories	Open codes
Growth and development of athletes	Nurture efficient people	Guiding learners in choosing and using sports facilities and disciplines. Creating motivation and confidence in the athlete. Creating a platform for the growth and empowerment of athletes. Strengthening the activities of athletes through encouragement and rewards. Appropriate use of encouragement and punishment. Delegating various powers and responsibilities to athletes during the training period. Strengthening empathetic aspects and friendly relations between athletes. Dealing with athletes with justice according to their cultural, economic and social diversity. Attention to interests, talents, needs and different abilities of athletes.

	Emphasis on the learning of athletes	Providing opportunities for all athletes to participate in educational activities. Setting challenging learning objectives and designing, organizing and sequencing learning programs. Integration of digital technologies in the teaching and learning process. Creating an attractive and suitable environment for learning. Using information and communication technology in physical education. Using specialized knowledge in designing learning situations in training sessions. Making learning meaningful by creating a link between the previous and new learning of athletes. Creating interest and excitement in athletes towards learning by emphasizing the importance of knowledge and skills included in the training program. Creating internal motivation to learn in athletes by using appropriate and timely punishment and encouragement. Playing the role of guide and learning facilitator in the education process. Guiding the teaching-learning process and playing the role of facilitator.
--	--------------------------------------	--

Table (14) showed that, out of the total of 71 open codes related to strategies, 20 codes were the factor of growth and development of athletes, which itself consists of 2 central factors emphasizing the learning of athletes and the cultivation of efficient people.

What are the achievements/results related to professional competencies in the coaches of racquet games in Iraq?

Table 15. Subcategories related to the sports development factor

Main Factors	Subcategories	Open codes
Sports development	Growth and development of athletes	Improving athletes' critical thinking through exploration, problem solving and rethinking. Developing people's physical capabilities through physical education. Strengthening the question and answer culture among athletes. Participation, interaction and cooperation of athletes in organizing and evaluating classroom activities.
	Development of physical education	Achieving educational goals. Realization of academic goals of different courses. Development of suitable measures for entrepreneurship, creativity and innovation in physical education courses. Providing and teaching racket disciplines for age and gender categories. Developing individual and group skills in racket sports. Creating awareness about the process of formulating, implementing and evaluating the education process

According to the results of table (15), out of the total of 24 open codes related to outcomes/achievements, 10 codes were the factor of sports development, which is composed of

two central factors of the growth and prosperity of athletes and the progress of the field of physical education.

Table 16. Subcategories related to the quality of life improvement factor

Main Factors	Subcategories	Open codes
Improve quality of life	Improve lifestyle	Nurturment of the spirit of respect for people's personality and respecting their material and spiritual rights. Nurturment of the spirit of participation and cooperation in group activities. Help promote equality for vulnerable groups in physical education sessions. Development of knowledge in order to promote a sustainable lifestyle.
	Social development	Development of science and techniques and skills needed by the individual and society. Nurturment of the spirit and ethics of sports. Helping to promote recognition, growth and progress in racket sports

According to the results of Table 16, out of a total of 24 open codes related to outcomes/achievements, 7 codes were the factor of improving the quality of life, which is composed of 2 central factors of improving lifestyle and social development.

Table 17. Subcategories related to the factor of cultivating moral traits

Main Factors	Subcategories	Open codes
Nurturment of moral qualities	Spiritual development and growth	Nurturment of the spirit of paying attention to physical education as a basis for human spiritual growth. Improving the mental health of different people in the society through physical education. Helping to reduce the use of drugs and harmful substances by the youth.
	Improving the coach-athlete relationship	Getting coaches interested in the activity. Reducing the distance between the coach and the athlete. Reducing gender inequality in physical education courses. Motivating athletes

According to the results of table (17), out of the total of 24 open codes related to outcomes/achievements, 7 codes were the factor of cultivating moral traits, which is composed of 2 central factors of spiritual growth and development and improving the coach-athlete relationship. Finally, the design of the paradigmatic model of professional competencies in the coaches of racquet games in Iraq is as follows.

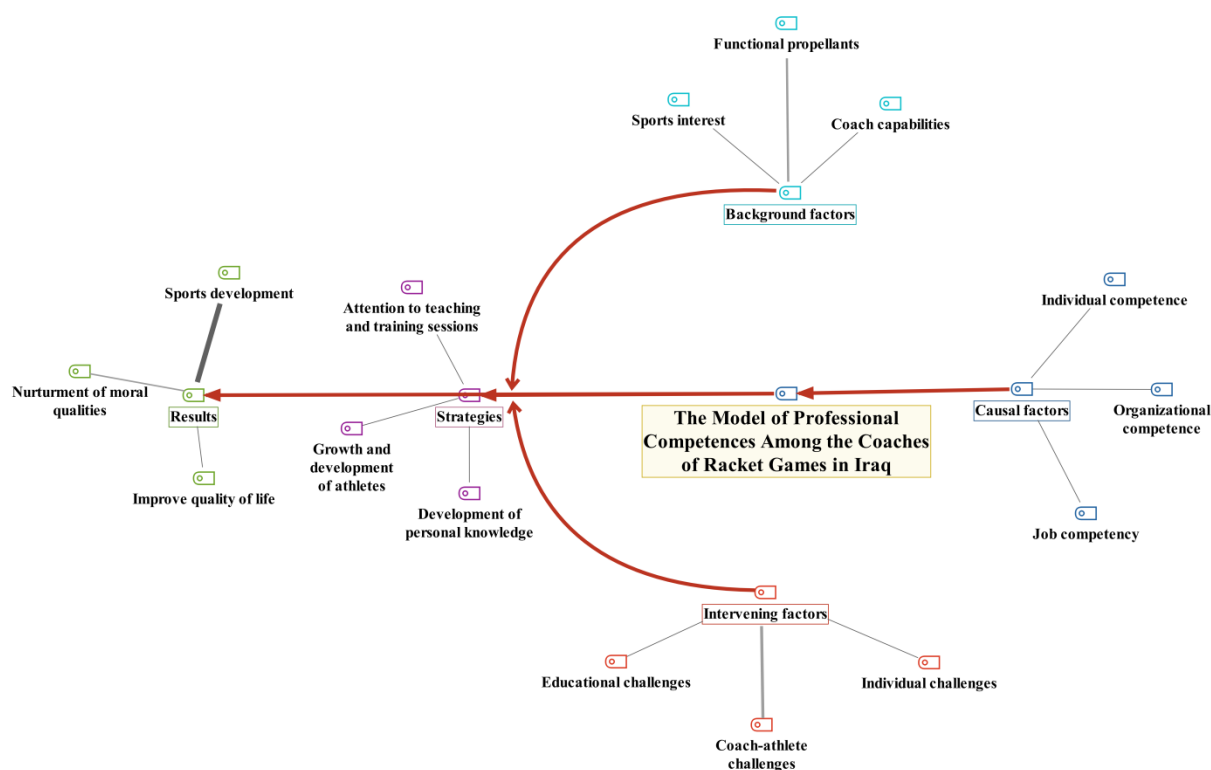


Figure 1. Paradigmatic model of professional competencies in coaches of racket games in Iraq

Discussion

The general purpose of this research is to develop a model of professional competencies in the coaches of racket games in Iraq. Based on this, the final model of the research consists of sub-category codes; Psychological skills, personality traits and behavioral skills, knowledge and awareness, educational mastery and thinking skills, athlete understanding, communication with athletes and athlete development,(Oudah et al., 2024) managerial-educational skills, training design and measurement and evaluation, sports abilities and skills, and educational and research ability.(Odeh et al., 2024) , job knowledge, subject knowledge and knowledge of the field, the ability to guide and lead, job skills, teaching-learning, educational level, training of trainers and the level of knowledge of trainers, continuous improvement of one's own knowledge and awareness and knowledge, appropriate educational planning, emphasis on research and creation of dynamic training sessions emphasizes the learning of athletes and the cultivation of efficient people, improving lifestyle and social development, spiritual growth and development, and improving the coach-athlete relationship. Therefore, the results are consistent with the findings of (Bradley et al., 2022), (Jiang et al., 2023b) (Emami et al., 2022) (Chalies et al., 2021), (Kornosenko et al., 2021), (Bonnes et al., 2019) (Al-Dabbagh, 2022) and (Naghavi et al., 2019) The results of (Emami et al., 2022) In this research, the categories of organizational competence, individual competence and job competence, including subcategories; Psychological skills, personality traits and behavioral skills, knowledge and awareness, educational mastery and intellectual skills were identified as effective factors on the professional competencies of coaches in Iraq's racket games. In explaining this finding, it should be stated that professional responsibilities are the building blocks of professional competencies. (Hamad et al., 2024); In such a way that when there is a work

commitment, due to that, regular training programs are set for the meetings of the athletes. Therefore, in addition to being on the right path for the athlete, many worthy characteristics of a coach are revealed, which are derived from the training skills, planning, responsibility and commitment of the coach. Of course, the coach's relative awareness of the sports field and his personal and personality characteristics such as the ability to control meetings, good humor, discipline and the ability to advise athletes should be mentioned as effective factors. It should also be noted that the trainer needs job security and material and spiritual incentives to develop his/her individual competencies, so that the trainer can be more determined in the path of growth and development of individual competencies.

In this research, the categories of coach-athlete challenges, educational challenges and individual challenges including subcategories; Understanding of the athlete, communication with the athlete and the growth of the athlete, managerial-educational skills, training design and measurement and evaluation, sports abilities and skills, and educational and research ability were identified as interfering factors on the professional competence of coaches in Iraq's racket sports. In explaining this finding, it should be stated that a huge part of the coaches' competence judgment will be revealed around their relationship with the athletes, personal knowledge and educational experience. Sometimes it is observed that coaches do not have a specific plan for class management and do not pay attention to individual characteristics and differences.(Mashkoo et al., 2021) On the other hand, not having comprehensive and codified plans for the path of growth and development of athletes and not having a plan for moral and behavioral guidance of learners has reduced the credibility and importance of coaches. In the individual dimension, one of the most important factors that cause individual challenges in the development of individual competencies should be the trainers' lack of familiarity with up-to-date educational methods, the inability to use communication languages such as fluent English with managers, coaches and foreign athletes, and the lack of creativity and innovation in training skills of Racket sports have created gaps for the development and dissemination of coaches' competencies. Finally, one of the factors that has a great impact on the emergence of such challenges in the education dimension is the lack of attention and interest in research activities related to educational and training topics, which has distanced educators from their ideal conditions.

In this research, the categories of interest in sports, coach's capabilities and performance drivers, including subcategories; Job knowledge, subject knowledge and knowledge of the field, the ability to guide and lead, job skills, teaching-learning, educational level, training of coaches and the level of knowledge of coaches were identified as background conditions in the professional competencies of coaches in Iraq's racket games. In explaining the results of these findings, it should be stated; With coaches passing through various educational degrees, obtaining coaching qualifications, participating in scientific circles and developing science and personal awareness, coaches are placed in the best possible way on the path of personal competence development. In fact, by doing this, they create a great distinction in the performance dimension with their peers, who, due to scientific support, not only do not get out of the way of their growth and development, but also reach self-sufficiency and a deep understanding of racket sports and the characteristics of a capable coach. In fact, having an annual, monthly, weekly and daily program followed by selecting and organizing the content, training program, measuring and presenting reports with the benefit of scientific approaches, creates a distinction in the provision of service by the trainer, which is one of the most important origins of the trainers' professional competence.

In this research, the categories of personal knowledge development, attention to education and training sessions and the growth and development of athletes by including the subcategories of continuous improvement of self-knowledge and awareness and knowledge, appropriate educational planning, emphasis on research and creation of dynamic training sessions, emphasis on athletes' learning and Nurturment of efficient people were identified as strategies for improving the professional competences of coaches in Iraq's racket games. In explaining these findings, it should be stated that by covering individual gaps through scientific collaboration and exchanging experiences and scientific achievements at different levels with domestic and foreign instructors, cooperation and joint efforts with colleagues in advancing training programs and communicating with scientific groups related to their field, It can place the coaches in a certain and acceptable degree of individual knowledge so that it is possible to display individual competencies in the best way in educational and sports events. One of the important fields through which coaches must reach a balance of competence is training and practice sessions, no matter how much knowledge coaches have about their specialized sports field, they can reach a deeper understanding of skills, communication and necessary training through it. In this way, take strong steps towards the development of educational competencies.

In this research, the categories of sports development, improving the quality of life, and Nurturment of moral qualities, including the subcategories of improving lifestyle and social development, spiritual growth and development, and improving the coach-athlete relationship, were identified as the consequences of improving the professional competencies of coaches in Iraq's racket sports. In explaining these findings, it should be stated that by promoting the critical thinking of athletes through exploration, problem solving and rethinking, benefiting from scientific approaches and most importantly, implementing it, we will differentiate in providing training programs and improving sports performance. All of these cases can be classified in a single category called sports development. Sports development through the participation, interaction and joint efforts of athletes in organizing and evaluating classroom activities has greatly helped to increase the awareness and progress of athletes and if we look at this from another perspective, it seems as if it has caused the growth and development of the educational competencies of the trainers. Also, due to being placed in a regular cycle of sports mechanisms, we see the improvement of social relations between athletes and coaches and the improvement of the coach-athlete relationship, so that we can witness the cultivation of the heroic spirit, respect for others and respect for their material and spiritual rights.

Acknowledgments

We would like to thank the research sample, which is the members and faculty specialized in racket games.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest.

References

- Al-Alawi, A. I., Abdulmohsen, M., Al-Malki, F. M., & Mehrotra, A. (2019). Investigating the barriers to change management in public sector educational institutions. *International Journal of Educational Management*, 33(1), 112–148.
- Al-Dabbagh, A. A.-A. I. (2022). COACHING PRACTICES IN ELITE VOLLEYBALL IN IRAQ: Amixed METHODS CASE STUDY.
- Al-Sayegh, A. M. J. (2023). The effectiveness of football coaches according to the levels of professional performance from the point of view of players in Iraq. *Damo Journal of Sports Sciences*, 1.
- Bonnes, C., Wißhak, S., & Hochholding, S. (2019). Towards a model of professional competence of workplace trainers. *Berufsbildung Zwischen Tradition Und Moderne: Festschrift Für Thomas Deißinger Zum 60. Geburtstag*, 141–158.
- Bradley, E. J., Board, L., Archer, D., & Morgans, M. (2022). Presenting the case for implementing entrustable professional activities (EPA) in Sport and Exercise Sciences teaching: Application and alignment to develop student competencies. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 31, 100376. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2022.100376>
- Brannick, M. T., Cadle, A., & Levine, E. L. (2012). Job analysis for knowledge, skills, abilities, and other characteristics, predictor measures, and performance outcomes. *The Oxford Handbook of Personnel Assessment and Selection*, 119–146.
- Chalies, S., Xiong, Z., & Matthews, R. (2021). Mentoring and building professional competences of pre-service teachers: theoretical proposals and empirical illustrations. *Professional Development in Education*, 47(5), 796–814. <https://doi.org/10.1080/19415257.2019.1651753>
- Ebadi Alkhafaji, S. M., Mirzazadeh, Z., Talebpour, M., Keshtidar, M., & Abadi Abed, M. (2022). Role of training programs approved by the Iraqi Athletics Federation on the performance of Iraqi coaches. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 46. <https://doi.org/10.6018/sportk.526651>
- Emami, F., Faghani, A., Alavi, S. H., & Ghorbani, M. H. (2022). Codifying the Professional Competencies Model among Iranian Football Premier League Referees. *Sport Management Studies*, 14(73), 203–228. <https://doi.org/https://doi.org/10.22089/smrj.2021.10105.3318>
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- 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>
- Jiang, M., Yu, H., He, J., Qian, G., & Bialas, M. (2023a). Professional Development Workshop for Physical Education Teachers in Southwest China: Benefiting Tai Chi Students with Pedagogical Content Knowledge. *Sustainability*, 15(13), 10541. <https://doi.org/10.3390/su151310541>

- Jiang, M., Yu, H., He, J., Qian, G., & Bialas, M. (2023b). Professional development workshop for physical education teachers in Southwest China: benefiting Tai Chi students with pedagogical content knowledge. *Sustainability*, 15(13), 10541.
- Khamraeva, Z. B. (2024). CAUSES OF DIFFICULTIES IN THE WORK OF A COACH. *INTERNATIONAL SCIENTIFIC JOURNAL: LEARNING AND TEACHING*, 1(1), 11–16. <https://web-teaching.com/index.php/w/article/view/5>
- Kornosenko, K., Khomenko, P., Taranenko, I., Zhamardiy, V., Shkola, O., Tolchieva, H., Saienko, V., Batieieva, N., & Kyzim, P. (2021). Professional competencies as a component of professional training of a fitness trainer-teacher in higher education institutions. <https://doi.org/10.47750/jett.2021.12.01.010>
- Mashkoo, 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*.
- McHenry, L. K., Beasley, L., Zakrajsek, R. A., & Hardin, R. (2022). Mental performance and mental health services in sport: a call for interprofessional competence and collaboration. *Journal of Interprofessional Care*, 36(4), 520–528. <https://doi.org/10.1080/13561820.2021.1963218>
- Naghavi, M., Hosseini, S. E., Ramezani Nexhad, R., & Keshkar, S. (2019). Designing of personal brand competency model for professional sports coaches. *Journal of Sport Management and Motor Behavior*, 15(30), 343–360. <https://doi.org/10.22080/jsmb.2020.12206.2614>
- Odeh, A. Y., Shabib, S. S., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). Developing physical education curricula in the age of artificial intelligence. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 34(3), 37–56. DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.687>
- Oudah, A., Abbood, R., Shabib, S., Aldewan, L., & Ghazi, M. (2024). Developing Physical Education Curricula Within the Framework of Digital Transformation to Achieve Sustainable Development. *Teacher Education and Curriculum Studies*, 9(3), 86–102. <https://doi.org/10.11648/j.tecs.20240903.15>
- Parnell, D., Cope, E., Bailey, R., & Widdop, P. (2018). Sport policy and English primary physical education: The role of professional football clubs in outsourcing. In *Healthy Stadia* (pp. 112–122). Routledge.
- Phelan, S., & Griffiths, M. (2019). Reconceptualising professional learning through knowing-in-practice: a case study of a coaches high performance centre. *Sports Coaching Review*, 8(2), 103–123. <https://doi.org/10.1080/21640629.2018.1424405>
- Quartiroli, A., Wagstaff, C. R. D., Martin, D. R. F., & Tod, D. (2024). A systematic review of professional identity in sport psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 264–290. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1998577>
- Rezaei, S., & Salehipour, M. (2019). Analysis of effective factors in development of Iran sport industry using grounded theory approach.
- Rynne, S. B., & Mallett, C. J. (2017). Coaches' learning and sustainability in high performance sport. In *Sustainability in high performance sport* (pp. 22–36). Routledge.
- Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of complex skill exercises according to tactical positions in developing defensive performance in football

Ali Nazim Nasser ¹  

Abdul Ali Jaafar ²  

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Article information

Article history:

Received 15/6/2024

Accepted 8/ 7/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Complex skill exercises, tactical situations, defensive performance, football

Abstract

The aim of the research was to identify the extent of the impact of complex skill exercises according to tactical situations in developing defensive performance. The researchers used the experimental method to suit the nature of the study, as the research sample was the players of Al-Minaa Club, junior category, for the season (2023–2024). The exercises used in the special preparation stage were applied using the medium and high intensity method and repetitive training divided into the training curriculum set by the researcher. We concluded that the use of complex skill exercises according to tactical situations has a positive impact in raising the level of players. We recommended the necessity of benefiting from complex exercises according to tactical situations on young players



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارين مهارية مركبة وفقا للمواقف الخططية في تطوير الاداء الدفاعي بكرة القدم

عبد علي جعفر²

علي ناظم ناصر¹

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,1}

المخلص

هدف البحث الى التعرف على مدى تأثير التمارين المهارية المركبة وفقا للمواقف الخططية في تطوير الاداء الدفاعي، واستعمل الباحثان المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة الدراسة، اذ كانت عينة البحث هم لاعبي نادي الميناء فئة الناشئين للموسم (2023 – 2024) اذ تم تطبيق التمارين المستخدمة في لمرحلة الاعداد الخاص بطريقة المتوسط والمرتفع الشدة والتدريب التكراري مقسم على المنهاج التدريبي التي وضعها الباحثان واستنتجنا ان استعمال التمارين المهارية المركبة وفقا للمواقف الخططية لها تأثير ايجابي في رفع مستوى اللاعبين، واوصينا بضرورة الاستفادة من التمارين المركبة وفق المواقف الخططية على اللاعبين الشباب

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/6/15

القبول : 2024/7/8

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

التمارين المركبة المهارية , المواقف الخططية , الاداء الدفاعي , كرة القدم

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعتبر لعبة كرة القدم من أبرز الألعاب الجماعية وواحدة من أعرق الرياضات الفرقية المشوقة على مستوى العالم التي استقطبت اغلب شرائح المجتمع المختلفة بصورة عامة اضافة الى المتخصصين والقائمين على العملية التدريبية بصورة خاصة لما تحمله من عناصر التشويق والاثارة والحماس والاندفاع والابداع وكذلك هي متعة المشاهدة وطريقة للتخلص من الضغوط النفسية والتوتر، حيث تطورت كرة القدم في الأونة الأخيرة سريعاً بسبب ارتباط علم التدريب الرياضي بالعلوم الأخرى المختلفة .

يبحث المدربون عن طرائق جديدة المهمة الرئيسة للتدريب المتعلقة بلاعبي كرة القدم هو في الأغلب تنمية شاملة في الجوانب البدنية والمهارية والخططية والفنية وذلك من خلال التدريبات التي تحدث تغييراً و ارتفاعاً في البيئة الداخلية لجسم الإنسان وتنمية لذلك يحدث ارتفاع بمستوى الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان نحو الأفضل (Mazurek et al., 2024)، وعليه التدريب في كرة القدم عملية واسعة ودقيقة ولا يمكن تحقيق هذا التقدم بها الا من خلال اتباع آخر التطورات التي وصل اليها التدريب الحديث وارتباطه بالعلوم الأخرى اضافة الى الجوانب التربوية والتقنية والإدارية والتنظيمية والمناخية (Hassan & Maher, 2000)

إن التدريب الرياضي هو أحد متطلبات ومظاهر الدول المتطورة وميدان خصب لتحقيق ذاتية الطفولة والشباب والبالغين، ويعد هذا طموحاً نحو تحقيق الإمكانيات الفردية العالية للقدرة على الانجاز والكمال ويتطلب ذلك مزيداً من التدريب للتقدم بالقدرة والتكوين الخاص للشخصية التي يحتاج إليها اللاعب والتي تنعكس على العمل تنظيمياً وكفاحاً. ويعرفه محمد حسن علاوي "بأنه عملية تربوية تخضع إلى أسس ومبادئ علمية تهدف أساساً إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع من أنواع الأنشطة الرياضية" (Alawi, 1992)

ان التمرينات هي عبارة عن بعض الحركات البدنية التي، توضع وفق قواعد خاصة فيها الأسس التربوية، والمبادئ الفسيولوجية والتشريحية والطبيعية وتؤدي هذه الحركات اما مرة واحدة، او مرات متتالية في سلاسة وسهولة وجمال ودقة بحيث تتناسب وطبيعة التكوين الجسماني " (Al-Dairy, 1987) (Hamad et al., 2022)

تعد التمرينات المركبة احدى اهم تمارين اللعبة التي تعمل على تطوير الجانب المهاري للاعب كرة القدم كونها مشابهة لواجب اللاعب في ظروف المنافسات ، وتجمع اكثر من مهارة في التمرين الواحد وتؤدي كذلك خلال مراحل الاعداد المختلفة فضلاً عن تنوعها الذي يساعد على زيادة عنصري الرغبة والتشويق عند ممارستها . ويمكن استخدامها بشكل جيد لتطوير النواحي الخططية والمهارية والبدنية والنفسية (Thamer & Al-Saffar, 1988)

1-2 مشكلة البحث

وتعتبر التمارين المركبة على وفقاً للمواقف الخططية مفتاحاً لتقدم مستوى اللاعبين، ان عملية التدريب عملية واسعة ومنظمة تخضع الى محددات (النفسية والبدنية والمهارية والخططية) ويسعى كل مدرب للوصول بفريقه الى افضل المستويات وبذلك الركائز وبأفضل النتائج ومن خلال ملاحظة الباحثان لمستوى الناشئين في محافظة البصرة من خلال النتائج وأداء اللعب التي حققتها اندية محافظة البصرة في دوري المحافظة وجد الباحثان تقارب في المستوى والنتائج وهذا يدل على انه الفرق تتدرب بالصورة اجمالاً أي بعبء التمارين بصورة غير معروفة لابد ان يتدرب الناشئين على هذه المواقف الخططية لكي يصبح الاداء في المراحل المتقدمة واكثر اتقان والية وعلى هذا الاساس يمكن ان تطور الاداء الخططي على وفق المواقف التي تظهر خلال المباريات واستخدام التكتيك الخططي اللازم والمناسب لهذا الموقف او ذاك .

3-1 أهداف البحث

- اعداد تمارين مهارية مركبة وفق مواقف المنافسة
- التعرف على الاداء الدفاعي
- التعرف على تأثير التمرينات المعدة بالأداء الدفاعي

4-1 فروض البحث

- 1- هناك فروق ذات دلالة احصائية لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعي الضابطة والتجريبية والصالح المجموعة التجريبية .
- 2- هناك فروق ذات دلالة احصائية لنتائج الاختبارات والبعدية لمجموعي الضابطة والتجريبية والصالح المجموعة التجريبية

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : لاعبي نادي الميناء فئة الناشئين للموسم (2023 - 2024)

2-5-1 المجال الزماني : المدة من (4 / 2 / 2023) والغاية (31 / 3 / 2024)

3-5-1 المجال المكاني : ملعب نادي المدينة الرياضية

3- منهجية البحث

3-1 مجتمع وعينة البحث

تم تحديد مجتمع البحث من لاعبين نادي الميناء الرياضي للشباب بكرة القدم للعمر المتراوح (17- 19) سنة المسجلين على كشوفات الاتحاد العراقي المركزي القدم للموسم (2023- 2024) البالغ عددهم (27) لاعبا ثم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بعدها قسموا الى مجموعتين المجموعة الضابطة والتجريبية كل مجموعة (10) لاعبين حيث تم استبعاد اللاعبين المصابين (3) وحراس المرمى (4) لاعبين وقد قام الباحثان باختيار نادي الميناء الرياضي للشباب ليطبق البرنامج التدريبي وذلك للأسباب التالية

- 1- تعاون الادارة ودعمهم للمحدد والباحثان
- 2- توفر جميع الاجهزة والادوات التي يستخدمها الباحثان
- 3- تعاون الجهاز الفني للنادي مع الباحثان

جول (1)

يوضح العينة المستخدمة في البحث

عينة البحث	لاعبين المستبعدين	سبب الاستبعاد	المتبقي من اللاعبين	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية
27 لاعب	3	مصابين	20 لاعب	10 لاعبين	10 لاعبين
	4	حراس المرمى			
المجموع					

3-2 تكافؤ المجموعتين

جدول (2)
يوضح تكافؤ المجموعتين

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت * المسحوبة	الدلالة الاحصائية
		س	ع ⁺	س	ع ⁺		
القطع المباشر	درجة	1,900	1,40	1,87	1,35	0,24	
التغطية والقطع	درجة	3,41	0,51	3,76	0,54	1,91	
القطع والتشتيت	درجة	1,63	1,16	1,62	11,26	0,44	

(ت) الجدولية تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (18) = (2,10)
اجري الباحثان تكافؤ بين المجموعتين البحث (الضابطة والتجريبية) يبين لنا جدول رقم (2) بان (t) المحسوبة لجميع متغيرات البحث اعلى قيمة هي () وهي اقل من قيمة (t) الجدولية البالغة (2,10) مما يدل بعدم وجود فروق معنوية بين المتغيرات لذا تكون المجموعتان متكافئتان في المتغيرات
3-2-1 تجانس العينة

جدول (3)
تجانس افراد العينة التجريبية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الطول /سم	167,5	6,3	3,46
الكتلة / كغم	68,3	5,2	7,03
العمر / السنة	18,01	0,86	4,05
العمر التدريبي /سنة	2,4	0,56	24,8

جدول (3) تجانس المجموعة التجريبية وكانت النتيجة محصورة بين (3) حيث يتضح التوزيع اعتدالي من اهم العوامل التي تؤثر على النتائج وارجاع الفروق الى العامل التجريبي تجانس عينة الباحثان من حيث (العمر , الطول , الوزن , العمر التدريبي) وان العينة كانت متجانسة في جميع قيم معامل الاختلاف وقريبة من الصفر

3-3 وسائل جمع البيانات

- المصادر العربية والأجنبية , استمارة رأي الخبراء للاختبارات المهارية المركبة والمواقف الخططية , الاختبارات المستخدمة , المقابلات الشخصية , استمارة جمع البيانات للاختبارات المهارية الخططية الهجومية الفردية والمركبة , فريق العمل المساعد

4-3 الاختبارات المستعملة

1-4-2 أسم الاختبار : الدفاع الفردي .

هدف الاختبار : القطع المباشر .

الأدوات المستخدمة : كرة قدم . بورك . شريط قياس . شواخص .

طريقة الأداء: من مسافة (6 م) يرمى المدرب الكرة الى داخل مربع بطول ضلع (2م) من الجهة المقابلة اللاعب مسافة (10م) لقطع الكرة قبل ان تمس الارض داخل المربع .

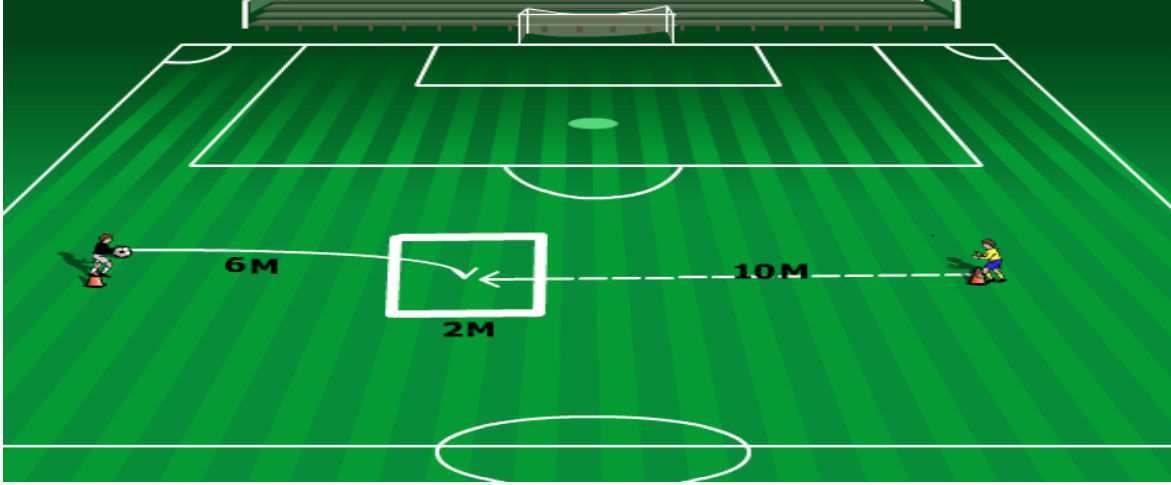
التسجيل: يعطي اللاعب (3) درجات اذا قطع الكرة امام المربع

يعطي اللاعب (2) درجة اذا قطع الكرة داخل المربع

يعطي اللاعب (1) درجة اذا قطع الكرة على خط المربع

يعطي اللاعب (0) درجة اذا مست الكرة الارض قبل ان يصل اليها اللاعب

سواء داخل المربع او خارج المربع.



2-6-2 أسم الاختبار :.الدفاع الجماعي

هدف الاختبار : التغطية والقطع.

الأدوات المستخدمة : كرة قدم . بورك . شريط قياس . شواخص .

طريقة الأداء: يلعب اللاعب (A) الكرة ارضية الر المربع من مسافة (20م) وكذلك اللاعب (B) من نفس المسافة الى المربع .اللاعبان المتواجدان امامهما ويبعدان عن المربعان مسافة (10) م ينطلقان ويتقاطعان ليصل كل منهما

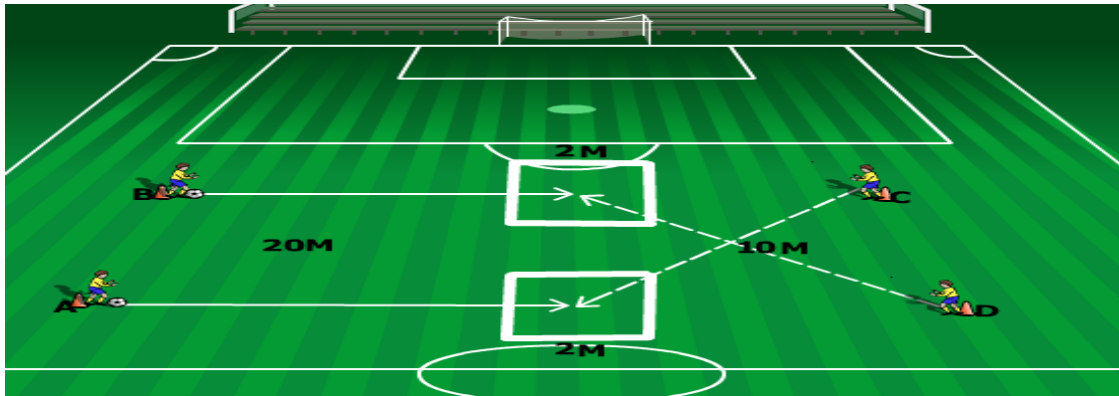
الى مربع الاخر وتشتيت الكرة الملعوبة من اللاعبان (A) (B)

التسجيل: يعطي اللاعب (3) درجات اذا قطع الكرة امام المربع (قبل ان تصل للمربع)

يعطي اللاعب (2) درجة اذا قطع الكرة داخل المربع

يعطي اللاعب (1) درجة اذا قطع الكرة على خط المربع

يعطي اللاعب (0) اذا لم يصل للمربع يجمع درجات اللاعبان مع .

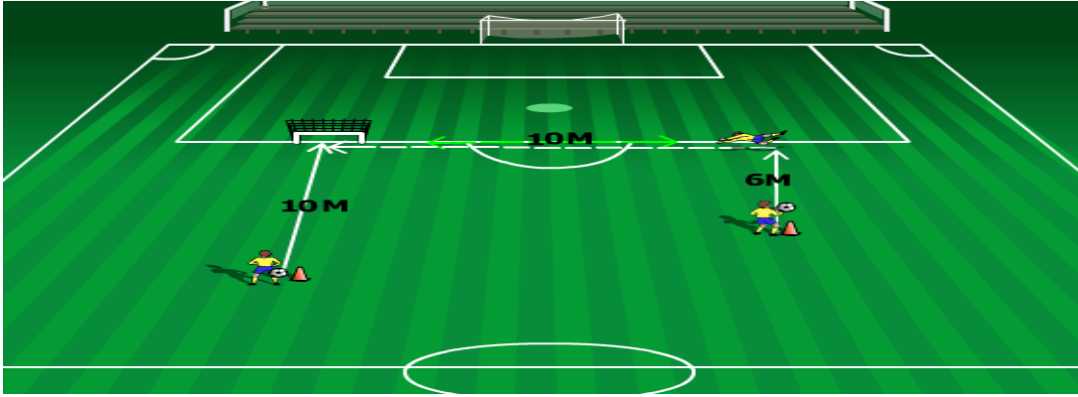


2-6-3 الدفاع المركب:

هدف الاختبار: القطع و التشبيث

الانوات المستخدمة: كرة قدم, بورك, شريط قياس, هدفان صغيران بقياس 120سم×100سم, شواخص
وصف الاداء: يقف لاعبان متقابلان المسافة بين (6) م يرمي اللاعب (A) الكرة الى (B) الجالس طوليا ينهض و
يضرب الكرة برأسه و ينطلق مسافة (10) م لقطع الكرة الملعب على الهدف الصغير من قبل اللاعب (C) ويستمر و
يكبر العمل مرتين.

التسجيل: يعطى اربعة اذا نجح بمهارة ضرب الكرة بالرأس و قطع الكرة قبل ان تصل الى الهدف الصغير
تعطى درجتان اذا نجح بمهارة و فشل في المهارة الاخرى
يعطى صفر اذا فشل في اداء المهارتين
تعاد اذا أخطأ الرامي او مرر الكرة



2-7 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثان بمساعدة فريق العمل المساعد بتطبيق التجربة للاختبارات القطع المباشر و التغطية والقطع و القطع
والتشبيث في يوم (السبت) الموافق (27 / 1 / 2024) على عينة البحث من مجتمع البحث والبالغ
عددها (6) لاعبا وهم نادي البصرة الرياضي الهدف منها :

- 1- التأكد من تنفيذ الوحدة التدريبية في الوقت المحدد
- 2- التأكد من تحديد الأزمنة التي وضعها الباحثان عند تنفيذ التمرينات
- 3- التأكد من زمن تحديد الراحة البينية بين التكرارات وبين التمرينات
- 4- مدى ملائمة التمارين لعينة البحث ومعرفة قدراتهم
- 5- تحديد الشدة القصوى للتمرينات المستخدمة من أجل تقنين الشدة

2-8 إجراءات البحث الميدانية

2-8-1 الاختبارات القبلية

تم اجراء الاختبارات القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية بعد توفر الظروف الملائمة في تمام الساعة الثالثة عصرا
على ملعب نادي المدينة الرياضية يوم (الخميس) الموافق (1 / 2 / 2024) تم اجراء الاختبارات

2-8-2 التجربة البحث الرئيسية

تم البدء بتطبيق التجربة الرئيسية للبحث بيوم (الاحد) الموافق (4 / 2 / 2024) وانتهت بيوم (الاحد)
الموافق (31 / 3 / 2024) بواقع ثلاث وحدات تدريبية اسبوعيا وبلغ عدد الوحدات التدريبية (18) وحدة تدريبية

ويتراوح الوقت (40 الى 60) لمدة ثلاثة ايام أسبوعيا هما (الاحد , الثلاثاء , الخميس) ويتضمن التمرينات امورا عديدة منها .

- 1- مراعاة التشويق والاثارة بين اللاعبين داخل الوحدة التدريبية
- 2- طبقت المجموعة الضابطة البرنامج التدريبي المعد من قبل مدرب الفريق
- 3- تم تحديد الراحة بين التكرارات على أساس عودة النبض (110 - 120)
- 4- الشدة المستخدمة لأداء التمرينات من (70 الى 100) من اقصى قدرة
- 5- تم تطبيق التمرينات المستخدمة في لمرحلة الاعداد الخاص بطريقة المتوسط والمرتفع الشدة والتدريب التكراري مقسم على المنهاج التدريبي التي وضعها الباحثان
- 6- تم اعطاء ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع وبشكل حمل التدريب (2 الى 1) باستخدام التدرج في الاحمال التدريبية.

2- 8- 3 الاختبارات البعيدة

تم إجراء الاختبارات البعيدة بعد الانتهاء من التجربة الرئيسية لمجموعتي الضابطة والتجريبية في تمام الساعة الثالثة عصرا على ملعب المدينة الرياضية الرياضي وكما يلي .

- 1- يوم الثلاثاء الموافق 2 / 4 / 2024 تم إجراء الاختبارات القطع المباشر والتغطية والقطع و التشتيت

جدول (4)

طريقة التدريب المستخدم	معدل الشدة		الوحدات التدريبية			الاسابيع
	نصف شهرية	اسبوعية	الثالثة	الثانية	الاولى	
	80	75	75	80	70	الاول
		85	85	90	80	الثاني
	85	90	90	95	85	الثالث
		80	80	85	75	الرابع
	92,5	90	90	95	85	الخامس
		95	95	100	90	السادس
	92,5	90	90	95	85	السابع
		95	95	100	90	الثامن
	87,5					معدل شدة المنهاج

الوسائل الإحصائية

استعمل الباحثان الحقيبة الاحصائية (spss)

3 عرض نتائج الاختبارات ومناقشتها

3-1 يبين الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي في المواقف الخطئية الدفاعية للمجموعة التجريبية

جدول (5)

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T)	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س		
القطع المباشر	درجة	1,40	2,90	1,85	4,93	3,23	معنوية
التغطية والقطع	درجة	0,54	3,41	1,98	5,40	5,86	معنوية

القطع والتشتيت	درجة	2,63	1,16	4,17	1,43	4,09	معنوية
----------------	------	------	------	------	------	------	--------

قيمة t الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (9) هي = 2.26
 من خلال الجدول (5) يبين في الاختبار القبلي ان الوسط الحسابي للمتغير القطع المباشر (2,90) والانحراف المعياري (1,40) في الاختبار القبلي . اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (4,93) والانحراف المعياري (1,85) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (3,23) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .
 في المتغير التغطية القطع وفي الاختبار القبلي كان الوسط الحسابي (3,41) والانحراف المعياري (0,54) اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (5,40) والانحراف المعياري (1,98) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (5,86) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .
 في المتغير القطع والتشتيت وفي الاختبار القبلي كان الوسط الحسابي (2,63) والانحراف المعياري (1,16) اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (4,17) والانحراف المعياري (1,43) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (4,09) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

2-3 يبين الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي في المواقف الخطئية الدفاعية للمجموعة الضابطة

الجدول (6)

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T) المحتسبة	دلالة الفروق
		ع	م	ع	م		
القطع المباشر	درجة	2	1,64	3,75	1,04	3,01	معنوية
التغطية والقطع	درجة	2,91	0,80	4,30	1,19	3,14	معنوية
القطع والتشتيت	درجة	1,99	1,50	3,11	1,35	3,38	معنوية

قيمة t الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (9) هي = 2.26
 من خلال الجدول (6) يبين في الاختبار القبلي ان الوسط الحسابي للمتغير القطع المباشر (2) والانحراف المعياري (1,64) . اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (3,75) والانحراف المعياري (1,04) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (3,01) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .
 في المتغير التغطية القطع وفي الاختبار القبلي كان الوسط الحسابي (2,91) والانحراف المعياري (0,80) اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (4,30) والانحراف المعياري (1,19) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (3,14) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .
 في المتغير القطع والتشتيت وفي الاختبار القبلي كان الوسط الحسابي (1,99) والانحراف المعياري (1,50) اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (3,11) والانحراف المعياري (1,35) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (3,38) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

3-3 مناقشة نتائج الاختبارات (القبليّة والبعدية) في المواقف الخطئية الدفاعية للمجموعتين التجريبية والضابطة من خلال الجدول (5) و (6) نجد ان هناك فروق معنوية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية , ويرى الباحثان ان هذه التمارين التي استخدمها في المنهج التدريبي من حيث الشدة والحجم والكثافة ادت الى رفع مستوى الاداء للاعبين ومواقف العب الصحيح مما حسن فاعلية الاداء الدفاعي الناجحة والفاشلة للاعبين اذ ان فاعلية الاداء المهاري لأية لعبة رياضية يعتمد اساسا على الاعداد البدني (Mufti, 2002) . كما استعمل التمرينات المتنوعة التي تساعد في تطوير الاداءات الفنية والمهارية , وهذا يعود الى الاعداد البدني الذي يعمل على تنمية العضلات بصورة متناسقة وفي الوقت نفسه يمهّد الطريق لاكتساب المهارات والحركات والقدرة على الاقتصاد في الجهد البدني ولا يمكن الوصول الى التخصص اللازم الا عن هذا الطريق وينطبق ذلك الى حد كبير على رياضة الناشئين والشباب (Muhammad & Hashem, 1990) ويفسر الباحثان النتائج والتي كان سببها هو تنوع التمرينات التي تحتوي على مواقف اللعب الدفاعية. في التدريب, اذ ان تنوع التمرينات واستخدام تشكيلات مختلفة في المنهاج التدريبي تعطي رغبة وتشويقا في أدائها بعكس تلك التي تكون رتيبة وعلى نمط واحد وتؤدي إلى الملل, وبالتالي تعكس اثارها الإيجابية على الأداء وفاعلية اللاعبين وهذا نراها اساسيا في تطوير فاعلية الاداء الدفاعية, وكما يرى الباحثان إن المنهج التدريبي المعد الذي احتوى على ألعاب التحدي واستخدامها في فترة الإعداد الخاص كان يهدف إلى تطوير قابليات اللاعبين المهارية والخطئية والوصول إلى رفع مستوى فاعلية أداء لكل لاعب والاداءات للفريق ككل. وهذا ما حصل عليه اللاعبين في رفع مستوى فاعلية الأداء لديهم أثناء استخدام التمرينات وتطبيقها

3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمواقف الخطئية الدفاعية للمجموعتين التجريبية والضابطة.

جدول (7)

يبين الفروق بين الاختبارات البعدي للمواقف الخطئية الدفاعية للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحتسبة	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س		
القطع المباشر	درجة	4,93	1,85	3,75	1,04	3,04	معنوية
التغطية والقطع	درجة	5,40	1,98	4,30	1,19	4,18	معنوية
القطع والتشتيت	درجة	4,17	1,43	3,11	1,35	3,48	معنوية

قيمة t الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (9) هي = 2.26

من خلال الجدول (7) ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية للمتغير القطع المباشر (4,93) والانحراف المعياري (1,85) . اما المجموعة الضابطة فكان الوسط الحسابي (3,75) والانحراف المعياري (1,04) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (3,4) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين والصالح للمجموعة التجريبية . في المتغير التغطية والقطع للمجموعة التجريبية بلغ الوسط الحسابي (5,40) والانحراف المعياري (1,98) اما المجموعة الضابطة فكان الوسط الحسابي (4,30) والانحراف المعياري (1,19) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (4,18) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين

والصالح المجموعة التجريبية . في المتغير القطع والتشتيت للمجموعة التجريبية بلغ الوسط الحسابي (4,17) والانحراف المعياري (1,43) اما لمجموعة الضابطة فكان الوسط الحسابي (3,11) والانحراف المعياري (1,35) فيما بلغت قيمة (t) المحسوبة (3,48) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية والبالغة (2,26) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين والصالح المجموعة التجريبية .

3-5 مناقشة نتائج الاختبارات (البعدية) في المواقف الخططية الدفاعية للمجموعتين التجريبية و الضابطة

يتضح من الجدول () وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من درجات المجموعة التجريبية والضابطة في جميع اختبارات (الهجومية) ولصالح المجموعة التجريبية ويفسر الباحثان ان التأثير الايجابي للمنهج التدريبي المعد من قبله والذي تم تنفيذه على المجموعة التجريبية قد ساهم بشكل فاعل وملحوظ في تطوير والذي يحتوي على التمرينات المركبة التي تعتبر واحدة من أهم أسس التدريب المتزامن حيث استخدام هذه التمرينات يراعي تحقيق الأهداف وما تحتويه من توزيع مكونات الحمل المندمجة البدنية والمهارية والخططية وخاصة في فترة الاعداد الخاص ، ويؤكد ذلك (Siraj Al-Din, 2007) على المدربين في فترة الاعداد الخاص وبغية تطوير الصفات البدنية كان. (Abdulrahman et al., 2020) الزاماً عليهم التدريب المركب لتطوير عدة اهداف أي تطوير الصفات البدنية مع الأداء المهاري والخططي الاعتبار تصنيف مكونات الحمل وفق الفترة المناسبة وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Al-Zaghbi, 1995) أن التمرينات التخصصية تمثل أهم الوسائل للارتقاء بالمستوى الرياضي ويجب ان تتناسب مع اهداف وواجبات التدريب وكما يعزو الباحثان سبب تطوير اللاعبين الحاصل هو تأثير المنهج التدريبي الذي استخدم على لاعبي المجموعة التجريبية في القسم الرئيسي، حيث أن اللاعبين في البداية هم في حالة بدنية جيدة تسمح لهم بالتركيز والانتباه العالي لغرض تطوير الأداء خاصة عند إعطاء تمارين تمتاز بالبداية أو تشابه حركات الأداء المباراة لتحقيق المستوى أي بدايته من اجل اتقان الأداء المندمج ، بالتركيز في القسم الرئيسي على التمرينات للأداء المركب تستخدم المواقف الخططية اثناء التنافس بما فيها الدفاعية والهجومية وان يتمتع اللاعبين فيها بكل تركيز وانتباه بغية تحقيق النتائج الايجابية . فالتمرينات التخصصية تمثل اهم الوسائل للارتقاء بالمستوى الرياضي ويجب ان تتناسب مع اهداف البحث وواجبات التدريب . (Hussein BadrKhalaf et al., 2021)

ان اللعب السريع يأتي عن طريق سرعة المهارات التي يستخدمها اللاعب بجميع اشكالها وانوعها وعندما يتصرف اللاعب في اداء المهارة بسرعة الحظية سيؤدي الى تحريك لاعبي فريقه بسرعة لاستلام الكرة والانتقال من مكان الى اخر وخلق الفراغ للزميل كذلك يؤدي الى خلطة دفاع لاعبي الفريق الاخر . وبهذه السرعة يرتبط اداء اللاعبين كأفراد بمنظومة واحدة لتنفيذ خطط اللعب المتفق عليه مسبقاً. أذا شتمل على التمارين المختلفة والمتنوعة في مواقف اللعب وقد تدرب اللاعبون عليها في ظروف مقارنة كما تحدث اثناء المباراة ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه مفتي إبراهيم أن التمرينات التي تخدم الإعداد الخاص هي التمرينات المركبة التي تناسب في تركيبها مع مستوى أداء اللاعبين وتشابه مع تركيبة الأداء المركب التي تخدم هدفين في الوقت نفسه بدني ومهاري ثم تصعبها تدريجياً مع مرور الزمن (Hammad, 1998) كذلك يؤكد (Siraj Al-Din, 2007) يجب التركيز في القسم الرئيسي على التمرينات الأداء المركبة والتي تخدم المواقف الخططية اثناء التنافس بما فيها الدفاعية والهجومية وان يتمتع اللاعبين فيه بكل تركيز وانتباه بغية تحقيق النتائج الإيجابية (Khalifab & Jabbar, 2023)

الاستنتاجات

1. ان التمرينات المعدة كان لها التأثير الايجابي في رفع مستوى للاعبين.

2. تعد التمارين المركبة الخططية المستخدمة من افضل الاساليب التدريبية التي تساعد على رفع وتطور قابليات البدنية والمهارية والخططية و الوظيفية والذهنية .
3. ملائمة الاختبارات الخططية يعد دليلا مؤشرا للنواحي الخططية للاعب .
4. للتمرينات المستخدمة دور كبير في زيادة فاعلية الأداء الخططي للاعب وتحركاته ومساهمته بزيادة الاعبين مع الزملاء.
5. توصلت الدراسة بان التمرينات المركبة لها اقتصادية بالتدريب كونها ذات خصوصية وملائمة للاعبين على وفق امكانياتهم وقابلياتهم الخططية

التوصيات

1. يوصي الباحث الى ضرورة استخدام هذه التمرينات على اللاعبين الشباب من قبل المدربين لما لهذه التمرينات من ايجابية في تحسين مستواهم البدني والمهاري والخططي .
2. ضرورة تطبيق المناهج التدريبية على وفق الاسس العلمية الصحيحة عند اعداد التمرينات الخاصة من حيث تسلسل التمارين المستخدمة ومقدار حجم الحمل والشدة وفترات الراحة خلال الوحدة التدريبية وترك العمل العشوائي .
3. التأكيد على استخدام الاختبارات والمقاييس كوسائل الملاحظة الفروق بين اللاعبين ولمختلف مراحل التدريب .
4. يوصي الباحث باستخدام التمرينات المركبة الخططية داخل الوحدات التدريبية الاسبوعية وبشكل مستمر لما له من تأثير كبير في تطوير اداء اللاعبين الخططي .
5. الاعتماد على المدربين الحاصلين على شهادات دراسية متقدمة في مجال الاختصاص الرياضي بما يؤهلهم علمياً وتربوياً لقيادة فرق الشباب بكرة القدم التي تمثل القاعدة الاساس لبناء المستوى الرياضي عند المتقدمين

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة بلاعبي نادي الميناء الرياضي لكرة القدم ضمن الفئة العمرية (17 - 19) للسنة (2023 - 2024)

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

علي ناظم ناصر <https://orcid.org/0009-0000-9892-0806>

References

- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Alawi, M. H. (1992). *Sports Training Science: Vol. Vol. 1* (1st ed, p. 193). Dar Al-Maaref.
- Al-Dairy, A. (1987). *Principles of Exercises and Methods of Teaching Them* (1st ed, p. 21). Dar Al-Amal Press.
- Al-Zaghbi, M. M. (1995). *The effect of using competitive exercises to develop some special physical qualities on the accuracy of shooting for young football players* [Published master's thesis]. Suez Canal University.
- Hamad, S. H., Ali, B. A., & Sabbar, Hassan Jijan. (2022). The effect of arm coordination exercises on some mental abilities and performance of offensive foil skills in fencing. *Sohag Journal for Young Researchers*, 2(4), 59–64.
- Hammad, M. (1998). Modern Sports Training, Planning, Application and Leadership. *Arab Thought House, Cairo*.
- Hassan, M., & Maher, H. M. (2000). *Modern Trends in Sports Training Science* (1st ed, p. 20). Dar Al-Wafa for Printing and Publishing.
- Hussein BadrKhalaf, LAMYAA ,HASAN MUHMED AL-DEWAN, & THulfiqar ,Saleh Abdul-Hussein. (2021). The impact of the Zahorek model on the development of students' football dodge skill. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 66, 173–185. <https://www.iasj.net/iasj/article/213565>
- 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.
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>
- Mufti, I. H. (2002). *Educational Sports Training* (1st ed, p. 176). Al-Mukhtar Foundation for Publishing and Distribution.

- Muhammad, J. al-D. M. H., & Hashem, N. H. (1990). The effect of aerobic training on the motor speed of handball juniors. *Scientific Journal of Physical Education and Sports*, 7(7), 163–182.
- Siraj Al-Din, M. (2007). *Physical preparation for football and special physical qualities* (1st ed, pp. 24–25).
- Thamer, M., & Al-Saffar, S. (1988). *Principles of Training in Football* (p. 396). Baghdad University Press.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of an educational approach based on the multiple intelligences strategy on learning passing and scoring skills in football

Ghaith Hassan Abd Ali ¹  
General Directorate of Education Maysan^{1,2}

Marwa Aqil Jasib ²  

Article information

Article history:

Received 20/10/2024

Accepted 30/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Educational curriculum, multiple intelligences strategy, passing and scoring, football

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of skill exercises according to the multiple intelligences strategy in learning the skills of passing and scoring in football for students. The researchers used the experimental method to suit the nature of the problem to be solved if the research sample is a sample of first-stage students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Maysan, for the academic year 2022–2023. The researchers concluded that the exercises used in the educational units according to the multiple intelligence's strategy encourage students to perceive, think and focus, which helped in learning the skills of passing and scoring in football. The researchers also recommended conducting more studies that use different modern teaching strategies and methods, as they have a great impact on learning the basic skills of football for students.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



أثر منهج تعليمي وفقاً لاستراتيجية الذكاءات المتعددة في تعلم مهاراتي التمرير والتهديف بكرة القدم

✉² مروة عقيل جاسب

✉¹ غيث حسن عبد علي
المديرية العامة لتربية ميسان^{2,1}

المخلص

هدف البحث الى التعرف على أثر التمرينات المهارية وفقاً لاستراتيجية الذكاءات المتعددة في تعلم مهاراتي التمرير والتهديف بكرة القدم للطلاب واستعمل الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة المراد حلها اذا كانت عينة البحث هم عينة من طلاب المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان, للعام الدراسي 2022—2023, واستنتج الباحثان إن التمرينات التي استخدمت في الوحدات التعليمية على وفق استراتيجية الذكاءات المتعددة تشجع الطلاب على الادراك والتفكير والتركيز مما ساعد على تعلم مهارات التمرير والتهديف بكرة القدم وكذلك أوصى الباحثان إجراء المزيد من الدراسات التي تستخدم الاستراتيجيات والأساليب التدريسية الحديثة المختلفة فلها الأثر البالغ في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للطلاب.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/20
القبول : 2024/11/30
التوفر على الانترنت: 15, يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

منهج تعليمي ، استراتيجية الذكاءات المتعددة ،
التمرير والتهديف , كرة القدم

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد عملية التدريس بجميع مراحلها من أهم العوامل المؤثرة في توفير متطلبات التقدم العلمي والتطور للمجتمع، وحظت طرائق التدريس وأساليبها في مجال التربية الرياضية بنصيب واسع من التقدم والتطور، نتيجة النهضة العلمية التكنولوجية التي اجتاحت العالم في مختلف مجالات المعرفة العلمية والإنسانية، وبذلك تعددت طرائق التدريس، استعمال أساليب متعددة منها أساليب فردية وجماعية، ويشمل مفهوم التدريس مفاهيم كثيرة من الاستراتيجيات، والطرائق، والكفايات، و الوسائل، والمناهج، والخطط، وتعد لعبة كرة القدم هي واحدة من أهم الألعاب الرياضية التي تمارس بشكل واسع وتفاعل المتعلمين مع المهارات والحركات الرياضية بصورة عامة، وكرة القدم بصورة خاصة التي ينبغي على الطلاب تعلمها واتقانها بشكل عال أثناء محاضرة التربية البدنية وعلوم الرياضة وعلى المدرسين إعداد تمارين ووسائل ملائمة لتسهيل تعلم المهارات الأساسية والحركية.

تعد التمارين بصورة عامة عبارة عن الحركة البدنية التي تؤسس وفق قواعد خاصة من حيث الأسس التربوية؛ وتؤدي هذه الحركات من مرة واحدة أو مرات عدة متتالية في أداء صحيح، وتكون الدقة متناسبة عن طريق التكوين الجسماني للإنسان واتقان الحركات الرياضية، وهي أيضاً وسيلة جيدة ذات متطلبات متعددة لنواحي الجسم البدنية والمهارية؛ وبسبب الفروق الفردية بين الطلاب يجب أن يتم اختيار الاستراتيجية الملائمة لهم وصولاً إلى الهدف المطلوب ومن هذه الاستراتيجيات هي استراتيجية الذكاءات المتعددة والتي تعد وسيلة علمية تخدم عملية التطور العقلي والمعرفي والمهاري والارتقاء بها؛ كونها وسائل إدراكية معينة تحث المتعلمين على توظيف العمليات العقلية المناسبة أثناء تعلمهم وتترك لهم حرية توظيف ما يشاؤون من العمليات حسب طبيعة مفاهيم مختلفة تؤدي به إلى الفهم والاستيعاب كما في دراسة (Mahmoud et al., 2015) ومن ثم إلى التعلم الأفضل وأن الذكاءات المتعددة من المجالات التي جذبت اهتمام الكثير من الباحثين في علم التعلم الحركي وأدى ذلك إلى ظهور الكثير من الاتجاهات والنظريات التي حاولت فهم وتفسير العقل البشري التي انقسمت على اتجاهات عدة منها: الاتجاه التقليدي المتمثل في دراسة الذكاء كقدرة عقلية عامة كما في دراسة (Abdulrahman et al., 2020)، واتجاه تكوين وتناول المعلومات أو العمليات المعرفية، واتجاه القدرات العقلية المتعددة أو الذكاءات المتعددة.

وقدم كاردنر (Gardner, 1983) مفهوماً جديداً للذكاء الإنساني من خلال الذكاءات المتعددة، التي فسرت الذكاء في عدة أنواع، إذ فتحت الذكاءات المتعددة المجال أمام العديد من الباحثين لتناول مفهوم الذكاء الإنساني الأكثر اتساعاً وشمولاً. ومما تقدم تكمن أهمية الدراسة في استعمال استراتيجيات الذكاءات المتعددة التي تعد من المفاهيم الحديثة التي تسهم في تطور العملية التعليمية لتكون في متناول من يعمل في هذا المجال بشكل عام، وكرة القدم بشكل خاص، بحيث يستطيع تطبيقها ميدانياً وبأسلوب علمي وتربوي مناسب يمكن أن يسهم في رفع مستوى التعلم للمهارات المبحوثة بكرة القدم نحو الأفضل وتوفير السبل المناسبة والموضوعية للارتقاء بها، وإيجاد وسائل تعليمية، تسهم في تحسين عملية التعلم للوصول إلى أفضل مستوى بأقل جهد ووقت.

1-2 مشكلة البحث:

أخذ الباحثان من خلال اطلاعهما على البحوث العلمية والمصادر والمراجع فضلاً عن أصحاب الخبرة والاختصاص في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي في مادة كرة القدم وخبرة الباحثين المتواضعة في مجال تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة لا حظ أن هناك قلة في استعمال الاستراتيجيات المعرفية الحديثة التي تعمل على التفاعل بين المدرس والطالب، ومن هذه الاستراتيجيات هي استراتيجية الذكاءات المتعددة والتي تحث المتعلم على

توظيف العمليات العقلية أثناء تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم , استعمال التمرينات المهارية التي تزيد من قابلياتهم البدنية والمهارية والمعرفية, وأن الأسلوب المتبع في الغالب هو الاعتماد على التكرار والإعادة دون اعطاء أي دور لطالب في الفهم والتحليل والتقويم أو ما يثير دافعية الطلاب نحو تعلم أداء المهارات , وتكمن أهمية البحث في إعداد منهج تعليمي وفقاً للاستراتيجية الذكاءات المتعددة في تطوير مهارتي التمرير والتهديف بكرة القدم للطلاب .

3-1 أهداف البحث:

- 1- إعداد تمرينات مهارية وفقاً لاستراتيجية الذكاءات المتعددة.
- 2- التعرف على أثر التمرينات المهارية وفقاً لاستراتيجية الذكاءات المتعددة في تعلم مهارتي التمرير والتهديف بكرة القدم للطلاب

4-1 فروض البحث :

- 1- اثر ايجابي للمنهج المعد من قبل الباحثان في تطوير مهارتي التمرير والتهديف في كرة القدم .
- 2- توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعي البحث ولصالح الاختبارات البعدي

5-1 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : عينة من طلاب المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان, للعام الدراسي 2022—2023.

1-5-2 المجال الزمني : (1 / 11 / 2022) إلى (15 / 1 / 2023)

- 1-5-3 المجال المكاني : القاعة الرياضية والقاعات الدراسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان .

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

يعد اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث وأهدافه من المتطلبات الضرورية في البحث العلمي " (Al-Shaib, 2019) ، لذا أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة المراد حلها.

2-2 مجتمع البحث وعينه :

حدد مجتمع وعينة البحث بطلاب المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان للعام الدراسي 2022-2023 وبلغ عددهم (54) طالب بنين، وتم تقسيمهم كالتالي بالطريقة العشوائية (القرعة) ، إذ تم اختيار مجموعتي البحث التجريبية تتكون من (20) طالب و الضابطة تتكون من (20) طالب واختير (8) طلاب لأقامه التجربة الاستطلاعية وتم استبعاد (6) طلاب للإصابات وعدم الالتزام بالحضور . ومن اجل ارجاع الفروق الى العامل التجريبي لابد من ان تكون المجموعتين متكافئتين تماماً في الظروف جميعا ماعدا المتغير التجريبي على المجموعة التجريبية ، أجرى الباحثان التكافؤ باستعمال اختبار (t) لعينات المستقلة كما هو مبين في جدول رقم (1). حيث يبين نتائج تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة وقيمة (t) المحسوبة عند مستوى دلالة (0.05) .

جدول (1)

المعاملات الاحصائية المهارات التمرير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع			
	درجة	13,95	2,12	12,70	2,02	1,21	0,23	عشوائي

التهديف	درجة	11,90	2,51	11,05	2,35	0,13	0,89	عشوائي
---------	------	-------	------	-------	------	------	------	--------

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية 38

2-3 الوسائل والأجهزة والأنوات المستخدمة في البحث :

* المصادر العربية والأجنبية.- المقابلات الشخصية - الاختبارات والقياس .- استمارة تسجيل نتائج الاختبارات- الوسائل الإحصائية .- شبكة المعلومات الدولية , لاب توب نوع (DELL) كورية الصنع عدد واحد.2_ كأمره نوع (cinon) صينية المنشأ عدد(1) 3_ جهاز داتاشو صيني الصنع لعرض الفيديو والصور عدد(1) 4_ شريط قياس 5_ شريط لاصق ملون 6- صافرة نوع (fox) عدد (2) 7-شواخص مخروطية الشكل عدد(8) 8- ساعة توقيت الكترونية(Dimond) صينية الصنع عدد(2) 9-كرات قدم عدد(10) .

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 الاختبارات المستخدمة في البحث :

الاختبار الاول : دقة التمرير (Zuhair Al-Khashab et al, 1999)

اسم الاختبار : اختبار دقة التمرير المتوسطة نحو ثلاث دوائر مرسومة على الأرض لمسافة (20) م
الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير المتوسطة .

الأنوات اللازمة : منطقة محددة لإجراء الاختبار ، (5) كرات ، شريط قياس ، بورك .

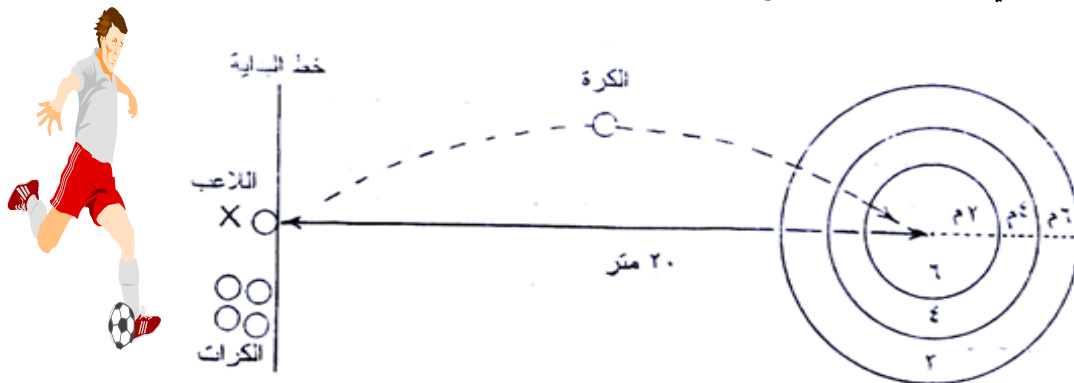
الإجراءات : ترسم ثلاث دوائر متداخلة ، أقطارها على التوالي (2 م ، 4 م ، 6 م) وتعطى لها درجات على التوالي (6 ، 4 ، 2) درجة حيث يكون مركز الدوائر نقطة البعد بين خط البداية والدوائر الثلاث والتي تكون بمسافة (20) م والشكل (3) يوضح ذلك .

التسجيل : - تعطى المختبر (5) محاولات متتالية .

- يحسب عدد الدرجات التي حصل عليها المختبر من المحاولات الخمس .

- أعلى درجة يحصل عليها المختبر هي 30 درجة .

➤ توجيهات عامة : - في حالة وقوع الكرة على خط الدائرة تعطى الدرجة التالية وحسب تسلسل الدوائر (5 ، 3 ، 1) درجة .وتعد المحاولة فاشلة في حالة سقوط الكرة خارج الدوائر .



الشكل (1) يوضح اختبار دقة المناولة المتوسطة نحو ثلاثة دوائر مرسومة على الأرض لمسافة (20) م

الاختبار الثاني : اختبار دقة التهيف بكرة القدم (Asaad, 2004)

اسم الاختبار : التهديف بدقة نحو هدف مقسم.

الغرض من الاختبار : قياس دقة التهديف نحو الهدف .

الأدوات اللازمة : كرات قدم عدد (6) ، شريط لتعيين منطقة التهديف للاختبار ، هدف كرة قدم ، ملعب كرة قدم.
الإجراءات : توضع (6) كرات قدم على خط منطقة الجزاء الذي يبعد (16,5) م عن الهدف بين كرة وأخرى (1م)؛ إذ يقف الطالب خلف الكرة رقم (1) وعندما تعطى له إشارة البدء يقوم الطالب بالتهديف في المناطق المؤشرة في الاختبار وعلى وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر حتى الكرة السادسة ويكون التصويب بوجه القدم .
 - يبدأ الاختبار من الكرة رقم (1) وينتهي في الكرة (6) .

- لا تعد المحاولة صحيحة في حالة عدم تسجيل أي هدف من الأهداف الثلاثة من كل جهة فضلاً عن الهدف الوسط
التسجيل : تحتسب عدد الإصابات التي تدخل أو تمس جوانب الأهداف الأربعة المحددة في كل جهة والوسط من الهدف بحيث تحتسب درجات كل كرة من الكرات الست وكالاتي

◀ 4 درجات عند التهديف في المجال رقم (4) .

◀ 3 درجات عند التهديف في المجال رقم (3) .

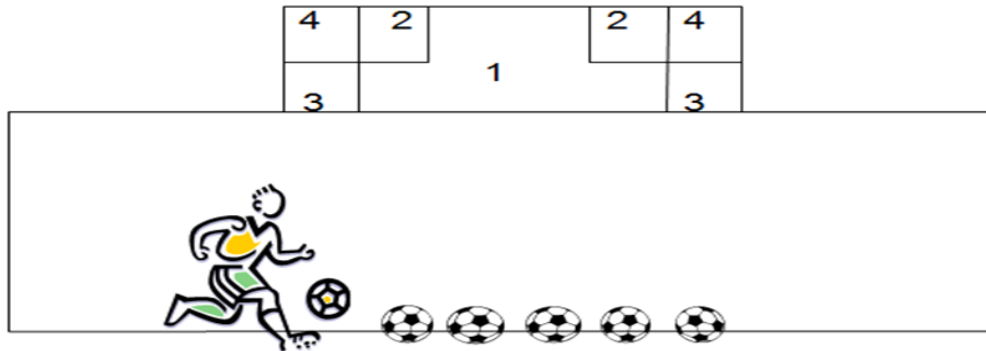
◀ 2 درجتان عند التهديف في المجال رقم (2) .

◀ 1 درجة واحدة عند التهديف في المجال رقم (1) .

- صفر عند التهديف الفاشل .

- يعطى للمختبر محاولة واحدة والتي تشمل على ست كرات

- تعطى أعلى درجة يحصل عليها اللاعب هي 24 درجة



شكل (2) يوضح اختبار التهديف باتجاه هدف مقسم إلى مناطق أو مجالات

5-2 التجربة الاستطلاعية :

تعد من الوسائل المهمة والضرورية جداً في تنفيذ البحوث ومنها يتمكن الباحث التعرف على الإيجابيات والسلبيات. إذ تم إجراء التجربة الاستطلاعية في تاريخ المصادف (1 / 11 / 2022) على عينة مكونة من (8) طلاب وأجريت التجربة في تمام الساعة (10 صباحاً) في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في ميسان لاختبارات التمرير والتهديف بكرة القدم، كان الهدف منها:

1- التأكد من ملائمة هذه الاختبارات لعينة الدراسة .

2- التأكد من صلاحية الأدوات والاجهزة المستخدمة في الدراسة .

3- التأكد من مدى صلاحية المكان المخصص لأجراء الاختبارات وترتيب أداؤها .

4- التعرف على الأخطاء والمشكلات التي قد تظهر في أثناء القياس لتلافيها في الدراسة الأساسية .

5- معرفة الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات .

2-6 الاختبارات القبلية :

تعد الاختبارات إحدى الوسائل المهمة لتقويم المستوى الذي وصل إليه الرياضي. كما تبين صلاحية أي برنامج تدريبي (فايز جمعة : 2014، ص188).

وتم إجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث البالغ عددها (40) طالب" يمثلون المجموعتين التجريبية والضابطة وبمعدل (20) طالب للمجموعة التجريبية و(20) طالب للمجموعة الضابطة.

. أجريت الاختبارات القبلية للمجموعة (التجريبية والضابطة) في تاريخ المصادف (3 / 11 / 2022) الساعة العاشرة صباحا في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في ميسان للاختبارات والتمرير والتهدف في كرة القدم للطلاب .

2-7 التجربة الرئيسة:

(المنهج التعليمي)

بعد أن أطلع الباحثان على مجموعة من المصادر العلمية والاستفادة من الدراسات السابقة والاستفادة من خبرات الأكاديميين في طرائق التدريس وعند إتمام الباحثان التجربة الاستطلاعية، والاختبارات القبلية ، اعد الباحثان منهجاً وفق (استراتيجية الذكاءات المتعددة) لتحقيق اهداف البحث وقد تضمن المنهج (10) وحدة تعليمية بواقع وحدة تعليمية واحدة في الأسبوع وبزمن قدرة (90) دقيقة للوحدة التعليمية على وفق الوقت المحدد للمحاضرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان .

التوزيع الزمني للمنهج التعليمي :

-عدد الأسابيع (10) .عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (1) وحدة تعليمية فيكون لدينا (10 وحدة تعليمية. — زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة .

-الزمن الكلي للوحدات التعليمية (90 X 10 = 900) دقيقة .

آلية التدريس استراتيجية الذكاءات المتعددة

تتكون هذه الاستراتيجية من عدة خطوات للذكاءات متعددة يمكن استعمالها بالتعليم حيث تكون البرنامج التعليمي من عدد من الوحدات تعليمية،

1- رفع الجانب التعليمي من القسم الرئيسي إلى القسم التمهيدي من الوحدة التعليمية بما يتلاءم مع اخراجية استراتيجية الذكاءات المتعددة لغرض استعمال تكنولوجيا التعليم في شرح وعرض المهارات قيد البحث في الصف الدراسي قبل ذهاب الطلاب إلى الملعب لأداء باقي فعاليات محاضرة التربية الرياضية بكرة القدم وهنا تم استعمال الخطوة الأولى والثانية وهي أ- التنبيه: ويتم استخدامها في الجزء التعليمي في القسم التمهيدي حيث "يركز المدرس على هدف محدد سواء كان هذا الهدف تعليمي يتم اكتسابه للطلاب على المدى القصير أو أن يكون جزءاً من المنهج تعليمي المعد الذي يجب اكتسابه للطلاب على المدى البعيد. إذ يوضع الهدف وسط السبورة وتعريف الطلاب بذلك الهدف مثلاً تعلم مهارة التمرير بكرة القدم مع شرح من قبل المدرس .

ب- التنشيط : ويتم استعمالها بالجزء التعليمي في القسم التمهيدي حيث يقوم المدرس بعرض المهارة من خلال برنامج (AutoPlay) عن طريق الفيديو مع الشرح المفصل وانواعها والاختفاء الشائعة وبعدها يطرح المدرس بعض الأسئلة حول المهارة والانتقال من ذكاء الى اخر من خلال ماذا تعلمت من الفديوات والشرح المفصل للمهارة من خلال طرح الأسئلة (ذكاء لغوي) تقسيم انواع المهارة واعطاء عدة صور حول المهارة (ذكاء منطقي رياضي) مشاهدة النموذج الحي

لتعلم المهارة (نكاء الحركي) سؤال الطلاب من يقوم بشرح المهارة امام الطلاب (نكاء شخصي) تقسيم الطلاب الى عدة مجاميع داخل الصف ووضع قائد على كل مجموعة (نكاء الاجتماعي) تشجيع الطلاب بعضهم بعض من خلال لإجابة على السؤال بشكل اسرع بين المجاميع داخل الصف (نكاء موسيقي) من خلال مشاهدته الفيديو والصور والأنموذج الحي (نكاء مكاني بصري) وبعدها كيف يستطيع الطالب ان يميز بين انواع مهارة التمرير وبين انواع التمرينات التي شاهدها (نكاء طبيعي)

2- بعد شرح المهارة بشكل مفصل وفق الاستراتيجية يتم اخراج الطلاب إلى الملعب الخارجي والبدء بوضع الطلاب حسب التقسيمات التي تم تقسيمها داخل الصف وهنا يتم استعمال الخطوة الثالثة من خطوات الاستراتيجية وهي .

ج- التدعيم : ويتم استعمالها في الجزء التعليمي ايضاً في الوحدة التعليمية يحدد المدرس أنماط الذكاءات التي سيعتمد عليها في بداية الدرس مثلاً الذكاء اللفظي عن طريق طرح الاسئلة والحوار المتبادل أو عن طريق الذكاء البصري تشغيل الفيديو أو أي نكاء آخر حسب طبيعة الموضوع وطريقة المدرس في العرض مع تنفيذ جميع ما تم مشاهدته وسماعه استعمال كافة الوسائل والانشطة والاساليب .

3-تنفيذ مبادئ اعطاء التمارين المهارية بالتسلسل بالوحدات التعليمية من السهل إلى الصعب وفق إمكانيات الطلاب ومستوى تعلمهم للمهارة .

8-2 الاختبارات البعدية:

اجرى الباحثان الاختبارات البعدية في التاريخ الموافق (3 / 1 / 2023) بعد اكمال الوحدات التعليمية لتعلم الاداء الفني للمهارات اجريت الاختبار البعدي لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) مع محاولة توفير الظروف والاحوال نفسها التي كانت في الاختبار القبلي.

2-9 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية spss :

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض وتحليل الاختبارات قيد البحث للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي وكما مبين بالجدول (2) .

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي

المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدي		ف س	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س	ع	س	ع					
التمرير	درجة	12.70	2.02	17.65	1.87	4.95	2.85	7.75	0.000	دال
التهديف	درجة	11.05	2.35	16.15	1.87	5.10	2.48	9.16	0.000	دال

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية 19

3-1-1 عرض وتحليل الاختبارات قيد البحث للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وكما مبين بالجدول (3) .

وجنول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي

المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدي		ف س	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س	ع	س	ع					
التمرير	درجة	13.95	4.12	14.85	3.11	0.90	1.86	2.16	0.04	دال
التهديف	درجة	11.90	2.51	13.25	1.58	1.35	2.68	2.25	0.03	دال

بمستوى دلالة 0.05 بدرجة حرية (19)

3-1-2 عرض وتحليل ومناقشة الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارات قيد البحث .

وجنول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س	ع	س	ع			
التمرير	درجة	14.85	3.11	17.65	1.87	3.43	0.00	معنوي
التهديف	درجة	13.25	1.58	16.15	1.87	5.28	0.00	معنوي

بمستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية 38

2-3 المناقشة :

من خلال المقارنة بين نتائج الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث والتي تم عرضها وتطيلها في الجدول (4) أظهر أن هنالك فروق معنوية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية ذات المتوسط الحسابي الأكبر لجميع الاختبارات؛ إذ كانت نسبة الخطأ اقل من مستوى الدلالة البالغة (0.05) ويرجع سبب معنوية الفروق وما تضمنه من الوحدات التعليمية من أثر تمرينات مهارية وفق الاستراتيجية الذكاءات المتعددة وفعاليتها الإيجابية لتعليم في كيفية استقبال المعلومات ومن خلال استعمال الوسائط التكنولوجية من عرض وشرح المهارة والتعرف على أخطاء المهارة إذ سهل عملية التعلم من خلال استعمال التكنولوجيا وما يشاهده الطلاب من دقة في عرض المهارات ،

فضلاً عن فاعلية العرض البطيء وهذا ما يجعل الطالب يحصل على فرص جيدة في معرفة كيفية أداء الحركات وسرعة استيعابها حسب حاجته (S. H. Hamad et al., 2024).

استعمال وسائل تعليمية حديثة وهذا يعني الخروج من النمط التقليدي والأسلوب التقليدي واللجوء الى الأساليب الحديثة في تعلم المهارات بكرة القدم من أجل تحقيق التنوع في استعمال التقنية والوسائط التعليمية حتى يتمكن الطالب من مشاركة أكثر من حاسة في استقبال المعلومات وهذا ما أكدته (Al-Zayoud, 1999) " أن الوسائط التعليمية تساعد على تكامل الحواس عند المتعلم وجعل عملية التعلم أكثر يسراً وسهولة وأكثر جذبا وتشويقاً ومن خلال استعمال التكنولوجيا التي توفر أكبر قدر ممكن من المعلومات استعمالها كوسيلة للتغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء أذ أن تعلم طلاب المجموعة التجريبية على كيفية توجيههم البصري (تميز مثير بين عدة مثيرات بأكثر سرعة ممكنة ساعد في بناء وامتلاك بنية معرفية عميقة من خلال دمج المعلومات الجديدة مع المعلومات السابقة للمهارات (Abdelkader, 2023)، وترسيخها في الدماغ وهذا ساعد في تعزيز قدرتهم على تخزين المعلومات في الذاكرة الطويلة الأمد بحيث يساعد على تقليل من احتمال النسيان للمعلومات لذلك قد يكون للمعلومات السابقة فاعلية في انجذاب المتلقي إليها وأن هذه المعلومات تتحسن باستمرار مع الحصول على المعلومات الجديدة وارتباطها بالمعلومات المخزونة سابقاً في الذاكرة طويلة الأمد حتى الوصول إلى الأداء الأمثل وهذا ما أكدته (M. I. Hamad, 2001) "أن تحسن الإدراك الذي يتضمن تفاعل المعلومات المتعارف عليها من قبل الحواس مع المعلومات الموجودة في الذاكرة والخبرات الإدراكية الواسعة والتي تسهم في انقضاء نماذج من الخبرات السابقة التي اكتسبها الفرد في الموقف الذي يمر فيه " ، (Khazal et al., 2024) أن جميع المثيرات التي تنشط المستقبلات الحسية يتم فرزها بشكل دائم في الذاكرة ولكن المستويات المختلفة من المعالجة هي التي تتسم بالقدرة على ادخال المعلومات واسترجاعها و عندما تتماثل طريقة الدخول إلى المعلومات مع تلك التي استخدمت في تعلمها فإن فرص تذكرها تكون أكبر وهذا كله ينميه دراسة التوجه البصري للفرد وفقاً لاستراتيجية الذكاءات المتعددة مما يجعله متفاعلاً ونشطاً مع المهارات قيد البحث ؛ إذ إن "كان جهد المتعلم كبيراً في استيعاب المعلومات الجديدة واستخلاص التعميمات وتكوين المفاهيم كلما كان مستوى المعالجة كبيراً و من ثم يكون استرجاع المعلومات بشكل يساعد على التركيز وهذا ما يتفق الباحثان على ما جاء في دراسة (Dhafer, 2002)

أن " من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو لأبد أن يكون هناك تطوير في التعلم ما دام الرياضي يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلم والتعليم ولكي تكون بداية التعلم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الاداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الاداء أن معرفة المتعلم بنتائج أداءه من المبادئ المهمة لحدوث التعلم ؛ إذ يتطلب بعد الانتهاء من أي نشاط وجود تغذية راجعة تخبر المتعلم بنتائج نشاطاته لأثارة دافعيته وتحفيزه على مواصلة التعلم ، ويعزو الباحثان أن الطريقة التي اعتمدها في بناء التمرينات المهارية وبالأسلوب التدريجي داخل اطار الوحدة التعليمية وعلى طول مدة مفردات هذا المنهج من قبل المجموعة التجريبية مع التركيز على إعطاء التكرارات المناسبة وبشكل دقيق يتناسب مع قدرات الطلاب في هذه المرحلة والتوجيهات المستمرة من قبل المدرس في تحفيز الطلاب على تنفيذ هذه التمرينات المهارية مع العمل على تصحيح الأخطاء عن طريق التقويم المبدئي اثناء تطبيق التمرينات (Shabib et al., 2024) والأعاده بالتكرارات المبرمجة الموضوعية والتقويم النهائي واعطاء تغذية راجعة وتصحيح الأخطاء في الوحدة التعليمية التي كما في (Kadhim, 2020) تنفذها من قبل المجموعة التجريبية ساهمت بالتأثيرات الإيجابية على مستوى الطلاب .

وان الفرق في نسب التعلم لصالح المجموعة التجريبية والتي تتميز عن المجموعة الضابطة وذلك إن الاستراتيجية الذكاءات المتعددة تراعي الفروق الفردية وعدم استعمال وسائل تكنولوجيا (Hammad, 2022) تؤدي الى عدم تحفيز الطلاب للتعلم وان التمرينات المهارية التي عدها الباحثان ساهمت ايضاً في تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة

الضابطة لذا رأي الباحثان بالنسبة للطلاب في هذا المستوى من العمر يجب أن يتخلله تدريبات مهارية متنوعة ومن طبيعة الأداء لأنها تبعد الطلاب عن الرتابة والملل كما تفعل وتنشط قدرات الطلاب ولأن التنوع يقود إلى التغيير والاستمتاع, ولا سيما في هذه المرحلة العمرية . وهذا ما اكده (Korolkov, 2018) ان " عدم العناية باختيار التدريبات التي تحقق الهدف من التعلم تؤخر وصول الطلاب إلى مستوى الاداء المطلوب خلال المدة الزمنية المحددة للتعلم (Ahmed Obaid et al., 2024) " وهذا ما يتفق معه الباحث على ما اكده (Grout & Long, 2009) بأن " استعمال التمارين المهارية المتنوعة مساعدة وبأسلوب علمي لها تأثير ايجابي في تطوير القدرات البدنية والحركية والمهارية"

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- إن اثر تدريبات مهارية وفقاً لاستراتيجية الذكاءات المتعددة تأثير ايجابي في تعلم المهارات التمرير والتهديف بكرة القدم للطلاب.
- 2- إن التدريبات التي استخدمت في الوحدات التعليمية على وفق استراتيجية الذكاءات المتعددة تشجع الطلاب على الادراك والتفكير والتركيز مما ساعد على تعلم مهارات التمرير والتهديف بكرة القدم .
- 3- إن التدريبات المهارية المتنوعة وفق استراتيجية الذكاءات المتعددة تزيد من عامل التشويق والمنافسة للطلاب
- 4- إن التدريس على وفق استراتيجية الذكاءات المتعددة عالج بصورة فعالة الفروق الفردية بين الطلاب مما ساعدهم على اتخاذ القرار الصحيح وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم .

4-2 التوصيات :

- 1- يوصي الباحثان إجراء المزيد من الدراسات التي تستخدم الاستراتيجيات والأساليب التدريسية الحديثة المختلفة فلها الأثر البالغ في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للطلاب.
- 2- أتباع الأسلوب العلمي عند اختيار التدريبات المهارية الحديثة للوحدات التعليمية مع مراعاة المرحلة العمرية الطلاب
- 3- يوصي الباحثان عند استعمال الاستراتيجيات الحديثة مثل استراتيجية الذكاءات استعمال التكنولوجيا في عرض الفيديوات امام الطلاب عند تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في عينة من طلاب المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان, للعام الدراسي 2022—2023.

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

غيث حسن عبد علي <https://orcid.org/0009-0000-2558-9104>

References

- Abdelkader, A. K. (2023). The effect of the strategy of thinking, pairing and participating in teaching some grips in the wrestling game for students. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 15(57).
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Ahmed Obaid, M., Hussein Khalifa, A., & Saad Rabeea, M. (2024). 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. <http://dx.doi.org/10.61186/aassjournal.1286>
- Al-Shaib, A. H. (2019). *Foundations of Educational Research* (2nd ed, p. 86). Wael Printing House.
- Al-Zayoud, N. F. et al. (1999). *Classroom Learning and Teaching* (4th ed, p. 163). Dar Al-Fikr for Printing, Publishing and Distribution.
- Asaad, L. (2004). *Determining standard levels for some physical and skill abilities as an indicator for selecting football juniors in Iraq aged (15–16) years* [Master's thesis]. University of Baghdad.
- Dhafer, H. I. (2002). The interconnected teaching method and its effect on learning and development through spatial organizational options for the tennis learning environment [Doctoral thesis]. *University of Baghdad*.
- Gardner, H. (1983). Frames of mind New York: Basic. *The Development Of Children's Thought*.
- Grout, H., & Long, G. (2009). *Improving teaching and learning in physical education*. McGraw-Hill Education (UK).
- Hamad, M. I. (2001). Modern sport training–planning, application and leadership. *Dar Elfekr El-Araby, Cairo*.
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.

- Hammad, S. H. (2022). The effect of cognitive exercises with educational technology in developing the ability to shift attention and performing counterattack skills in fencing. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 5(25).
- 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>
- 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).
- Korolkov, A. N. (2018). Teaching methods of physical education. *Golf, Publishing House Yurayt, Moscow*.
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>
- Zuhair Al-Khashab et al. (1999). *Football: Vol. 1st edition*. University Press.

نموذج لوحة تعليمية

اليوم والتاريخ 9 / 11 /

الهدف التعليمي : تعلم مهارة التمرير بكرة القدم

2022

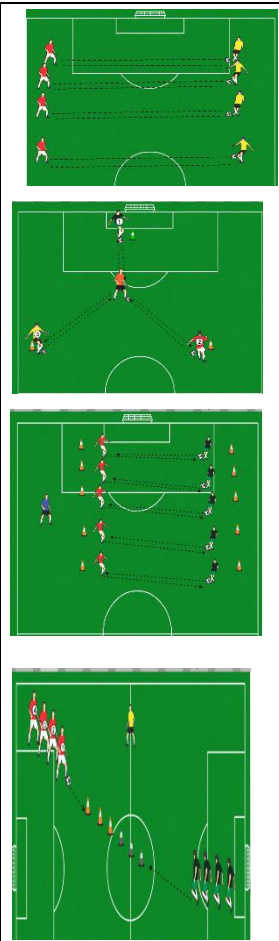

زمن الوحدة التعليمية : 90 د

الهدف التربوي : تنمية روح التعاون والمحبة بين الطلاب

عدد الطلاب : 20

نوع النشاط	الوقت	الاهداف السلوكية	التفاصيل	التنظيم	شكل التمرين	الملاحظات
النشاط التعليمي من الجزء الرئيسي	15د		الخطوة الاولى من خطوات الاستراتيجية الذكاءات المتعددة ((التنبيه)) يقوم المدرس بكتابة مهارة التمرير بكرة القدم وسط السبورة وتعريف الطلاب ماهي مهارة التمرير الخطوة الثانية من استراتيجيات الذكاءات المتعددة ((التنشيط)) يقوم المدرس شرح مهارة التمرير ومن ثم يقوم بعرض مهارة التمرير بالكرة وتشغيل الفديوات للمهارة عن طريق برنامج (أوتو بلي) ومن ثم الخروج إلى استخدام الباحث الخطوة الثالثة من خطوات الذكاءات ((التدعيم)) يقوم المدرس بعد الشرح والعرض بانتقال الطلاب تعريف الطلاب بكل نوع من انواع الذكاءات وكيفية استعمالها بالمحاضرة وتقسيم الطلاب الى مجموعات استعمال كافة الوسائل والادوات والانشطة لتحقيق اهداف ومن ثم الانتقال الى الملعب تهيئة الأدوات واخذ الحضور التفطيش على الملابس الرياضية			التاكيد على الهدوء والانتباه والتركيز حول طرح الاسئلة حول مهارة التمرير والاختفاء التي تقع عند تنفيذها وصولا للاداء المناسب الخالي من الاخطاء
الجانب الاداري	5 د	ان يميز الطالب انواع مهارة (التمرير بكرة القدم ان يدرك الطالب اهمية المسافات بينه وبين الزميل				
الحماء	5 د		السير الاعتيادي تمارين مختلفة من السير الاعتيادي هرولة اعتيادية تمارين مختلفة من الهرولة ثم السير الاعتيادي الوقوف. تمرين الذراعين (الوقوف، الانتشاء العرضي) ضغط			
تمرينات بدنية	5 د		الذراعين إلى الجانب ومدهما عدة (4)			

			<p>تمرين الجذع (جلوس طويل، ضماً) الذراعين عالياً ثني الجذع للأمام والثبات (10) عدة</p> <p>تمرين الساقين (الوقوف تخصر) القفز بتبادل القدمين أماماً خلفاً (2) عدة. الخطوة الرابعة للنكارات ((التدريس)) اعطاء أكثر من مثال عن كل ذكاء وسؤال وجواب من قبل الطلاب وشرح التمرين مهارة التمرير بصورة جيدة وتقديم الانموذج امام الطلاب وتطبيق التمرين</p> <p>تطبيق التمرينات (1-2-3-4) لكل تمرين 10 دقائق استعمال الخطوة الخامسة ((التقويم المبدئي)) هو ملاحظة المدرس لكل طالب في كيفية تطبيق التمرينات واعطاء التغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء بصورة سريعة .</p>			
--	--	--	---	--	--	--

				<p>ان يحاكي الطالب التمرينات الخاصة بالتمرير (ان يتقن الطالب المهارة والربط بين اجزائها</p>	60 د	الجزء الرئيسي
					10 د	الجزء الختامي



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Psychological resilience and its relationship to athletic excellence among tennis players

Sami Hamid Mohammed ¹ 

University of Salahaddin / College of Science¹

Faculty of Education / Shaqlawa - Department of Physical Education²

Mulawan Sherko Mohammed ² 

Article information

Article history:

Received 15/10/2024

Accepted 23/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

psychological resilience, athletic excellence, tennis, psychology



Abstract

The study aimed to identify the degree of psychological resilience and athletic excellence among tennis players. The researchers used the descriptive approach with the comparative and correlational method, as the research sample was the players of Erbil Governorate, numbering (16) players, at a rate of (16). The psychological resilience scale of (Muhammad Salman Shabib, 2018) and the scale of dimensions of athletic excellence prepared by (Muhammad Hassan Alawi, 1998) were used. The researchers concluded the following: – Players of Al-Ala Club, Nishtman Club and Ararat Club have low levels of psychological resilience by comparing the values of the arithmetic means with the hypothetical average value of the scale. The researchers recommended that coaches pay attention to the psychological preparation of players to control their emotions, motivate them and enhance them in order to achieve excellence and high levels of performance.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



الصمود النفسي وعلاقته بتفوق الرياضي لدى لاعبي التنس

✉ مةلقوان شيركو محمد²

جامعة صلاح الدين/ كلية التربية / شقلاوة – قسم التربية الرياضية²

✉ سامي حميد محمد¹

جامعة صلاح الدين/ كلية العلوم¹

المخلص

هدفت الدراسة الى التعرف على درجة الصمود النفسي والتفوق الرياضي لدى لاعبي التنس واستعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن والارتباطي اذ كانت عينة البحث هم لاعبي محافظة اربيل البالغ عددهم (16) لاعبا بنسبة وتم استعمال مقياس الصمود النفسي لـ (محمد سلمان شبيب ، 2018) ومقياس أبعاد التفوق الرياضي المعد من قبل (محمد حسن علاوي ، 1998) ، واستنتجت الباحثان ما يلي: - يمتلك لاعبو ناديي الا ونادي نيشتمان و نادي ارارات مستويات منخفضة من الصمود النفسي وذلك من خلال مقارنة قيم الأوساط الحسابية مع قيمة المتوسط الفرضي للمقياس، وأوصى الباحثان يهتم المدربون بالإعداد النفسي للاعبين للتحكم في انفعالاتهم وتخفيفهم وتعزيزها بهدف تحقيق التفوق ومستويات عالية من الأداء

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/15

القبول : 2024/11/23

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

الصمود النفسي , التفوق الرياضي , التنس , علم النفس

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

التنس هي رياضة تتطلب التوازن بين القدرات البدنية والعقلية، حيث يؤثر كلا الجانبين بشكل كبير على أداء الرياضي ونتائجه، وتعتبر المرونة العقلية أحد العوامل الأساسية في مساعدة الرياضيين على مواجهة التحديات والضغوط المرتبطة بالمنافسات الرياضية. .

المرونة النفسية هي أحد المفاهيم الأساسية لعلم النفس الإيجابي (فرع من علم النفس الإيجابي مخصص لتجاوز المفهوم التقليدي للصحة النفسية وتحسين الأداء النفسي العام للإنسان حتى يتمكن من عيش حياة مليئة بالقيمة). ويدركون طموحاتهم ويستخدمون قدراتهم الإنسانية لتحقيق الرضا والسعادة والثبات وتحسين تجربتهم الإنسانية العامة في كافة المجالات الإنسانية القيمة مثل: العلاقات الاجتماعية، والعمل، وحتى الترفيه (Abu Halawa, 2004)

تعد المرونة النفسية عاملاً مهماً للرياضيين للحفاظ على الأداء الأمثل والصحة البدنية والعقلية عندما يواجهون بيئات وأحداث حياتية ضاغطة أثناء التدريب والمنافسات الرياضية، وهي من المتغيرات النفسية المهمة التي تؤثر على أداء الرياضي. سلوك الرياضيين، إذ تلعب المرونة النفسية دوراً مهماً في تشكيل سلوك الرياضيين في المواقف الرياضية التي يواجهونها، مما ينعكس على حالتهم النفسية، حيث تتكون من عدة مكونات منها التوجه نحو تحقيق الأهداف، والكفاءة الذاتية كما في (Hamed & Ahmed, 2023) والمثابرة، والثقة.

تعتبر الصلابة الذهنية من أهم العوامل والسمات الشخصية الإيجابية التي تؤثر على المستوى الفردي والنجاح في الرياضة، حيث أن المواقف الصعبة التي يواجهها العديد من الرياضيين تشكل العديد من العوائق أمام تحقيقهم للنمو الرياضي وهي في نفس الوقت حافز لهم على ذلك. مواجهة الصعوبات. ولذلك يجب الاهتمام بالمرونة النفسية لدى الرياضيين لتحسين قدرتهم على الهروب من الضغوط النفسية التي يتعرضون لها سواء كانت داخلية أو خارجية لتحقيق مستوى عالٍ (Al-Zubaidi, 2019)

البحث النفسي مهم جداً في تحقيق التفوق أو الإنجاز العالي في الرياضة لأنه إذا تساوت جميع العوامل فإن العوامل النفسية تظل هي العوامل التي تلعب دوراً بارزاً في تحقيق التفوق، ولكن العوامل النفسية (Masoud & Shabib, 2024) أيضاً تختلف في اختلاف الأنشطة بسبب اختلاف أنواع الأنشطة. وكيفية أدائها، مما يوضح أيضاً أنك بحاجة إلى ممارسة أي نشاط بدني، فمن الناحية النفسية هناك العديد من المتطلبات النفسية حتى يتمكن الفرد من الاستجابة بشكل صحيح للمواقف المتغيرة والتكيف مع نفسه عند ممارسة الأنشطة البدنية الظرفية. ويحدد بناء على ذلك مستواه وكفاءته في المنافسة الرياضية (Abd Elbaseer, 1999)

وتكمن أهمية هذه الدراسة في أنها هدفت إلى فهم العلاقة بين المرونة النفسية والتفوق الرياضي لدى لاعبي التنس، وهي علاقة قد تساعد في تحسين برامج التدريب الرياضي وتنمية الدعم النفسي للرياضيين من خلال فهم مدى استراتيجية التأثير النفسي. تُظهر المرونة أن المدربين واللاعبين يمكنهم تحديد نقاط القوة والضعف النفسية وجعل بناء المرونة جزءاً مهماً من التدريب.

بالإضافة إلى ذلك فإن نتائج هذه الدراسة يمكن أن تساهم في تطوير برامج الدعم النفسي التي تستهدف الرياضيين الشباب والناشئين بشكل خاص، مما يمكن أن يساعد في تطوير جيل جديد من الرياضيين يتمتع بقدرات عقلية وبدنية شاملة تؤهلهم لتحقيق مستويات عالية في الرياضة مستوى التميز.

1-2 مشكلة البحث

تتمثل مشكلة البحث في فهم كيفية تأثير الصمود النفسي على التفوق الرياضي لدى لاعبي التنس ، حيث يواجه هؤلاء اللاعبون تحديات نفسية عديدة اثناء المباريات مثل الضغط النفسي والتوتر والقلق التي تؤثر على ادائهم . رغم ان الصمود النفسي يعبر عن العوامل الهامة التي تساهم في التكيف مع هذه الضغوط الا ان هناك نقصا في الدراسات التي تربط بين هذه القوة النفسية والتفوق الرياضي في التنس . لذا يطرح السؤال حول ما اذا كان الصمود النفسي يساهم في تحسين الاداء الرياضي لدى لاعبي التنس وبالتالي التأثير على نتائج المباريات . و ان بعض المشاكل التي يمكن ان يستكشفها الباحث هي كيف يساعد الصمود النفسي اللاعبين في التعامل مع ضغوط المباريات الصعبة وهل يختلف تأثير الصمود النفسي بين اللاعبين وما هي الاستراتيجيات التي يستخدمها لاعبو التنس لتعزيز صمودهم النفسي وكيفية تأثرها على ادائهم؟

1-3 اهداف البحث:

1. التعرف على مستوى الصمود النفسي و التفوق الرياضي لدى لاعبي التنس في محافظة رُبيل.
- 1- تحديد العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي و التفوق الرياضي لدى لاعبي التنس في محافظة رُبيل.

1-4 فرض البحث:

هناك علاقة قوية بين الصمود النفسي و التفوق الرياضي للاعبين التنس في محافظة رُبيل.

1-5 مجالات البحث:

- المجال البشري: لاعبي التنس في محافظة رُبيل.
- المجال الزماني: الفترة من (10 / 5 / 2024) ولغاية (22 / 5 / 2024) .
- المجال المكاني: ملاعب اكوا برك للتنس - رُبيل.

1-6 المصطلحات الواردة في البحث:

1-6-1 الصمود النفسي :

قوة الفرد على الازدهار أو النجاح على الرغم من الشدائد التي يواجهها وتجوز المحن في المواقف شديدة الصعوبة و مواجهتها بفاعلية وقدرته على استعادة توازن وتماسك الشخصية (Al-Bilal, 2020)

1-6-2 تفوق الرياضي:

ان التفوق الرياضي بالنسبة للفرد يعني ما وصل اليه الفرد في أدائه في رياضة تخصصية الى مستوى اعلى من مستوى امثاله العاديين في ذات المجال (الرياضي) وعن غوه من المجالات التي تعبر عن المستوى العقلي الوظيفي للفرد ، بنوط ان يكون ادائه هذا المجال (النشاط) الذي اتخذه موضع احترام بينه وبين نفسه ، وبينه وبين الآخرين. (Zaki, 2006)

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:-

2-1 منهج البحث :-

استخدم الباحثان المنهج الوصفي المقرن الارتباطي باعتباره انسب المناهج لتحقيق اهداف البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته:-

تتكون مجتمع البحث من (24) لاعبا، اما عينة البحث فكانت (16) لاعبا من لاعبي التنس من اندية (نالا ، رُبيل ، اسو ، نيشتمان ، لرات ، قلعة ، هندين ، اكاد) تم اختيارهم بالطريقة العمدية ، كما تم اختيار (4) لاعبين لاجاء التجربة الاستطلاعية.

جدول 1

يبين الاندية والمجتمع وعينة البحث

الاندية	عينة البحث	العدد الكلي للنادي
نالا	2	3
اربيل	2	3
اسو	2	3
نيشتمان	2	3
ارارات	2	3
قلعة	2	3
هندرين	2	3
أكاد	2	3
المجموع	16	24

2-3 أدوات واجهزة البحث :

والطريقة تعني المنهج الذي يمكن للباحث من خلاله معالجة القضية، بغض النظر عن الأدوات أو البيانات المتاحة له (Wajih Mahjoub, 2001)

-المصادر العربية , استبيان (مقياس الصمود النفسي، مقياس التفوق الرياضي) , آلة حاسبة يدوية , آلة كومبيوتر

2-4 اجراءات البحث الميدانية:-

2-4-1 اجراءات اعداد مقياسي البحث:-

وبعد الرجوع إلى مجموعة المصادر والمراجع ذات العلاقة بموضوع البحث اعتمد الباحث على مقياس المرونة النفسية لـ (محمد سلمان شبيب، 2018) والذي يتكون بصورته النهائية من (53) فقرة كما هو مبين في الملحق (2)، (سبعة مجالات وهي: القوة الشخصية وفقراتها (5-8-9-10-22-33-41-45)، وحل المشكلات وفقراتها (1-2-11-17-28) - 34-35-36-37-40-47)، المرونة وفقراتها (3-4-6-12019-23-29-42-51)، القدرة على تنظيم الضغوط وفقراتها (13-15-24) - 46-48-52-53)، التفاؤل وعبراته (7-25-26-49-50)، العلاقات الاجتماعية ومشليعيها (14-18-20-27-30-39-43)، المرونة ومشليعيها (16-21) - 31-32-38-44) تتكون من (53) فقرة، علماً أنها تتكون من (18) فقرة سلبية وهي (1-4-7-10-12-15-16-19-24-27-29-33-35-37-42-46-49-51) يرجى العلم أن مقياس التقييم هو خمسة ودرجة التصحيح فقرة سلبية.:

تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	2	3	4	5

و (35) فقرات ايجابية وهي (2-3-5-6-8-9-11-13-14-17-18-20-21-22-23-25-26-28-30-31-32-34-36-38-39-40-41-43-44-45-47-48-50-52-53).

علما ان موزان التقدير الخماسي وتكون درجات تصحيح الفقرات الايجابية:

تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
5	4	3	2	1

وتكون الدرجة الكلية العليا للمقياس (265) درجة ، اما الدرجة الكلية الدنيا للمقياس فهي (53) درجة. واعتمد الباحثان ايضا على مقياس ابعاد التفوق الرياضي حيث يقيس ثلاثة ابعاد بالاضافة الى الدرجة الكلية للمقياس التي يتكون من (54) قوة ملحق (3) تشير الى توجه الفرد نحو الرياضة بصفة عامة ونحو التفوق الرياضي ، وابعاد القياس في الصورة هي:

1- بعد (ضبط النفس) يتكون من (18) عيلة منها (16) عيلة سلبية وعكس اتجاه البعد و عدد(2) عيلة ايجابية العبريات السلبية يتكون لقامها من (47-44-43-42-40-38-37-28-21-20-17-12-11-7-51-52) اما العبريات الايجابية فهما (24،30).

2- بعد (الاحساس بالمسؤولية) يتكون من (18) عيلة منها (14) عيلة سلبية وعكس اتجاه البعد و عدد(4) عيلة ايجابية العبريات السلبية يتكون لقامها من (50-46-41-35-33-32-29-26-19-8-6-5-3-1) ، اما العبريات الايجابية فهما (54-48-39-14).

3- بعد (الاحزاق الاخرين) يتكون من (18) عيلة منها (15) عيلة سلبية وعكس اتجاه البعد و عدد (3) عيلة ايجابية العبريات السلبية يتكون لقامها من (45-36-34-30-25-23-22-18-16-13-9-4-2) ، اما العبريات الايجابية فهما (53-49-10).

هذا المقياس وضعه في الاصل "نونالد دل" بهدف التوجه نحو المنافسة الرياضية ونحو بعض الابعاد المرتبطة بالتفوق الرياضي ، وقد قام (Allawi, 1999) باقتباس وتعديل العديد من الفقرات ، ويقوم اللاعب بالإجابة على القوة طبقا للمقياس خماسي التوج للعبريات الايجابية (أوافق بدرجة كبيرة (5) درجات ، أوافق (4) درجات ، غير متأكد (3) درجات ، لا أوافق (2) درجات ، لا أوافق بدرجة كبيرة (1) درجات ، اما للعبريات السلبية فتكون (أوافق بدرجة كبيرة (1) درجات ، أوافق (2) درجات ، غير متأكد (3) درجات ، لا أوافق (4) درجات ، لا أوافق بدرجة كبيرة (5) درجات). ويتم جمع درجات كل بعد على حدة حيث الدرجة الصغرى هو (18) والدرجة الكبرى هو (90) ، وكلما اقتربت أو تجوزت الدرجة من الوسط الفرضي (54) لكل بعد كلما كانت تتميز بالخاصية التي يقيسها هذا البعد وكلما قلت درجته يدل ذلك على حاجته لاكتساب المزيد من الترويب على المهلة العقلية التي يقيسها هذا البعد ، ويتكون الدرجة الصغرى ككل (54) والدرجة الكبرى (270) اما درجة الوسط الفرضي (162).

2-4-2 التجربة الاستطلاعية :-

من اجل ضمان وضوح فئات المقياس لعينة البحث وللتعرف على الوقت الذي تستغرقه الاجابة على فئات المقياس وللتعرف على ظروف تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مؤلفة من (4) لاعبا ، تم تطبيق المقياسين بتاريخ 1-5-2024 ، اتضح نتيجة التجربة ان فئات المقياسين واضحة ولم يواجه الباحثان صعوبات مع العينة الاستطلاعية وتبين ان الوقت الذي استغرقته مقياس الصمود النفسي قد بلغ (16) دقيقة أما فيما يخص مقياس التفوق الرياضي فقد بلغ (18) دقيقة.

2-5-2 الاسس العلمية للمقياس:-

2-5-1 الصدق:-

لغرض التأكد من قوة المقياس على قياس ما وضع لأجله تم اللجوء الى الصدق الظاهري من خلال عرضه على الخبراء والسادة المختصين اللذين اقرروا صلاحيته وظهرت نسبة الاتفاق بين السادة المختصين تصل الى 95% وهذا يعني ان المقياس صادق لأنه على الباحث الحصول على موافقة 75% فأكثر من راء المحكمين في هذا النوع من الصدق (Benjamin, 1993)

2-5-2 الثبات:-

ومن المهم بعد إجراء التجربة الاستكشافية تحديد معامل ثبات المقياس. يقيس هذا المعامل اتساق الدرجات عند إعادة الاختبار بعد أسبوع واحد في ظل ظروف مماثلة باستعمال نفس المقياس والعينة. وأظهر الاختبار الأولي وإعادة الاختبار معاملات ثبات عالية مما يدل على ثبات مقياس المرونة النفسية (84.1) ومقياس التميز الرياضي (82.1). وتم التأكد من ذلك باستعمال معامل ارتباط بوسون مما يدل على أن الاختبار مناسب لأفراد العينة.

2-6 التجربة الرئيسة :-

بعد تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من التجربة الأولية، شوع الباحث في تنفيذ التجربة الرئيسية في الفترة من 5 إلى 2024/5/10، في ملاعب التنس أكوا برك الواقعة في محافظة ربيع. تمت هذه التجربة خلال بطولة محافظة ربيع والتي كانت مخصصة للاعبين التنس المهواة. تم إعطاء استبيانات لكلا المقياسين لـ (12) مشرًا بالغا، وبمجرد الانتهاء منها، قام الباحث بجمع الاستبيانات من أجل جمع نتائج البحث.

2-7 الوسائل الإحصائية المستخدمة:-

استعمل الباحثان الوسائل الإحصائية للبرنامج الإحصائي الألي (SPSS Version 12.0) الموجود في الحاسوب.

3- عرض ومناقشة النتائج :-

3-1 التعرف على الصمود النفسي والتفوق الرياضي لدى عينة البحث:-

بعد جمع البيانات والتعرف على مستويات الصمود النفسي لدى المشاركين في البحث لذا تطلب ذلك استخراج قيمة (t) بين الوسط الحسابي والوسط الافتراضي كما هو مبين في الجدول (2).

جدول (2)

توضيح العلاقة بين المتوسط الحسابي والمتوسط الافتراضي لصمود النفسي.

يتضح لنا من الجدول رقم (2) بأن قيمة الوسط الحسابي كانت أكثر من الوسط الفرضي لدى لاعبي (نادي نالا و نادي

الاندية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		قيمة p	الدالة
					المحسوبة	الجدولية		
نالا	64.11	5.85	62	2	4.28	4.3	0.052	معنوي
اربيع	52.74	4.37	62	2	0.93	4.3	0.22	غير معنوي
أسو	50.67	4.50	62	2	0.84	4.3	0.27	غير معنوي
نيشتمان	53	9	62	2	156	4.3	0.032	معنوي
أارات	65.63	4.91	62	2	5.49	4.3	0.071	معنوي
قلعة	62.11	8	62	2	1.58	4.3	0.2	غير معنوي
هندرين	64.57	8.52	62	2	1.76	4.3	0.28	غير معنوي
اكاد	61.14	7.05	62	2	2.29	4.3	0.24	غير معنوي

نيشتمان ونادي لارات) وهذا يدل على امتلاكهم صمود نفسي عالية عندما وجدنا بأن القيم المحسوبة قد كانت أكبر من قيمة الجدولية عند درجة الحرية (2) على التوالي و مستوى الدلالة (0.005) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الدرجات المحسوبة و الجدولية.

أما بالنسبة لعينات (نادي ربيع ، نادي اسو ، نادي قلعة ، نادي هنتوين ونادي اكاد) اتضح لنا بان قيمة الوسط الحسابي كانت اقل من الوسط الفرضي وهذا يدل على عدم امتلاكهم صمود نفسي عالية بعد ان وجدنا القيم المحسوبة كانت اصغر من الجدولية عند درجة الحرية (2) على التوالي و مستوى الدلالة (0.005) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الترتيبات المحسوبة والجدولية.

جدول (3)

يوضح العلاقة بين المتوسط الحسابي والمتوسط الافتراضي لتفوق الرياضي

يتضح لنا من الجدول رقم (3) بان قيمة الوسط الحسابي كانت اقل من الوسط الفرضي لدى العينات (نادي نالا و نادي

الاندية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		قيمة p	الدلالة
					المحسوبة	الجدولية		
نالا	63.54	5.09	77.5	2	5.7	4.3	0.032	معنوي
اربيع	68.19	8.43	77.5	2	137	4.3	0.2	غير معنوي
أسو	54.42	9.84	77.5	2	3.12	4.3	0.09	غير معنوي
نيشتمان	64.33	7.78	77.5	2	3	4.3	0.085	غير معنوي
أارات	62.48	4.32	77.5	2	6.7	4.3	0.027	معنوي
قلعة	61.34	5.52	77.5	2	4.85	4.3	0.042	معنوي
هندرين	68.74	7.43	77.5	2	1.48	4.3	0.25	غير معنوي
اكاد	66.13	6.38	77.5	2	2.44	4.3	0.31	غير معنوي

لرات ونادي قلعة) هي اقل من الوسط الفرضي وهذا يدل على امتلاكهم لتفوق الرياضي بمسوى منخفض لذا نجد بان قيمة الاختبار التائي بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي معنوية عند مستوى الدلالة (0.005) حيث ظهرت القيمة التائية المحسوبة اكبر من الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين القيمة المحسوبة والجدولية لهذه الفرق ، اما بالنسبة لبقية الفرق الاخرى (نادي ربيع ، نادي اسو ، نادي نيشتمان ، نادي هنتوين ونادي اكاد) فقد نلاحظ بأن قيمة الوسط الحسابي هي أقل أيضا من الوسط الفرضي مما يدل ذلك على عدم امتلاك اللاعبين لتفوق الرياضي بعد ان وجدنا بان قيمة الاختبار التائي بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي غير معنوية عند مستوى الدلالة (0.05) حيث كانت قيمة المحسوبة اصغر من قيمة (ت) الجدولية لكل فرق من الفرق المشتركة (نادي نالا و نادي لرات ونادي قلعة).

3-2 اكتشاف العلاقة بين الصمود النفسي والتفوق الرياضي لدى مجتمع البحث.:-

لتحديد العلاقة بين الصمود النفسي والتفوق الرياضي لدى مجتمع البحث، من المهم حساب معامل الارتباط (بوسون). وهذا مبين في الجدول (4).

جدول (4)

عرض كلا من معامل الارتباط ومستوى الدلالة.

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	درجة الحرية	قيمة P	مستوى الدلالة
1	الصمود النفسي	0.29-	14	43.0	غير معنوي
2	التفوق الرياضي				

ومن الجول رقم (4) يتبين لنا بوضوح أن هناك علاقة ارتباطية سلبية بين الصمود النفسي و تفوق الرياضي والتي ترجع إلى عوامل متعددة منها عدم ارتفاع الصمود لدى العينة مما يؤثر على أداء الرياضيين، وهذا يعني أنه يجب على اللاعب أن يكون مستعداً ذهنياً بشكل كامل حتى يتمكن من الحصول على صمود جيدة وتحقيق تفوق نتيجة الفعالة، وعلى العكس إذا كان الإعداد النفسي غير جيد يجب أن يكون اللاعب مستعداً ذهنياً كاملاً. كما تعتمد السيطرة إلى حد كبير على خوة الرياضي وتجربه السابقة، إذ تلعب الخوة الرياضية دوراً فعالاً ومهماً في السيطرة على الحالات الانفعالية المعاكسة قبل وبعد المنافسة. (Rasan, 1998)

يعد توفير الصمود النفسي أمراً بالغ الأهمية في تعزيز تفوق اللاعبين والرياضيين. إن التشويق والإثارة التي يشعر بها اللاعبون أثناء إعدادهم وتدريبهم لها دور فعال في زيادة تفوقهم. يكون المدرب الماهر بارعاً في تنظيم الطاقات الجسدية والنفسية للاعبين، مما يضمن إثارة أفكارهم وعواطفهم بشكل فعال أثناء المنافسة والتي تساعد على حماية الفرد من الأحداث الضاغطة والاستمرار بدرجة عالية من التفوق والانجاز (Hamad et al., 2024)، إذ يتميز الأفراد ذوي الصمود النفسي بالقوة على التوافق الإيجابي في المواقف الصعبة والظروف الطرئة فضلاً عن الصمود النفسي يعمل على تماسك البنية الداخلية للفرد على المستوى الانفعالي والبدني والعقلي (Atiya, 2011)

بالإضافة إلى ذلك، تعمل الصمود المتزايد على تخفيف القلق والتوتر الذي يعاني منه اللاعبون غالباً أثناء المبريات المهمة. إن المستوى الأمثل من الصمود يعزز السلوك والأداء الفعال (Al-Mutawa, 1977). وبناء على هذه الملاحظات، يمكن الافتراض بأن هناك علاقة بين الصمود النفسي و تفوق الرياضي، بشروط أن تكون هذه الصمود عند مستوى يمكن التحكم فيه. ويمكن تحقيق ذلك من خلال الإعداد النفسي الشامل من قبل المدرب، (Jabbar et al., 2023) وتدريب اللاعب على التغلب على الظروف الصعبة ورباطة جأش وبدون عصبية، وفي نهاية المطاف الاستفادة من هذه الصمود بطريقة إيجابية لتعزيز التفوق وتحقيق نجاح ملحوظ.

4-الاستنتاجات والتوصيات:-

4-1 الاستنتاجات:-

1- كان لدى المشركين في البحث مستويات متفاوتة من الصمود النفسي والتفوق الرياضي، بما في ذلك الصمود النفسي العالية والمنخفضة والتفوق الرياضي المنخفض والمنخفض جداً..

2- توجد لدى عينة الدراسة علاقة عكسية بين الصمود النفسي والتفوق الرياضي .

4-2 التوصيات:-

- 1- العمل على رفع التوجه نحو الصمود النفسي والتفوق الرياضي لدى لاعبين.
- 2- العمل على تنمية الشعور بالمسؤولية نحو التفوق الرياضي لدى لاعبي التنس .
- 3- يهتم المدربون بالإعداد النفسي للاعبين للتحكم في انفعالاتهم وتحفيزهم وتعزيزها بهدف تحقيق التفوق ومستويات عالية من الأداء.
- 4- اعداد وتوفير الواجبات النفسية والإرشادية من قبل الاندية الرياضية لدعم اللاعبين وتعزيز مهارات الصمود النفسي لديهم.
- 5- يمكن للاعبين استعمال تجربتهم السابقة لتحسين الصمود النفسي وعدم السماح للفشل بإحباطهم عن تحقيق النتائج وأهدافهم.
- 6- إحياء البحوث والدراسات الأخرى المتعلقة بالتعريف بالمتغيرات النفسية الأخرى والعينات الأخرى..

الشكر والتقدير

نسجل شكريا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي التنس في محافظة أربيل

تضرب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

سامي حميد محمد sami.mohammed@su.edu.krd

References

- Abd Elbaseer, A. (1999). Sports training and integration between theory and application. *Book Center for Publication, Cairo*.
- Abu Halawa, M. A.–S. A.–G. (2004). *Positive Psychology: Its Nature, Theoretical Foundations, and Future Prospects* (p. 13). Psychological Sciences Foundation.
- Al-Bilal, E. S. (2020). Academic buoyancy and its relationship to academic resilience among male and female secondary school students in public schools in the Tabuk region. *Journal of the Faculty of Education, Menoufia University*, 1(35), 392–435.
- Allawi, M. H. (1999). *Encyclopedia of psychological tests for athletes: Vol. first edition*. Al-Kitab Center for Publishing.
- Al-Mutawa, A. M. (1977). *The Psychology of Competitions* (Part 1, p. 107). Al-Safir Newspaper Press.
- Al-Zubaidi, A.–W. A. at el. (2019). *Psychological variables in the field of sports* (1st ed, p. 7). Dar Al-Akademoon for Publishing and Distribution.
- Atiya, A. A. (2011). Academic Resolute and its Relationship to Self-Esteem among a Sample of Open Education Students. *Published Research in Psychological Studies*.
- Benjamin, B. et al. (1993). *The Student's Cumulative and Formative Assessment* (p. 196). Modern Egyptian Office.
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- 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>
- 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). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>

Rasan, K. (1998). *Important Theories in Sports Training* (p. 179). Dar Al Sharq for Publications and Publishing.

Wajih Mahjoub. (2001). *Principles of Scientific Research and Its Methods*, (Dar Al-Manhaj for Publishing and Distribution, Ed.).

Zaki, M. H. (2006). *Sports Excellence – Concept – Basic Aspects – Care – Discovery – Motor Validity: (Egyptian Library for Printing* (First Edition, p. 19). Publishing and Distribution, Alexandria University, Faculty of Physical Education.

ملحق(1)

مقياس الصمود النفسي

بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزي اللاعب

تحية طيبة

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الاجابة عنها بدقة مع مراعاة الملاحظات الاتية:

- أن تجيب بصراحة و وضوح وذلك بوضع علامة واحدة (√) أمام كل عبارة تلائمك (تتنطبق علي دائما، تتطبق علي غالبا ، تتطبق علي احيانا ، تتطبق علي نارا ، لا تتطبق علي ابدأ)
 - لا توجد اجابات صحيحة واجابات خاطئة فكل اجابة تعد صحيحة طالما أنها تعبر عن رأيك في نفسك بصدق.
 - ان اجابتك لا يطلع عليها سوى الباحثان وتستخدم لأغراض البحث العلمي ولا حاجة لذكر اسمك.
 - ضرورة عدم الاستعانة بزميل آخر للإجابة.
 - عدم ترك واهمال أي قوة من القوات لان ذلك يؤثر سلبا في اجابتكم.
- مع فائق شكري وامتناني لكم

ت	الفقرات	تتنطبق علي دائما	تتنطبق علي غالبا	تتنطبق علي احيانا	تتنطبق علي نادرا	لا تتطبق علي ابدأ
1	اعتمد على نفسي فقط عند مواجهة وحل المشكلات في المباراة.					
2	اتحمل الضغوط والصعاب للوصول الى حل المشكلة.					
3	لا اتاثر بالجمهور واللاعبين عند اتخاذ قرارات صعبة ومهمة.					
4	بداية المباراة بصمرة سلبية تؤثر على قراراتي اثناء المباراة.					
5	امتلك القدرة على التحكم في انفعالاتي اثناء المباراة.					
6	احافظ على هدوئي عند شعوري بالضغط اثناء المباراة.					
7	أتوقع احداث سيئة للمباراة.					
8	اعتمد على نفسي في كثير من المواقف اثناء المباراة.					
9	ثقتي في نفسي في المباريات نتيجة الالتزام في التدريب.					
10	اواجه صعوبة في تذكر مواد القانون في المباراة.					
11	لا اواجه صعوبة عندما اتعرض الى مشكلة جديدة في المباراة.					

12	اتلکأ عند تسميتي لقيادة المباريات الحساسة والحاسمة.
13	اكون هادئا في الظروف الصعبة في المباراة.
14	انجح في تكوين طابع جيد عند الآخرين.
15	يصعب في ضبط غضبي في المباراة.
16	اسعى لاتخاذ القرارات الاكثر تقبلا في المباراة.
17	اتخذ القرارات بأسرع وقت لحل المشاكل في المباراة.
18	افضل العمل الجماعي والتعاون مع طاقم التحكيم على العمل الفردي.
19	أجد الصعوبة من التخلص من أثار المباراة السابقة.
20	أنا مستمتع جيد للآخرين.
21	استطيع التحكم بسلوكي ليتناسب مع المواقف في المباريات.
22	أفكر بإيجابية عند المواقف الصعبة في المباراة.
23	استطيع أن اتجاوز القرارات الخاطئة في المباراة.
24	انزعج لأتفه الاسباب في المباراة.
25	أكون متفائل قبل واثناء المباريات.
26	افكر بإيجابية في المباراة.
27	اجد صعوبة في ايجاد لغة مشتركة مع اللاعبين.
28	استطيع ان استعيد توازني في المباراة بعد حل المشكلة.
29	تلازمني أفكار حزينة لمدة ليست بالقصيرة بعد اتخاذ قرار خاطئ في المباراة.
30	اتعامل بجدية مع اللاعبين كثيري التحايل في المباراة.
31	أحول رؤية الجانب الايجابي من المباراة عندما اواجه المشاكل
32	أكون مرنا في تطبيق مواد القانون في المباراة.
33	اتأثر عندما يصفني البعض بأني غير جيد أثناء المباراة.
34	اخطط لمواجهة أي مشكلة تواجهني في المباراة.
35	اتجاهل القانون لحل المشاكل التي تواجهني في المباراة.
36	اقسم المشكلة الى أجزاء وخطوات ليسهل علي حلها.
37	اشعر بالفشل عند عدم حل المشاكل في المباراة.
38	اتبع عدة طرق للوصول الى الحل المناسب للمشكلة في المباراة.
39	أكون علاقات وصادقات بسهولة.
40	افرح عند حل المشاكل الصعبة في المباراة.
41	ألتزم في انجاز مهماتي اثناء المباراة.
42	أفكر بملاحظات مقيم الحكام بعد اتخاذ قرار خاطئ في المباراة.
43	استطيع تحديد مزاج اللاعبين في المباراة.
44	استطيع التكيف مع ظرف المباراة وان كانت دائمة التغير.
45	استطيع ان اتجاوز الصعاب في المباراة لتحقيق اهدافي.
46	أشغل تفكيري بالاحداث السلبية السابقة اكثر من اللازم.
47	استطيع ايجاد حلول صحيحة للمشكلات اثناء المباراة رغم الاعتراضات.
48	لا اتأثر عاطفيا في حل المشاكل في المباراة.
49	الاشياء السيئة في المباراة تدوم طويلا.

50	احس بالأمان في المباراة نتيجة وجود رجال الامن.				
51	اشعر بحساسية عالية عندما ينتقدني الجمهور.				
52	لا أصاب بالأحباط نتيجة القرار الخاطئ في المباراة.				
53	استطيع السيطرة على المشاعر السلبية في المباراة.				

ملحق (2)

مقياس أبعاد التفوق الرياضي

بسم الله الرحمن الرحيم

عززي اللاعب

تحية طيبة

هذا المقياس يقيس ثلاثة ابعاد بالإضافة الى الدرجة الكلية للمقياس التي تشير الى توجه الفرد نحو الرياضة بصفة عامة ونحو التفوق الرياضي , وأبعاد القياس في الصورة هي :-

1 - التوجه نحو ضبط النفس .

2- التوجه نحو الإحساس بالمسؤولية .

3- التوجه نحو احترام الآخرين .

التعليمات :-

فيما يلي بعض العبارات المرتبطة ببعض المواقف الرياضية , المطلوب منك أن تحدد في ورقة الإجابة مدى موافقتك أو عدم موافقتك على كل عبارة بالصورة التالية :-

(1) - إذا كنت توافق بدرجة كبيرة على العبارة , أرسم دائرة حول الرقم

(2) - إذا كنت توافق على العبارة , أرسم دائرة حول الرقم

(3) - إذا كنت لا تستطيع اتخاذ قرار الموافقة أو عدم الموافقة لرسم دائرة حول الرقم

(4) - إذا كنت غير موافق على العبارة , لرسم دائرة حول الرقم

(5) - إذا كنت غير موافقة بدرجة كبيرة , أرسم دائرة حول الرقم

مع فائق شكوي وامتناني لكم

ت	العبارات	الدرجة
1	من الصعوبة الجمع بين التفوق الرياضي والتحصيل الدراسي	1 2 3 4 5
2	يجب رفع الكلفة بينك وبين المدرب بحيث تستطيع أن تتناديه باسمه الأول مثل الأصدقاء أو الزملاء	1 2 3 4 5
3	أثناء التدريب عندما يكون المدرب بعيداً عني فأنت انتهر هذه الفرصة أحياناً للهزار مع بعض الزملاء	1 2 3 4 5
4	نقد المدرب لك يعني أنه يتحداك	1 2 3 4 5
5	ليس من مسؤولية اللاعب ترك حجرة خلع الملابس مرتبة كما كانت	1 2 3 4 5
6	إذا كان فريقك متقدماً على الفريق الآخر فيمكنك الترخي في اللعب	1 2 3 4 5
7	لديك الحق في أن تغضب وتثور إذا استبدلك المدرب بلاعب آخر قبل أن تثبت وجودك في الملعب	1 2 3 4 5
8	على الرياضي أن يخضع لنظام تغذية معين ليلة المباراة فقط	1 2 3 4 5
9	إذا كنت لا أفضل زميلي فأنتي أجأهله في الملعب وخارجه	1 2 3 4 5
10	يجب على الرياضي إن يحترم جميع مدربيه	1 2 3 4 5
11	التحكم في الانفعالات يقلل من مستوى اللاعب	1 2 3 4 5

5	4	3	2	1	12 المتفرجون يساعدون اللاعب على فقد أعصابه
5	4	3	2	1	13 يتسبب الحكام أحياناً في هزيمة الفرق الرياضية
5	4	3	2	1	14 يجب على الرياضي أن يعرف مستوى قدراته البدنية
5	4	3	2	1	15 المنافس في اللعب لا يمكن أبداً أن أعتبره صديقي
5	4	3	2	1	16 لكي تكون لاعباً ناجحاً يجب أن تحارب الآخرين
5	4	3	2	1	17 السباب والشتائم تساعد على تفريغ انفعالات اللاعب
5	4	3	2	1	18 يجب على اللاعب نقد زملاءه بقسوة
5	4	3	2	1	19 الأدوات الرياضية التي تتلف وتتكسر يمكن استبدالها بسهولة
5	4	3	2	1	20 في معظم الاحيان لا يستطيع اللاعب التحكم في انفعاله نحو إيذاء منافسه
5	4	3	2	1	21 اللاعب الماهر بغض النظر عن عدم قدرته في السيطرة على أعصابه – ينبغي إشراكه غالباً في المباريات
5	4	3	2	1	22 اللاعب الذي يحاول نعهد إصابة منافسه أعتبره لاعباً شجاعاً
5	4	3	2	1	23 اللاعب الماهر لا يصادق اللاعب أقل منه مستوى في اللعب
5	4	3	2	1	24 اللاعب الجيد هو الذي يستطيع التحكم في انفعالاته أثناء المواقف العصبية في المباراة
5	4	3	2	1	25 المدربون يطلبون دائماً طلبات غير معقولة
5	4	3	2	1	26 يجب على اللاعب عدم بذل أقصى جهد أثناء التدريب
5	4	3	2	1	27 اللاعب الناجح لا يطيع إلا أوامر المدرب فقط
5	4	3	2	1	28 اللاعب الماهر يرتبك كثيراً عندما تشتت الرقابة عليه من المنافسين
5	4	3	2	1	29 الرياضي الممتاز يمكنه كسب المباراة بدون بذل جهد يذكر
5	4	3	2	1	30 الشخص الذي يحترم المنافسين لا يستطيع غالباً أن يكون رياضي ناجح
5	4	3	2	1	31 الصبر وضبط النفس من مميزات اللاعب المتفوق
5	4	3	2	1	32 اللاعب الناجح لا يعتني غالباً بملابس اللعب
5	4	3	2	1	33 عند حصولي على درجات منخفضة في دراستي أطلب من المدرب محاولة التوسط لتحسين درجاتي
5	4	3	2	1	34 يحتسب الحكام غالباً أخطاء ضدي لم أرتكبها
5	4	3	2	1	35 ينبغي عليك اللعب حتى لو كنت مريضاً
5	4	3	2	1	36 من المناسب عدم ذكر محاسن اللاعبين الآخرين
5	4	3	2	1	37 عندما يثور زميلك في اللعب يجب مساعدته على إسقاط غضبه على المنافسين
5	4	3	2	1	38 من الخطأ يقبل الهزيمة بروح طيبة
5	4	3	2	1	39 المعارف والمعلومات النظرية المكتسبة من الرياضة لها أهمية كبرى في تحسين مستوى اللاعب
5	4	3	2	1	40 الرياضي الناجح قد أعصابه عند مواجهة الهزيمة
5	4	3	2	1	41 يجب على الرياضيين عدم الانتظام يومياً في الدراسة أو العمل لأنهم يقضون المزيد من الوقت في التدريب والاشتراك في المنافسات
5	4	3	2	1	42 إذا كان أحد المنافسين سريع النرفزة لإنني أبذل كل جهدي لكي أجعله يفقد سيطرته على أعصابه
5	4	3	2	1	43 اللاعب الذي يسهل استثارته أعتبره لاعباً جيداً
5	4	3	2	1	44 إذا هاجمني المنافس بخشونة فأنني انتهز فرصة مناسبة لكي أهاجمه بخشونة أكثر من خشونته
5	4	3	2	1	45 يجب على المدربين إبراز أخطاء اللاعبين الذين يقومون بتدريبهم
5	4	3	2	1	46 هزيمة الفريق مسئولية المدرب وليست مسئولية اللاعبين

47	إذا استبدلك المدرب بلاعب آخر فيجب أن تظهر غضبك بصورة واضحة	1	2	3	4	5
48	يجب على اللاعب أ، ينقد نفسه ذاتياً	1	2	3	4	5
49	أتمتع بصحبة زملائي في الملعب	1	2	3	4	5
50	عندما تتأزم الأمور في المنافسة يجب إلقاء مسئوليتها على الآخرين	1	2	3	4	5
51	يتحسن أداء اللاعب عندما يقوم منافسه باستفزازة	1	2	3	4	5
52	إذا سخر أحد المتفرجين من اللاعب فيجب عليه أن يوقفه عند حده بصورة قاسية	1	2	3	4	5
53	يجب على اللاعب أن يحترم جميع زملاءه في الفريق	1	2	3	4	5
54	يجب على لاعب أن يبذل أقصى جهده وإظهار أحسن ما عنده في المباريات	1	2	3	4	5



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Sports between permissibility and criminalization: an analytical study of the legal and ethical dimensions

Aqeel Majeed Al-Saadi ¹ ✉ Ban Saif El Din ² ✉ Mohammed Asim Ghazi³ ✉ ID Ahmed Malek ⁴ ✉

University of Hilla^{1,3,4}

University of Babylon²

Article information

Article history:

Received 2/12/2024

Accepted 5/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Sports – Permissibility –

Criminalization

Abstract

The study aims to explore the different dimensions of this issue, by analyzing the legal and ethical aspects, and providing practical recommendations to address the challenges associated with permissibility and prohibition in the world of sports. The study community consists of all individuals and entities concerned with sports, including: Athletes, coaches, sports officials, legal experts, The study sample is randomly representative of the study community, so that it includes: Sample size: about 100 individuals from the various categories mentioned, to ensure diversity of opinions and experiences. Athletes: representing various sports (such as football, basketball, etc.). There is a need for legal reforms to protect athletes, especially in income-generating sports, where they are subject to significant exploitation without adequate compensation. The media plays a crucial role in shaping public awareness about sports, as it can promote positive values or contribute to spreading a culture of violence, which necessitates monitoring media content. Awareness and education about sports values and game ethics are essential to reduce the risks associated with some games. The recommendations were to strengthen legislation - implement awareness programs - monitor the media - encourage community dialogue - legal reforms to protect athletes - cooperation between different parties.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تكنولوجيا التعلم النقال باستخدام رمز Qr Code في تحسين بعض مهارات الحركات الأرضية بالجمناستك الفني

عقيل مجيد السعدي¹ ✉ بان سيف الدين محمود² ✉ محمد عاصم غازي³ ✉ احمد مالك حمود⁴ ✉
جامعة الحلة^{1,3,4} جامعة بابل²

المخلص

تهدف الدراسة إلى استكشاف الأبعاد المختلفة لهذه القضية، من خلال تحليل الجوانب القانونية والأخلاقية، وتقديم توصيات عملية لمواجهة التحديات المرتبطة بالإباحة والتحرير في عالم الرياضة، مجتمع الدراسة يتكون من جميع الأفراد والكيانات المعنية بالألعاب الرياضية، بما في ذلك: الرياضيون، المدربين، المسؤولين الرياضيين، الخبراء القانونيون، عينة الدراسة بشكل عشوائي تمثيلي من مجتمع الدراسة، بحيث تشمل: عدد العينة: حوالي 100 فرد من مختلف الفئات المذكورة، لضمان تنوع الآراء والتجارب. رياضيون: يمثلون مختلف الألعاب الرياضية (مثل كرة القدم، كرة السلة، وغيرها). إذ تبرز الحاجة إلى إصلاحات قانونية لحماية الرياضيين، خاصة في الرياضات المدرجة للدخل، حيث يتعرضون لاستغلال كبير دون تعويض كافٍ. يلعب الإعلام دورًا حاسمًا في تشكيل الوعي العام حول الرياضة، حيث يمكن أن يُعزز من القيم الإيجابية أو يُسهم في نشر ثقافة العنف، مما يستلزم ضرورة مراقبة المحتوى الإعلامي، يُعتبر التوعية والتثقيف حول القيم الرياضية وأخلاقيات اللعب ضروريين لتقليل المخاطر المرتبطة ببعض الألعاب، وكانت التوصيات تعزيز التشريعات - تطبيق برامج توعية - مراقبة الإعلام - تشجيع الحوار المجتمعي - إصلاحات قانونية لحماية الرياضيين - تعاون بين الجهات المختلفة

معلومات البحث

تاريخ البحث:
الاستلام: 2024/12/2
القبول: 2025/1/5
التوفر على الانترنت: 15 يناير، 2025

الكلمات المفتاحية:

الألعاب الرياضية - الإباحة - التحريم

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تُعتبر الألعاب الرياضية جزءاً أساسياً من الثقافة الإنسانية، حيث تلعب دوراً كبيراً في تعزيز الصحة البدنية والنفسية، فضلاً عن كونها وسيلة للترويح والتسلية. ومع ذلك، تثير هذه الأنشطة الرياضية جدلاً واسعاً حول شرعيتها وأخلاقيتها، حيث يتراوح النقاش بين وجهات نظر تدعو إلى الإباحة الكاملة لممارسة كل أنواع الرياضات، وأخرى تُنادي بالتجريم ومنع بعض الألعاب التي تُعتبر غير أخلاقية أو ضارة. (Asim, 2022)

تتداخل في هذا النقاش العديد من الأبعاد القانونية والاجتماعية، إذ يُنظر إلى بعض الألعاب على أنها قد تُروج للعنف أو تُشكل خطراً على سلامة المشاركين. في المقابل، تُعتبر الرياضات الأخرى، رغم ما قد يحيط بها من جدل، وسيلة لتعزيز القيم الإيجابية مثل التعاون والانضباط. (Ahmed & Ghazi, 2020)

يشمل التفاعل بين التقنين والتجريم في الرياضة أبعاداً قانونية وأخلاقية معقدة، مما يعكس النضال من أجل تحقيق التوازن بين النزاهة والتنظيم. يتطلب تجزئة القانون الجنائي فيما يتعلق بالجرائم الرياضية نهجاً منهجياً لحماية العلاقات الاجتماعية داخل الرياضة، والدعوة إلى إطار قانوني متميز لمعالجة قضايا مثل تعاطي المنشطات والتلاعب بنتائج المباريات (Dizer et al., 2021). تعتبر الاعتبارات الأخلاقية ذات أهمية قصوى، حيث يمكن أن يؤدي سوء السلوك إلى تقويض النسيج الأخلاقي للرياضة، مما يستلزم عقوداً قابلة للتنفيذ وإشراف حكومي محتمل لضمان الامتثال (Epstein, 2022). علاوة على ذلك، في حين أن التجريم يمكن أن يؤدي إلى آثار ضارة للمشاركين، فإن التقنين يوفر بيئة منظمة يمكن أن تعزز السلامة والصحة، شريطة أن تلتزم بأفضل الممارسات (Fawzi Saham & Talal Jasim, 2022). لا يزال التحدي يكمن في مواءمة المعايير الأخلاقية مع المعايير القانونية، وضمان أن تكون الإجراءات التأديبية متناسبة ومؤكدة من الناحية القانونية، لا سيما في ضوء التأثيرات الجيوسياسية الأخيرة على السمعة الرياضية (López Frías, 2015). وبالتالي، فإن النهج الدقيق ضروري لتعزيز بيئة رياضية عادلة ومنصفة.

مشكلة الدراسة :

تتمثل مشكلة الدراسة في التباين بين الإباحة والتجريم في ممارسة الألعاب الرياضية، حيث تثير العديد من الأنشطة الرياضية جدلاً حول آثارها القانونية والأخلاقية. في بعض المجتمعات، تُعتبر الرياضة وسيلة لتعزيز الصحة النفسية والبدنية، وتساهم في بناء القيم الإيجابية مثل التعاون والانضباط. ومع ذلك، تبرز مخاوف من بعض الألعاب التي قد تُروج للعنف أو تعزز سلوكيات غير أخلاقية، مما يثير تساؤلات حول مشروعية هذه الرياضات. بالتالي، تطرح الدراسة سؤالاً محورياً: كيف يمكن تحقيق توازن بين حرية ممارسة الرياضة وضرورة حماية الأفراد والمجتمع من المخاطر المحتملة؟ تهدف الدراسة إلى استكشاف الأبعاد المختلفة لهذه القضية، من خلال تحليل الجوانب القانونية والأخلاقية، وتقديم توصيات عملية لمواجهة التحديات المرتبطة بالإباحة والتجريم في عالم الرياضة.

أهمية الدراسة :

- توضيح الأطر القانونية للألعاب الرياضية، مما يساهم في وضع سياسات رياضية فعالة تحمي حقوق الأفراد والمجتمع.
- تعزيز القيم الإيجابية مثل الروح الرياضية والانضباط، وتساعد في مكافحة العنف والممارسات غير الأخلاقية.
- ترفع مستوى الوعي حول المخاطر المحتملة لبعض الألعاب، مما يوجه الأفراد نحو خيارات أكثر أماناً وصحة.
- تقدم استراتيجيات فعالة للتعامل مع التحديات المرتبطة بالرياضة، وتعزز الأنشطة الرياضية الصحية.

أهداف الدراسة :

- تحليل الجوانب القانونية للألعاب الرياضية.
- استكشاف القيم الأخلاقية المرتبطة بالرياضة.
- تحديد المخاطر المرتبطة ببعض الألعاب.
- تقديم توصيات لتحسين الممارسات الرياض

تساؤلات الدراسة

1. ما هي الأبعاد القانونية التي تحدد الإباحة والتحرير في ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة؟
2. كيف تؤثر الألعاب الرياضية على القيم الأخلاقية في المجتمع، وما هي المخاطر المرتبطة ببعض الأنشطة الرياضية؟
3. ما هي الاستراتيجيات الفعالة لتحقيق توازن بين حرية ممارسة الرياضة وضرورة حماية الأفراد والمجتمع من آثارها السلبية؟

مصطلحات الدراسة :

- الألعاب الرياضية :

مجموعة من الأنشطة البدنية المنظمة التي تتضمن المنافسة، والتي يُمارسها الأفراد أو الفرق لتحقيق أهداف معينة، مثل الفوز أو تحسين اللياقة البدنية. تشمل الألعاب الرياضية مجموعة متنوعة من الرياضات، مثل كرة القدم، كرة السلة، السباحة، وألعاب القوى، وتُعتبر وسيلة لتعزيز الصحة، وبناء العلاقات الاجتماعية، وتطوير المهارات. (Valerian, 2022)

- الإباحة: تشير إلى السماح بممارسة الأنشطة أو التصرفات دون قيود أو محاذير. في سياق الألعاب الرياضية، تعني الإباحة قبول المجتمع لممارسة أنواع معينة من الرياضات، وتوفير البيئة المناسبة لها، حيث يُعتبر النشاط مشروعًا ولا يتعارض مع القيم الأخلاقية أو القانونية. (Ioannidis, 2017)

- التجريم: يعني فرض قيود أو منع ممارسة أنشطة معينة بناءً على اعتبارات قانونية أو أخلاقية. في مجال الألعاب الرياضية، يتضمن التجريم التصرفات أو الممارسات التي تُعتبر ضارة أو غير أخلاقية، مثل العنف، الغش، أو الألعاب التي تروج لسلوكيات سلبية، مما يستدعي تدخل السلطات القانونية أو الرياضية. (Fawzi Saham & Talal Jasim, 2022)

- الدراسات السابقة للدراسة :

1- دراسة (Dizer et al., 2021) بعنوان " الجرائم الرياضية: قضايا المنهجية والتجريم والمؤهلات " متطلبات الدراسة في تجزئة التشريع الجنائي الحالي لمعايير القانون الجنائي التي تحمي المجال الرياضي، فضلا عن مسائل تجريم الأفعال في الرياضة وأهلية الجرائم الرياضية. تهدف الدراسة إلى حل قضايا تنظيم الأحكام التنظيمية التي يكون هدفها العلاقات الاجتماعية في الرياضة، مع مراعاة خصائص الأشياء العامة والخاصة ودرجة خطر التعدي. وشملت الأساليب المنهج الجدلي، والتجريد، والتحليل، والتركيب، والاستنباط، والمنهج القانوني الشكلي، ومنهج الفقه المقارن. تكمن نتائج الدراسة وحدثتها في استنتاجات حول مدى استصواب تحديد موضوع محدد منفصل لحماية القانون الجنائي (العلاقات الاجتماعية في الرياضة)، والتي من شأنها تنظيم الأفعال ذات الصلة والقريبة ليس فقط في الرياضات الاحترافية ولكن أيضًا على جميع مستويات الرسمية المسابقات الرياضية. في هذا السياق، فإن قضايا التجريم ومؤهلات التسبب في ضرر لحياة وصحة الفرد في انتهاك لقواعد الرياضة، وممارسة التأثير غير القانوني

على نتيجة المنافسة الرياضية الرسمية، والإجراءات المنصوص عليها في الفن. 230.1 و 230.2 من القانون الجنائي للاتحاد الروسي، وكذلك مزامنة موضوع الأخير مع موضوع الفن. 234 من القانون الجنائي للاتحاد الروسي. وبناءً على ما سبق، تم إثبات التوصية بعزل فصل منفصل في القانون الجنائي للاتحاد الروسي وإصدار قرار منفصل للجلسة المكتملة للمحكمة العليا للاتحاد الروسي بشأن الجرائم في مجال الرياضة. ستكون مثل هذه التدابير قادرة على تحسين حماية القانون الجنائي لمجال مهم من الحياة العامة مثل الرياضة. بالإضافة إلى ذلك، فإن هذا سيجعل من الممكن رفع جودة التشريعات الجنائية المحلية والتشريعات الرياضية إلى المستوى الدولي وزيادة مكانة الاتحاد الروسي بشكل كبير.

2- دراسة (Epstein, 2022) بعنوان " الرياضة والقانون والأخلاق " يوضح هذا الفصل كيف تقدم الرياضة والقانون

والأخلاق أمثلة على الصراع المستمر بين الصواب والخطأ. على مر التاريخ، كشفت الرياضة عن أمثلة للاحتيال والعواقب المترتبة على سوء السلوك، بما في ذلك الثمن الذي قد يدفعه المرء مقابل الإبلاغ عن مثل هذه المخالفات. يتم تقديم أمثلة على الأفعال الخاطئة في المقام الأول من المنظور الأمريكي، وخاصة في سياق الرياضة بين الكليات، ولكن الأمثلة الدولية، وخاصة من خلال الحركة الأولمبية، توفر الفرصة لاستكشاف كيف تخلق الأخلاق والقانون الحدود، وتضع المعايير، وتوفر وسيلة للنزاع. دقة. على الرغم من أن درجة انخراط القانون المدني أو الجنائي في الرياضة تعتمد على الظروف، فإن الطرق المحددة لمعالجة التعامل مع الأخلاقيات في الرياضة تشمل تقديم عقد ملزم قانونًا وقابل للتنفيذ للمشاركين للعب وفقًا للقواعد. إذا لم يضمن ذلك الامتثال، فقد تكون التنظيمات الحكومية هي الوسيلة الأخيرة والضرورية للحفاظ على الكياسة والنظام في الرياضة.

3- دراسة (Atria, 1999) بعنوان " الألعاب والقانون: نموذجان للمؤسسة " عادةً ما يُنظر إلى الألعاب على أنها تقدم

تشبيهًا جيدًا لتحليل المفاهيم القانونية. في الواقع، قيل (على الرغم من الاعتراف به من منظور مختلف إلى حد ما) أن هذا ليس تشبيهًا مفيدًا فحسب، بل إن القانون يشبه إلى حد ما الألعاب في الأساس. ومن بين العديد من المؤلفين الآخرين، كما سنرى، يبدو أن هيربرت هارت قد شاركه هذا الرأي، واعتمد بشكل كبير في مفهوم القانون على أوجه التشابه بينهما. في الواقع، لقد اعتمد على هذا التشبيه بشكل كبير لدرجة أنه ليس من المبالغة بالتأكيد أن نقول، إن الألعاب كانت 'هوس هارت'. في ما يلي أريد التركيز على الاختلافات بين الألعاب والقانون. وكما أمل أن أبين، فإن تقديم تفسير واضح لهذه الاختلافات أمر مهم ليس فقط لأن تشبيه اللعبة قد تم استخدامه مرارًا وتكرارًا في تقاليد الفقه التحليلي، ولكن أيضًا لأن الفرق بين نموذجين للمؤسسة هو الذي يبدو أنه تم تطبيقه. تم التغاضي عنها. تم تطوير هذا التمييز كتحسين لتمييز جون سيرل بين القواعد التنظيمية والتأسيسية، ومن ثم يتم استخدامه لشرح الاختلافات المهمة بين القانون كما نعرفه والقانون الروماني القديم والقانون الكتابي.

ما هي مدي الاستفادة من الدراسات السابقة :

فهم الجرائم الرياضية: دراسة (Dizer et al., 2021) توضح كيفية تنظيم القوانين لحماية الرياضة. يمكننا استخدامها لتطوير إطار قانوني شامل يحمي العلاقات الاجتماعية في المجال الرياضي.

الصراع بين الرياضة والأخلاق: دراسة (Epstein, 2022) تبرز التوتر بين القيم الأخلاقية والقوانين. نستطيع الاستفادة منها لتصميم برامج توعية تعزز السلوك الأخلاقي بين الرياضيين.

تحليل الفروق بين الألعاب والقانون: دراسة (Atria, 1999) تقدم تشبيهاً بين الألعاب والقانون، مما يساعدنا على فهم كيفية تشكيل القواعد القانونية للرياضة. يمكن استخدام هذه الرؤية لتطوير قوانين أكثر فعالية.

التطبيقات العملية

- تطوير إطار قانوني: الاستفادة من النتائج في تحسين القوانين المحلية لتتماشى مع المعايير الدولية.
- تعزيز التوعية: تصميم برامج توعية تربط بين الأخلاق والقانون في الرياضة.
- تحليل شامل: استخدام هذه الدراسات لفهم أعمق للممارسات الرياضية وكيفية تأثير القوانين عليها.
- بهذه الطريقة، توفر الدراسات السابقة أساساً قوياً لدراساتنا حول الإباحة والتجريم في الألعاب الرياضية.

إجراءات الدراسة

مجتمع الدراسة

مجتمع الدراسة يتكون من جميع الأفراد والكيانات المعنية بالألعاب الرياضية، بما في ذلك: الرياضيون: اللاعبين المحترفين والهواة من مختلف الرياضات. (50) رياضي المدربين: الذين يشرفون على التدريب والتطوير الرياضي. (10) مدربين المسؤولين الرياضيين: القائمون على تنظيم الفعاليات الرياضية وإدارة الأندية والاتحادات. (20) مسؤول رياضي الخبراء القانونيون: المحامون والمتخصصون في القانون الرياضي. (20) خبير قانوني

عينة الدراسة

سُخِّت عينة الدراسة بشكل عشوائي تمثيلي من مجتمع الدراسة، بحيث تشمل: عدد العينة: حوالي (100 فرد) من مختلف الفئات المذكورة، لضمان تنوع الآراء والتجارب. رياضيون: يمثلون مختلف الألعاب الرياضية (مثل كرة القدم، كرة السلة، وغيرها). مدربون: من مختلف المستويات (محلي ودولي). مسؤولون: من الاتحادات الرياضية والأندية. خبراء قانونيون: متخصصون في التشريعات الرياضية.

أدوات جمع البيانات: سيتم استخدام الاستبيانات والمقابلات لجمع البيانات، مما يساعد في تحليل الأبعاد القانونية والأخلاقية المتعلقة بالإباحة والتجريم في الألعاب الرياضية عن طريق طرح الأسئلة :

السؤال الأول :

. ما هي الأبعاد القانونية التي تحدد الإباحة والتجريم في ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة؟

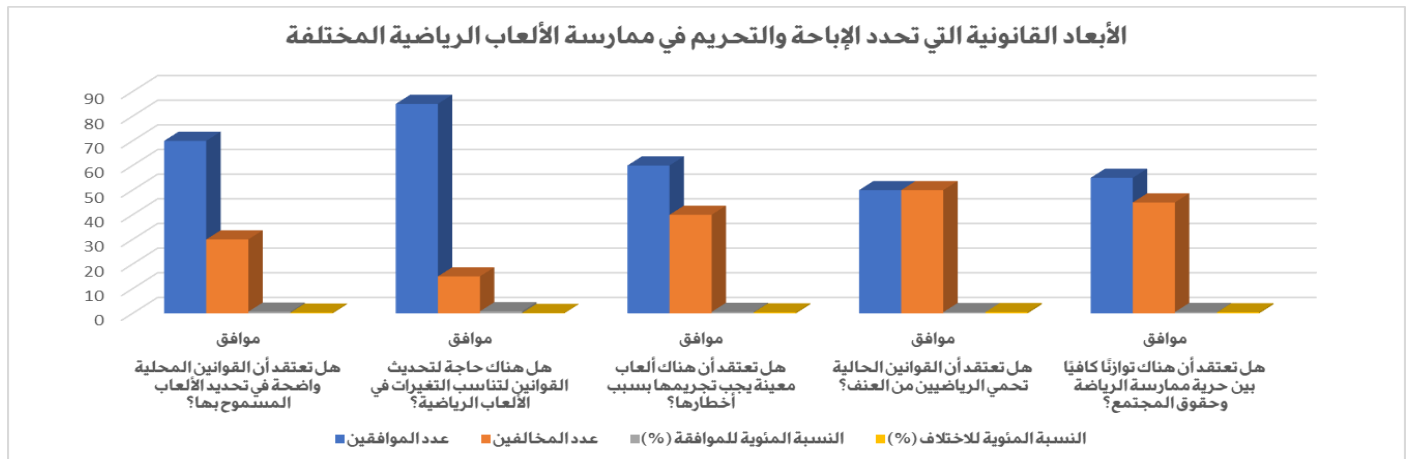
جدول رقم (1)

استبيان عن الأبعاد القانونية التي تحدد الإباحة والتجريم في ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة

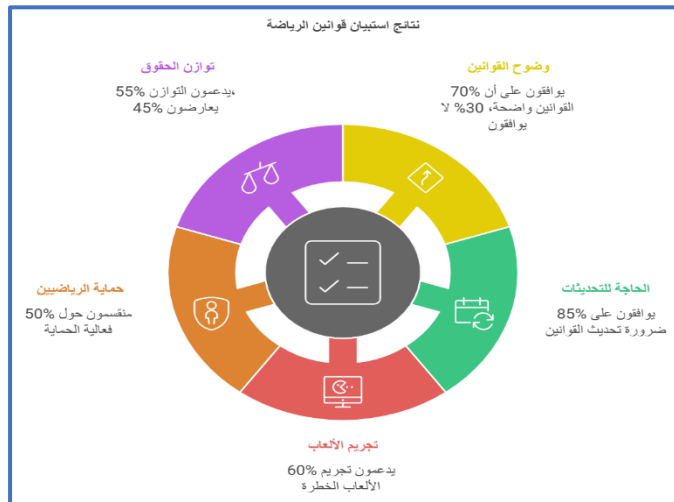
السؤال	الالعاب	عدد الموافقين	عدد المخالفين	النسبة المئوية للموافقة (%)	النسبة المئوية للاختلاف (%)
هل تعتقد أن القوانين المحلية واضحة في تحديد الألعاب المسموح بها؟	كرة القدم، كرة السلة، كرة القاعدة، وألعاب القوى	70	30	70%	30%
هل هناك حاجة لتحديث القوانين لتناسب التغيرات في الألعاب الرياضية؟		85	15	85%	15%
هل تعتقد أن هناك ألعاب معينة يجب تجريمها بسبب أخطارها؟		60	40	60%	40%

50%	50%	50	50		هل تعتقد أن القوانين الحالية تحمي الرياضيين من العنف؟
45%	55%	45	55		هل تعتقد أن هناك توازنًا كافيًا بين حرية ممارسة الرياضة وحقوق المجتمع؟

شكل رقم (1)



من خلال جدول و شكل رقم (1) نجد تعليق الإحصائي على نتائج الاستبيان ووضوح القوانين المحلية (سؤال 1): أظهرت النتائج



أن 70% من المشاركين يوافقون على أن القوانين المحلية واضحة في تحديد الألعاب المسموح بها. هذا يشير إلى وجود إدراك عام بأن القوانين الحالية توفر توجيهًا كافيًا، لكن هناك نسبة 30% تعبر عن عدم رضا، مما يستدعي النظر في تحسين هذه القوانين. حاجة لتحديث القوانين (سؤال 2): أبدى 85% من المشاركين موافقتهم على ضرورة تحديث القوانين لتناسب التغيرات في الألعاب الرياضية. هذه النسبة العالية تعكس وعيًا واسعًا بوجود حاجة ملحة لتكييف القوانين مع التطورات السريعة في مجال الرياضة، مما يعكس استجابة المجتمع الرياضي للتغيرات. تجريم بعض الألعاب (سؤال

3): أيد 60% من المشاركين تجريم بعض الألعاب بسبب مخاطرها. تشير هذه النسبة إلى وجود قلق حقيقي بشأن سلامة اللاعبين والمجتمع، مما يستدعي من صناع القرار النظر في مراجعة القوانين المتعلقة بهذه الأنشطة. حماية الرياضيين من العنف (سؤال 4): كانت النسبة 50% بين الموافقين والمخالفين، مما يشير إلى انقسام الآراء حول فعالية القوانين الحالية في حماية الرياضيين. هذا يدل على ضرورة إجراء مزيد من البحث والتقييم حول مدى تطبيق القوانين ومدى فعاليتها في الواقع. التوازن بين حرية ممارسة الرياضة وحقوق المجتمع (سؤال 5): أيد 55% من المشاركين وجود توازن كافٍ، بينما عارض 45%. هذه النسبة تُظهر وجود انقسام حول مدى تحقيق التوازن، مما يستلزم مزيدًا من الحوار والنقاش المجتمعي حول كيفية الحفاظ على حقوق الأفراد والمجتمع في آن واحد. تحليل كاس² باستخدام اختبار كاس²، يمكننا تقييم ما إذا كانت النتائج تتجاوز التوقعات. في حالة سؤال 1، على سبيل المثال، حصلنا على قيمة كاس² تساوي 16، والتي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأعداد المتوقعة

والملاحظة. يمكن تكرار هذا التحليل لجميع الأسئلة لتحديد ما إذا كانت الآراء تختلف بشكل ملحوظ. تُظهر نتائج الاستبيان حاجة ملحة لتحديث القوانين الرياضية لتعكس التغيرات في المجال. هناك وعي كبير بأهمية الأخلاقيات والسلامة في الرياضة، مع رغبة واضحة في معالجة القضايا المتعلقة بالعنف والمخاطر. يُعتبر التوازن بين حرية ممارسة الرياضة وحقوق المجتمع قضية معقدة تحتاج إلى مزيد من النقاش والتقييم. يتطلب الأمر من الجهات المعنية تكثيف الجهود لتحسين التشريعات الحالية وتوفير بيئة رياضية أكثر أمانًا وشفافية.

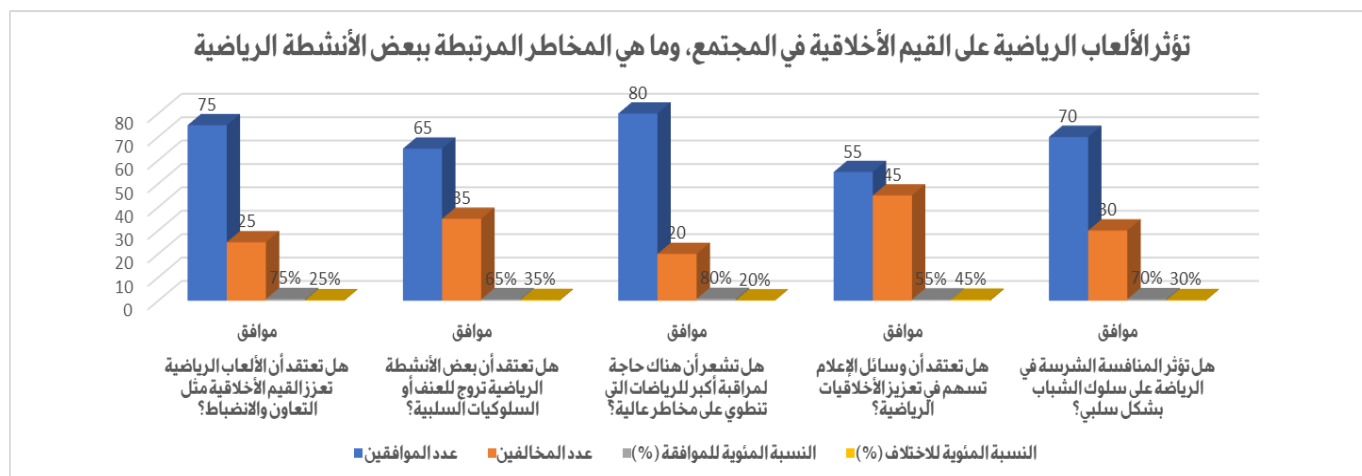
السؤال الثاني : كيف تؤثر الألعاب الرياضية على القيم الأخلاقية في المجتمع، وما هي المخاطر المرتبطة ببعض الأنشطة الرياضية؟

جدول رقم (2)

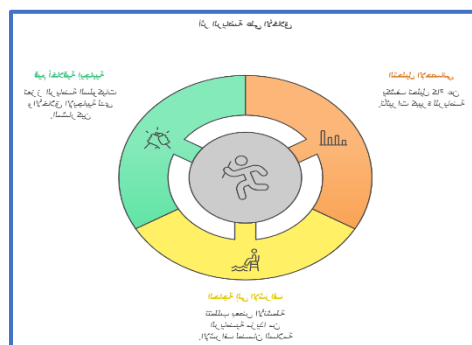
استبان تؤثر الألعاب الرياضية على القيم الأخلاقية في المجتمع، وما هي المخاطر المرتبطة ببعض الأنشطة الرياضية

السؤال	الألعاب	عدد الموافقين	عدد المخالفين	النسبة المئوية للموافقة (%)	النسبة المئوية للاختلاف (%)
هل تعتقد أن الألعاب الرياضية تعزز القيم الأخلاقية مثل التعاون والانضباط؟	كرة القدم، كرة السلة، السباحة، والعب القوي	75	25	75%	25%
هل تعتقد أن بعض الأنشطة الرياضية تروج للعنف أو السلوكيات السلبية؟		65	35	65%	35%
هل تشعر أن هناك حاجة لمراقبة أكبر للرياضات التي تنطوي على مخاطر عالية؟		80	20	80%	20%
هل تعتقد أن وسائل الإعلام تسهم في تعزيز الأخلاقيات الرياضية؟		55	45	55%	45%
هل تؤثر المنافسة الشرسة في الرياضة على سلوك الشباب بشكل سلبي؟		70	30	70%	30%

شكل رقم (2)



يتضح من خلال جدول وشكل رقم (2) التالي تحليل النتائج: تشير النسب المئوية المرتفعة لموافقة المشاركين على تأثير الألعاب



الرياضية في تعزيز القيم الأخلاقية، مما يدل على أهمية الرياضة في تشكيل السلوكيات الإيجابية. القلق بشأن المخاطر المرتبطة ببعض الأنشطة يظهر الحاجة إلى مزيد من الرقابة والتوجيه. تحليل كاس: تستخدم قيمة كاس لتحديد ما إذا كانت الآراء تختلف بشكل ملحوظ عن التوقعات. إذا كانت القيمة مرتفعة، فهذا يدل على وجود تأثير حقيقي للألعاب الرياضية على القيم الأخلاقية والمخاطر المرتبطة بها. بهذه الطريقة، يمكن أن يساهم الاستبيان في تقديم رؤية قيمة حول تأثير الألعاب الرياضية على المجتمع.

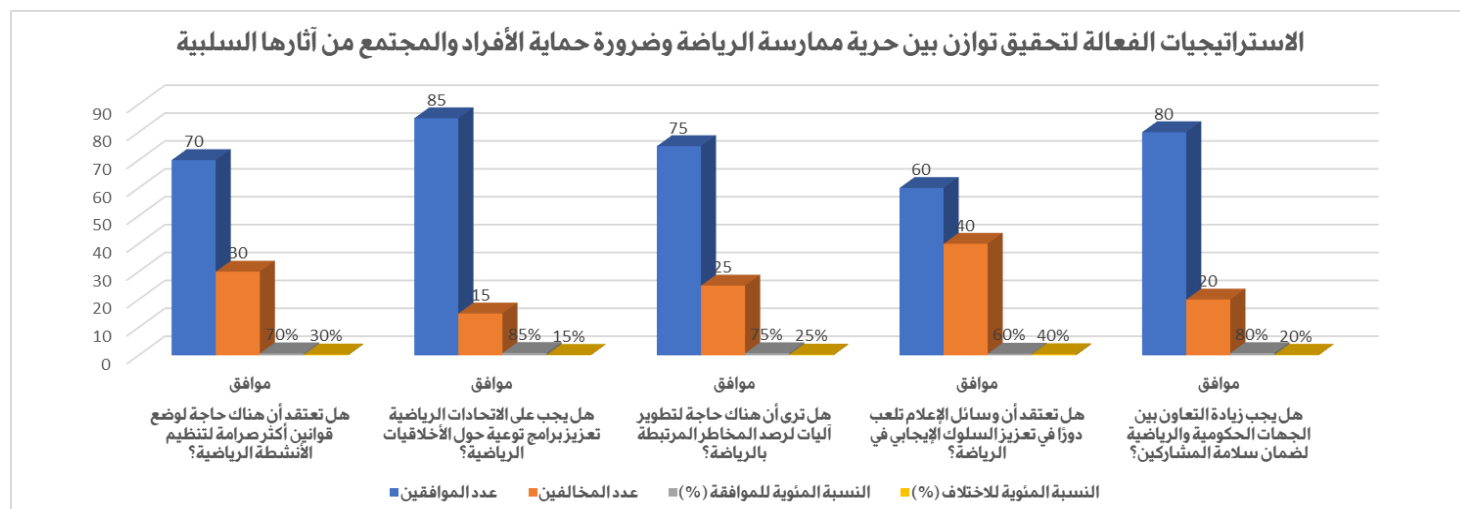
السؤال الثالث: ما هي الاستراتيجيات الفعالة لتحقيق توازن بين حرية ممارسة الرياضة وضرورة حماية الأفراد والمجتمع من آثارها السلبية؟

جدول رقم (3)

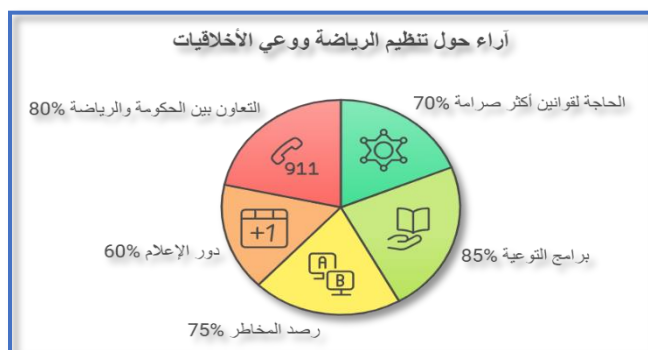
استبيان الاستراتيجيات الفعالة لتحقيق توازن بين حرية ممارسة الرياضة وضرورة حماية الأفراد والمجتمع من آثارها السلبية

السؤال	الخيار	الالعب	عدد الموافقين	عدد المخالفين	النسبة المئوية للموافقة (%)	النسبة المئوية للاختلاف (%)
هل تعتقد أن هناك حاجة لوضع قوانين أكثر صرامة لتنظيم الأنشطة الرياضية؟	موافق	كرة القدم، كرة السلة، السباحة، وألعاب القوى	70	30	70%	30%
هل يجب على الاتحادات الرياضية تعزيز برامج توعية حول الأخلاقيات الرياضية؟	موافق		85	15	85%	15%
هل ترى أن هناك حاجة لتطوير آليات لرصد المخاطر المرتبطة بالرياضة؟	موافق		75	25	75%	25%
هل تعتقد أن وسائل الإعلام تلعب دوراً في تعزيز السلوك الإيجابي في الرياضة؟	موافق		60	40	60%	40%
هل يجب زيادة التعاون بين الجهات الحكومية والرياضية لضمان سلامة المشاركين؟	موافق		80	20	80%	20%

شكل رقم (3)



يتضح من خلال جدول و شكل رقم (3) تحليل النتائج: تُظهر النتائج أن هناك دعماً واسعاً للحاجة إلى قوانين أكثر صرامة وتنظيم الأنشطة الرياضية، مما يعكس وعياً بضرورة حماية الأفراد والمجتمع. النسبة العالية لموافقة المشاركين على أهمية برامج التوعية تعكس رغبة في تعزيز القيم الأخلاقية. تحليل كاس²: قيمة كاس² تُستخدم لتحديد ما إذا كانت الآراء تختلف بشكل ملحوظ عن التوقعات. إذا كانت القيمة مرتفعة، فهذا يدل على وجود تأثير حقيقي للاستراتيجيات المقترحة لتحقيق التوازن بين الحرية والحقوق. بهذه الطريقة، يمكن أن يسهم الاستبيان في تقديم رؤى قيمة حول كيفية تحقيق توازن بين حرية ممارسة الرياضة وضرورة حماية الأفراد والمجتمع.



مناقشة النتائج لدراسة تحليلية للأبعاد القانونية والأخلاقية للألعاب الرياضية بين الإباحة والتجريم

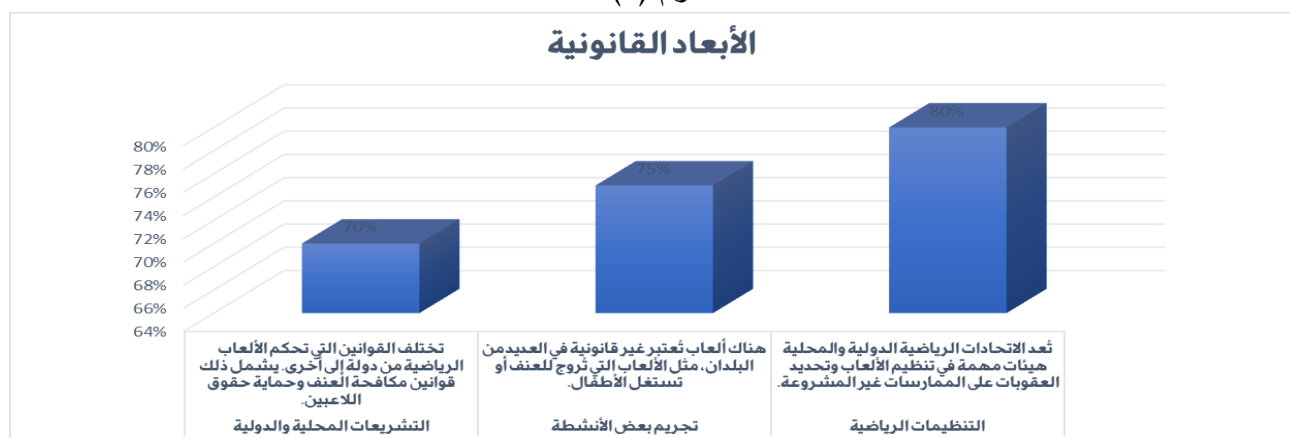
تُعتبر الألعاب الرياضية جزءاً أساسياً من الثقافة العالمية. ومع ذلك، تثير بعض الألعاب جدلاً حول شرعيتها وأخلاقيتها، مما يتطلب تحليلاً دقيقاً للأبعاد القانونية والأخلاقية المتعلقة بها.

أولاً : الأبعاد القانونية

جدول رقم (4)

البعد	النقطة	النسبة المئوية
التشريعات المحلية والدولية	تختلف القوانين التي تحكم الألعاب الرياضية من دولة إلى أخرى. يشمل ذلك قوانين مكافحة العنف وحماية حقوق اللاعبين.	70%
تجريم بعض الأنشطة	هناك ألعاب تُعتبر غير قانونية في العديد من البلدان، مثل الألعاب التي تُروج للعنف أو تستغل الأطفال.	75%
التنظيمات الرياضية	تُعد الاتحادات الرياضية الدولية والمحلية هيئات مهمة في تنظيم الألعاب وتحديد العقوبات على الممارسات غير المشروعة.	80%

شكل رقم (4)



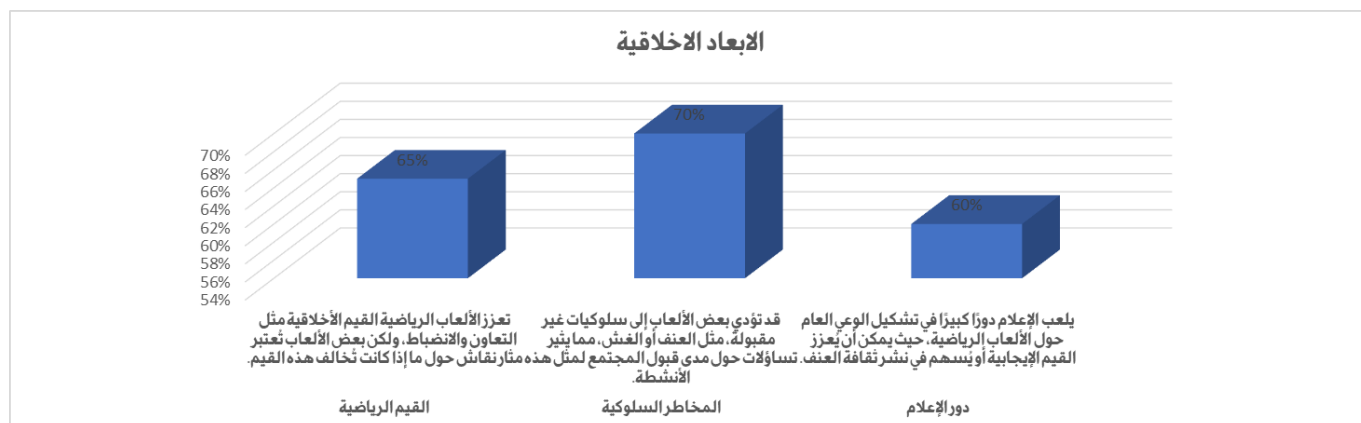
يتضح من خلال جدول و شكل رقم (4) يتأثر تنظيم الرياضة بشكل كبير بالتشريعات المحلية والدولية، التي تهدف إلى مكافحة العنف وحماية حقوق اللاعبين، وخاصة الأطفال. تنص اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل على أنه يجب على جميع البلدان ضمان حماية الرياضيين الشباب من سوء المعاملة والاستغلال، لكن التنفيذ لا يزال ضعيفاً (David, 2020). السلوكيات العنيفة وسوء المعاملة في الرياضة، بما في ذلك الأذى الجسدي والعاطفي، لها عواقب وخيمة على المشاركين، مما يستلزم اتخاذ تدابير وقائية شاملة (Raas et al., 2022) علاوة على ذلك، تلعب الاتحادات الرياضية دوراً مهماً في وضع اللوائح والعقوبات للممارسات غير القانونية، حيث تتبع 75% من اللوائح الرياضية من هذه الهيئات (B. Mahmoud et al., 2023). يسلط استغلال الرياضيين الجامعيين، لا سيما في الرياضات المدرسة للدخل، الضوء على الحاجة إلى إصلاحات قانونية لمعالجة وضعهم وحقوقهم، حيث يواجهون غالباً استغلالاً تجارياً كبيراً دون تعويض كافٍ (McCormick & McCormick, 2009) وبالتالي، فإن الإطار القانوني المتماسك ضروري لضمان سلامة وحقوق جميع الرياضيين في الرياضات التنافسية. (Abdulrahman et al., 2020)

ثانياً : الأبعاد الأخلاقية

جدول رقم(5)

البعد	النقطة	النسبة المئوية
القيم الرياضية	تعزز الألعاب الرياضية القيم الأخلاقية مثل التعاون والانضباط، ولكن بعض الألعاب تُعتبر مثير نقاش حول ما إذا كانت تُخالف هذه القيم.	65%
المخاطر السلوكية	قد تؤدي بعض الألعاب إلى سلوكيات غير مقبولة، مثل العنف أو الغش، مما يؤثر تساؤلات حول مدى قبول المجتمع لمثل هذه الأنشطة.	70%
دور الإعلام	يلعب الإعلام دوراً كبيراً في تشكيل الوعي العام حول الألعاب الرياضية، حيث يمكن أن يُعزز القيم الإيجابية أو يُسهم في نشر ثقافة العنف.	60%

شكل رقم (5)



يتضح من خلال جدول و شكل رقم (5) غالبًا ما يُنظر إلى الرياضة على أنها وسيلة لتعزيز القيم الأخلاقية مثل التعاون والانضباط والاحترام؛ ومع ذلك، فإن الواقع أكثر تعقيدًا. تشير الأبحاث إلى أنه في حين أن القيم الإيجابية جزء لا يتجزأ من الرياضة، إلا أن هناك انتشارًا كبيرًا للسلوكيات المعادية للمجتمع، بما في ذلك العنف والغش، لا سيما في السياقات التنافسية ((Rostami et al., 2023)). أبلغ ما يقرب من 65% من الرياضيين عن مخاطر سلوكية مرتبطة بهذه الإجراءات السلبية، مما يثير مخاوف بشأن القبول المجتمعي لمثل هذا السلوك (Rostami et al., 2023). تلعب وسائل الإعلام دورًا حاسمًا في تشكيل التصورات العامة، إما تعزيز الروح الرياضية الإيجابية أو المساهمة في ثقافة العنف، حيث يعترف 60% من الأفراد بهذا التأثير (B. S. Mahmoud et al., 2022). علاوة على ذلك، فإن المشهد الأخلاقي للرياضة معقد بسبب قضايا مثل عقاقير تحسين الأداء، والتي تتحدى نزاهة المنافسة والقيم الأخلاقية (B. S. Mahmoud & Kadhim, 2022). وبالتالي، في حين أن الرياضة يمكن أن تعزز القيم الأساسية، فإنها تمثل أيضًا معضلات أخلاقية كبيرة تتطلب تدقيقًا وتدخلاً مستمرين.

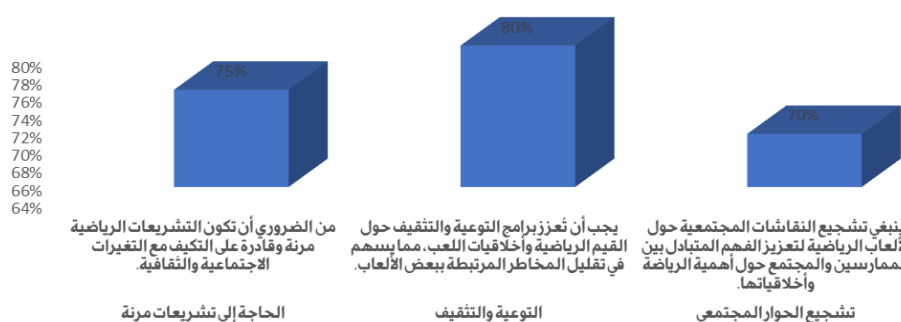
ثالثاً: التوازن بين الإباحة والتجريم

جدول رقم (6)

النسبة المئوية	النقطة	البعد
75%	من الضروري أن تكون التشريعات الرياضية مرنة وقادرة على التكيف مع التغيرات الاجتماعية والثقافية.	الحاجة إلى تشريعات مرنة
80%	يجب أن تُعزز برامج التوعية والتثقيف حول القيم الرياضية وأخلاقيات اللعب، مما يساهم في تقليل المخاطر المرتبطة ببعض الألعاب.	التوعية والتثقيف
70%	ينبغي تشجيع النقاشات المجتمعية حول الألعاب الرياضية لتعزيز الفهم المتبادل بين الممارسين والمجتمع حول أهمية الرياضة وأخلاقياتها.	تشجيع الحوار المجتمعي

شكل رقم (6)

التوازن بين الإباحة والتجريم



يتضح خلال جدول وشكل رقم (6) :تبرز الحاجة إلى تشريعات رياضية مرنة من خلال الطبيعة الديناميكية للتغيرات الاجتماعية والثقافية، كما هو موضح في دراسات مختلفة. يجب أن تتكيف التشريعات الفعالة مع المعايير المجتمعية المتطورة لمعالجة قضايا مثل العنف الرياضي والسلوك الأخلاقي للرياضيين، مما يستلزم مراجعة القوانين الحالية مثل القانون الوطني لتعزيز الرياضة والقانون الأساسي للرياضة علاوة على ذلك، يعد تعزيز الوعي والتثقيف حول القيم الرياضية وأخلاقيات الألعاب أمراً بالغ الأهمية للتخفيف من المخاطر المرتبطة بالرياضة والألعاب، حيث يعزز التعليم الثقافة القانونية التي يمكن أن تمنع الجرائم الجنائية في الرياضة الحوار المجتمعي ضروري أيضاً، لأنه يعزز التفاهم المتبادل بين الممارسين والجمهور فيما يتعلق بأهمية الممارسات الأخلاقية في الرياضة بشكل عام، يعد النهج الشامل الذي يتضمن التشريعات المرنة والمبادرات التعليمية والمشاركة المجتمعية أمراً حيوياً لتعزيز بيئة رياضية آمنة وأخلاقية الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

الأبعاد القانونية:

- تشير الدراسات إلى أن التشريعات المحلية والدولية تؤثر بشكل كبير على تنظيم الرياضة، حيث تساهم في مكافحة العنف وحماية حقوق اللاعبين، وخاصة الأطفال. ومع ذلك، لا يزال تنفيذ هذه القوانين ضعيفاً، مما يستدعي تحسينات ملموسة.
- يُعتبر تجريم بعض الأنشطة الرياضية أمراً ضرورياً، حيث يُظهر أن 75% من اللوائح الرياضية تتبع من الاتحادات الرياضية، مما يؤكد على أهمية وجود إطار قانوني متماسك.
- تبرز الحاجة إلى إصلاحات قانونية لحماية الرياضيين، خاصة في الرياضات المدرسة للدخل، حيث يتعرضون لاستغلال كبير دون تعويض كافٍ.

الأبعاد الأخلاقية:

- رغم أن الرياضة تهدف إلى تعزيز القيم الأخلاقية مثل التعاون والانضباط، إلا أن هناك سلوكيات غير مقبولة مثل العنف والغش، مما يثير تساؤلات حول مدى قبول المجتمع لهذه الأنشطة.
- يلعب الإعلام دوراً حاسماً في تشكيل الوعي العام حول الرياضة، حيث يمكن أن يُعزز من القيم الإيجابية أو يُسهم في نشر ثقافة العنف، مما يستلزم ضرورة مراقبة المحتوى الإعلامي.

التوازن بين الإباحة والتجريم:

- هناك حاجة ملحة لتطوير تشريعات مرنة تتكيف مع التغيرات الاجتماعية والثقافية لضمان سلامة الأفراد والمجتمع.
- يُعتبر التوعية والتثقيف حول القيم الرياضية وأخلاقيات اللعب ضروريين لتقليل المخاطر المرتبطة ببعض الألعاب.
- الحوار المجتمعي يعزز الفهم المتبادل بين الممارسين والمجتمع حول أهمية الرياضة وأخلاقياتها.

التوصيات

- تعزيز التشريعات
- تطبيق برامج توعية
- مراقبة الإعلام
- تشجيع الحوار المجتمعي
- إصلاحات قانونية لحماية الرياضيين
- تعاون بين الجهات المختلفة

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في الرياضيين والمدربين والمسؤولون الرياضيون والخبراء القانونيون في القانون الرياضي

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

عقيل مجيد السعدي draqeel_alsaadi@hilla-unc.edu.iq

References

- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Ahmed, M. R., & Ghazi, A. M. (2020). A proposed vision for developing school sports within the framework of the Vision 0202 system. *Assiut Journal of Physical Education Sciences and Arts*, 54(Special Issue for the Conference (9)), 3148–3167.
- Asim, M. (2022). The Effectiveness of Artificial Intelligence and Strategic Planning in Building Mental Modeling to Improve Sports Performance in Karate. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 32(2), 365–374. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i2.356>
- Atria, F. (1999). Games and the Law: Two models of institution. *ARSP: Archiv Für Rechts-Und Sozialphilosophie/Archives for Philosophy of Law and Social Philosophy*, 309–347.
- David, P. (2020). Respecting the Rights of the Child in Sports: Not an Option. In *International Handbook on Child Rights and School Psychology* (pp. 377–388). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-37119-7_24
- Dizer, O. A., Bavsun, I. G., Zarubin, A. V., Safonov, V. N., & Sokolsky, G. Y. (2021). Sports crimes: issues of systematic approach, criminalization and qualifications. *SHS Web of Conferences*, 108, 02009. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202110802009>
- Epstein, A. (2022). Sport, Law, and Ethics. In *The Oxford Handbook of Sport and Society* (pp. 135–153). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197519011.013.8>
- Fawzi Saham, A., & Talal Jasim, A. R. (2022). Legal regulation of the criminalization of doping and its role in protecting human health and educational rights. *Journal of Juridical and Political Science*, 11(1). <https://doi.org/10.55716/JJPS.2022.11.1.2.7>
- Ioannidis, G. (2017). The criminalisation of doping in sport: The case for the prosecution. *World Sports Advocate*, 12–14.
- Lópex Frías, F. J. (2015). Doping and Anti-Doping Policy in Sport: Ethical, Legal, and Social Perspectives. *Sport, Ethics and Philosophy*, 9(1), 86–91. <https://doi.org/10.1080/17511321.2015.1017524>
- Mahmoud, B., Awadallah, D., & Maghawry, M. (2023). Mechanisms of Governance of Sports Legislation and their Role in ensuring the Quality of Legislative outputs. *Assiut Journal of Sport Science and Arts*, 2023(2), 96–126. <https://doi.org/10.21608/ajssa.2024.280612.1172>

- Mahmoud, B. S., Adain, A. A., & Al-saraf, A. A. M. (2022). Insurance As An Obligation Rests With The Sports Organization Towards The Athlete. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 17(6), 396–398.
- Mahmoud, B. S., & Kadhim, A. M. (2022). Legal Regulation of the Professional Sports Player's Contract. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 17(4), 150–152.
- McCormick, R. A., & McCormick, A. C. (2009). A trail of tears: The exploitation of the college athlete. *Fla. Coastal L. Rev.*, 11, 639.
- Raas, M. I., Schneeberger, A. R., Karunaharamoorthy, A., Sinsel, D., Schmidt, R. E., Hofmann, C. G., Imboden, C., Hemmeter, U. M., Seifritz, E., & Claussen, M. C. (2022). Gewalt und Missbrauch im Leistungssport. *Praxis*, 111(4), 205–212. <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a003851>
- Rostami, M., Mazin Hadi Kzar, Zahraa Hamzaa Abd alzahraa, Ali Abdul Kadhim Ruhaima, Sarah A. Hamood, Alzahraa S. Abdulwahid, Sarmad Dheyaa Noori, Ahmed Hussien Alawadi, Ali Alsaalamy, & Ban Saifuddin Mahmoud. (2023). THE ROLE OF LYMPH NODE METASTASIS IN EARLY GASTRITIS INDIVIDUALS FOLLOWING NONCURATIVE ENDOSCOPIC RESECTION: A SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS. *Journal of Ayub Medical College Abbottabad*, 35(4), 658–663. <https://doi.org/10.55519/JAMC-04-12050>
- Valerian, D. (2022). KRITERIA KRIMINALISASI: ANALISIS PEMIKIRAN MOELJATNO, SUDARTO, THEO DE ROOS, DAN IRIS HAENEN. *Veritas et Justitia*, 8(2), 415–443. <https://doi.org/10.25123/vej.v8i2.4923>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of a psychological counseling program in reducing the level of stress for young football players in some clubs in Iraq

Ahmed Jarla Allah Abdullah  

University of Diyala / College of Physical Education and Sports Sciences

Article information

Article history:

Received 11/12/2024

Accepted 11/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Counseling program, psychological stress, football junior



Abstract

The research aims to design a psychological counseling program to reduce the level of stress among young football players in Iraq through (building a psychological stress scale for young football players in Iraq, applying a psychological counseling program). The researcher used the experimental method with pre- and post-measurement for one experimental group, and a deliberate sample of (60) young football players from clubs (Diyala, Baqubah, Al-Khalis, Shahraban, Yarmouk) was selected. The researcher relied on collecting data on the psychological stress scale for young football players in Iraq (prepared by the researcher), the psychological counseling program for young football players in Iraq (prepared by the researcher), and one of the most important results was that the psychological counseling program for young football players in Iraq, which the experimental group underwent, had a positive effect in reducing the level of psychological stress among young football players. One of the most important recommendations was the need to be guided by the scientific foundations used in designing the psychological counseling program in developing psychological skills and reducing the level of psychological stress when developing a program Myself to develop psychological skills.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



أثر برنامج ارشادي نفسي في خفض مستوى التوتر لناشئي كرة القدم لبعض الاندية بالعراق

أحمد جارالله عبدالله¹  

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

المخلص

يهدف البحث الى تصميم برنامج ارشاد نفسي لخفض مستوى التوتر لدى ناشئي كرة القدم بالعراق وذلك من خلال (بناء مقياس التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق ،تطبيق برنامج ارشاد نفسي) ، وقد استعمل الباحث المنهج التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة ، وتم اختيار عينة عمدية قدرها (60) ناشئ من لاعبي كرة القدم بأندية (ديالى ، بعقوبة، الخالص ، شهربان ،اليرموك) ، واعتمد الباحث في جمع البيانات على مقياس التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق (من إعداد الباحث)، برنامج الارشادي النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق (من إعداد الباحث) ، وكان من أهم النتائج يؤثر البرنامج الارشادي النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق والذي خضعت له المجموعة التجريبية تأثيراً إيجابياً في خفض مستوى التوتر النفسي لدى ناشئي لاعبي كرة القدم ، وكان من أهم التوصيات ضرورة الاسترشاد بالأسس العلمية التي استعملت في تصميم البرنامج الإرشادي النفسي في تنمية المهارات النفسية وخفض ومستوى التوتر النفسي عند وضع برنامج نفسي لتنمية المهارات النفسية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/12/11

القبول : 2025/1/11

التوفر على الانترنت: 15،يناير،2025

الكلمات المفتاحية:

برنامج ارشاد ، التوتر النفسي ، ناشئي كرة القدم

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

إن من أكثر المشكلات انتشاراً وشيوعاً في عالمنا اليوم هو التوتر والخوف ، فالتنافس والصراع في المجتمعات الانسانية بأشكاله ومستوياته المختلفة ، يعتبر من المحطات للإنسان سواء كانت مصادره البيئة أو الامكانات والتي تحيط بالفرد في مجال أداء مهماته ، مما يؤدي الى ارهاق الفرد وتوتره ، وبالتالي التأثير على نوعية سلوكه ومستوى أدائه ، الا أن فهم الفرد وإدراكه للتوتر الذي ينتابه وقدرته في السيطرة أو التكيف معه يجعله قادراً على مواجهته وقادراً على تأدية واجبة واثم مهمته بنجاح (Mohamed, 2004) (Masoud & Shabib, 2024)

وفي معظم الأحيان تعتبر الرياضة التنافسية من أكثر النشاطات الإنسانية متابعة وشعبية في العصر الحديث، مصحوبة بالتوتر والقلق لميزتها التنافسية، والتي قد تتخذ في بعض الأحيان أشكالاً مختلفة من الصراع. خصوصاً أن الرياضة من أكثر اللقاءات الجماعية جذباً، ومن أسرع النشاطات التي تظهر فيها نتائج الفوز أو الخسارة، والتي توصف بالنجاح أو الفشل، وبالتالي تعتبر نصراً أو هزيمة لأي من الفريقين المتنافسين (Mashkor, 2017). في هذه الحالة، ولاعتبارات شخصية، ونفسية، وعقلية، وبدنية، ولاعتبارات ظرفية، فإن التوتر يصبح من المكونات الرئيسية للرياضة التنافسية سواء كان مرتبطاً بمستوى ونوعية المهمة – المباراة، أو الإنجاز المطلوب من اللاعبين، أو إرضاء الجماهير الحاضرة والمتابعة لمباريات فرقهم التي يشجعونها، أو لأسباب مؤسسية تؤثر فيها (Tariq, 2014)

ويعد التوتر النفسي من أهم المشكلات التي تواجه معظم اللاعبين وفي فعاليات والالعاب رياضيه متعددة لما له من آثار سلبية عديده كتبديل الطاقة البدنية والحرمان من لحظات الاستمتاع بممارسه النشاط الرياضي ، فاللاعب عندما يعتقد بأنه غير كفوء قد يضعف من ثقته في نفسه فضلاً عن انه قد يسبب حاله من الصراع الداخلي وامكانية تعرضه للإصابة البدنية وغالباً ما يكون سبباً رئيسياً لعزوف اللاعبين عن الاستمرار بممارسه الرياضة (Abdullah, 2024)، ولما كان هدف المدربين والكادر التدريبي هو تفعيل الجوانب والمظاهر النفسية الإيجابية التي تساعد في تحقيق التفوق والانجاز والحد من الجوانب السلبية التي تعوق ذلك ، فإن كل الآثار والمظاهر السلبية المذكورة آنفاً سوف تؤثر على المستوى البدني والنفسي والمهاري والخططي للاعب والذي بدوره ينعكس على أداء الفريق ككل (Khalifab & Jabbar, 2023) ، ويلاحظ ان تطوير الجوانب البدنية و المهاريه شيء ليس بالصعب أمام المدربين الا أن الجوانب النفسية تحتاج دائماً الى أساليب خاصه في التعامل مع اللاعبين وتوجيههم وإرشادهم بشكل فردي أو جماعي حسب خصوصيه الفاعلية الممارسة وزرع الثقة في نفوسهم للتخلص من كل المظاهر النفسية السلبية التي يمكن ان تظهر عليهم عند المنافسة وحسب درجه أهميتها (Osama, 2004)

يساعد البحث الحالي في تحديد مستوى التوتر لدى ناشئي كرة القدم بالعراق (Abdulrahman et al., 2020)، مع وضع برنامج ارشادي نفسي لتخفيف مستوى التوتر لديهم سواء كان قبل المباريات او اثناءها أو بعدها، وبالتالي يساعد البرنامج المقترح على تخفيف الضغوط التي تسبب التوتر لدى اللاعبين ومحاولة ازالتها وكيفية أداء التمرينات الاسترخائية التي تساعد على ازالة التوتر السلبي .

2-1 مشكلة البحث :

لاحظ الباحث ان اغلب المدربين يركزون على الاداء البدني و المهاري و الخططي ولا يعيرون اهميه للجوانب النفسية ،او تنقصهم الخبرة في هذا المجال لا سيما فيما يتعلق بموضوع التوتر النفسي والانفعال والتحكم في الضغوط النفسية من اجل تهيئه نفسيه أفضل للاعبين لبذل الجهد والتفوق في المنافسات لذا ينبغي من الكوادر المختصة والمؤسسات القائمة على تفعيل وتنشيط الحركة الرياضية من أساتذة ومدربين متابعه وقياس ظاهرة التوتر النفسي قبل وبعد الاشتراك في

المنافسة الرياضية للحد من الآثار السلبية على اللاعبين واستخدام الأساليب المثلى في التعامل مع التوتر النفسي بوصفه سلاح ذو حدين وذلك بتشجيع الدرجة المقبولة منه باعتبارها دافع أو حافز مهم للاعب للأبداع إذ إن القياس يبين لنا درجات التوتر النفسي عند اللاعبين لوضع المعالجات المناسبة لمواجهته مثل هذه المظاهر النفسية الخطيرة.

ويؤكد (Al-Dhahabi, 2019) عند ممارسة الرياضة بصفة عامة ورياضة كرة القدم بصفة خاصة يحدث التوتر نتيجة لتركيز اللاعب على عوامل لا يمكن التحكم فيها مثل (التحكم - طريقة لعب المنافس - ظروف اللعب - الجمهور - إلى غير ذلك) بحيث يتم التركيز على هذه الأشياء ويكون اللاعب أكثر احتمالاً للتوتر والشعور بالكبت والاختناق ، وعندما يشعر اللاعب بالتوتر فإنه يزيد إفراز الهرمون الحاث للكورتيزول من الغدة النخامية للجسم والذي يعمل على إفراز الكورتيزول من الغدة الكظرية وهو هرمون أساسي لمقاومة التوتر والضغط . (Al-Dhahabi, 2019)

ومن خلال خبرة الباحث كلاعب وعلمة في مجال تدريب كرة القدم لبعض الفرق الشعبية لاحظ عدم وجود تكافؤ بين المستوى الفعلي للناشئين وفاعلية الاداء الخططي في المنافسات ، ويرجع الباحث أن هذا التباين قد يكون مرجعة الى التوتر الذي يصيب الناشئين نتيجة لضغوط المنافسة وعدم قدرتهم على استغلال طاقاتهم بشكل جيد وعدم القدرة على التحكم في انفعالاتهم أثناء المنافسة مما يجعلهم غير قادرين على الاداء باقتصاد في الحركة وبفاعلية الاداء وجدير بالذكر أن التوتر يصاحبه زيادة في افراز النواقل الكيميائية وما يترتب على ذلك من أعراض وعلامات (نفس - جسمية) على الناشئ مما ينعكس سلباً على مستوى الاداء وبالتالي يؤثر على فاعلية الاداء الخططي .

وفي ضوء ذلك قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (10) من ناشئي كرة القدم ، بهدف التعرف على مستوى التوتر لديهم من خلال على مجموعة من الاسئلة عليهم ، وأكدت النتائج ارتفاع مستوى التوتر لدى عينة الدراسة الاستطلاعية. مما دعا الباحث الى إجراء هذه الدراسة من خلال وضع برنامج ارشاد نفسي لتخفيف مستوى التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق

3-1 أهداف البحث

- إعداد و تصميم برنامج ارشاد نفسي لخفض مستوى التوتر لدى ناشئي كرة القدم بالعراق وذلك من خلال .
- بناء مقياس التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق .
- تطبيق برنامج ارشاد نفسي .

4-1 فرض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات (القبلي والبيني والبعدي) للمجموعة التجريبية في التوتر النفسي للاعبين كرة القدم الناشئين لصالح القياس البعدي .

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري :

يتكون مجتمع البحث من ناشئي كرة القدم بالأندية الرياضية العراقية

تم اختيار عينة عمدية قدرها (60) ناشئي من لاعبي كرة القدم بأندية (ديالى ، بعقوبة، الخالص ، شهربان ، اليرموك)

1-5-2 المجال الزمني : تم اجراء البحث للفترة من 2024/6/1 الى 2024/12/1

1-5-3 المجال المكاني : ملاعب اندية (ديالى ، بعقوبة، الخالص ، شهربان ، اليرموك)

4-5-1 المصطلحات المستخدمة في البحث

التوتر النفسي: هو حالة من التوقعات السيئة والتشاؤمية وحالة من الخوف الغير محدد الذي يصاحبه التوتر الشديد ، الذي يعمل على زيادة الشعور بالقلق ويصاحبه أعراض جسمانية تتمثل في ارتفاع ضغط الدم ورجفة الاطراف واضطرابات في جهاز الهضمي مما يؤثر على الشهية والنوم وزيادة التعرق وجفاف الطق وشحوب الجلد.(تعريف إجرائي)

1- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث : استعمل الباحث المنهج التجريبي ذو القياس القبلي والبُعدي لمجموعة تجريبية واحدة .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

وتم تقسيم العينة على النحو الآتي :-

- **عينة بناء المقياس الاولى:** حيث بلغت (40) ناشئ لثنتين مقياس التوتر النفسي لناشئي كرة القدم (الصدق- الثبات)
- **عينة التطبيق الثانية:** حيث بلغت (20) ناشئ لتطبيق البرنامج الارشادي النفسي المقترح عليهم ومجتمعين في مكان واحد وهذا ما يوضحه جدول(1).

جدول رقم (1)

التوصيف الاحصائي لعينة البحث

عينة البحث		عينة الدراسة الاستطلاعية(1)		العينة الخاصة بتطبيق البرنامج الارشاد النفسي	
العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %
40	66.67%	20	33.33%	40	66.67%
60	33.33%	20	33.33%	60	33.33%

3-2 أدوات البحث و وسائل جمع البيانات :

- مقياس التوتر النفسي لناشئي كرة قدم بالعراق (إعداد الباحث) مرفق رقم(1) , برنامج الارشادي النفسي

لناشئي كرة القدم بالعراق (إعداد الباحث) مرفق رقم(2)

4-2 المعاملات العلمية لمقياس التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق :

1-4-2 الصدق:

لكي يتوصل الباحث إلى صدق مقياس التوتر النفسي قام بالاعتماد على:

2-4-2 صدق المحتوى:

قام الباحث بعرض عبارات المقياس على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي والذي تتوافر فيهم شروط الحصول على درجة الدكتوراه والبالغ عددهم (10) خبراء لاستطلاع آراءهم في الآتي :

- التأكد من كفاية ومناسبة العبارات للمقياس
- التأكد من سلامة الصياغة ووضوح العبارة.
- اضافة او حذف او تعديل او دمج العبارات.

ويوضح جدول رقم (2) التكرارات والنسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول كل عبارة من عبارات مقياس التوتر النفسي .

جدول رقم (2)

التكرارات والنسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول كل عبارة من عبارات مقياس التوتر النفسي

ن = 10 خبراء

النسبة المئوية	التكرار	م	النسبة المئوية	التكرار	م	النسبة المئوية	التكرار	م	النسبة المئوية	التكرار	م
المحور الرابع			المحور الثالث			المحور الثاني			المحور الاول		
%100	10	1	%100	10	1	%100	10	1	%100	10	1
%100	10	2	%100	10	2	%100	10	2	%100	10	2
%100	10	3	%100	10	3	%100	10	3	%100	10	3
%90	9	4	%100	10	4	%100	10	4	%100	10	4
%100	10	5	%100	10	5	%100	10	5	%100	10	5
%100	10	6	%100	10	6	%100	10	6	%100	10	6
%100	10	7	%100	10	7	%100	10	7	%100	10	7
%100	10	8	%100	10	8	%90	9	8	%100	10	8
%100	10	9	%90	9	9	%100	10	9	%100	10	9
			%100	10	10	%100	10	10	%100	10	10

يتضح من جدول رقم (2) التكرارات والنسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول كل عبارة من عبارات مقياس التوتر النفسي والتي تراوحت ما بين (90% : 100%) وبالتالي لا يوجد أي تعديلات على عبارات مقياس التوتر النفسي

3-4-2 صدق الاتساق الداخلي :

تم التأكد من صدق عبارات مقياس التوتر النفسي بحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وبين الدرجة الكلية للمقياس وهذا ما يوضحه جدول (3) .

جدول (3)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس

ن = 40

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
المحور الرابع		المحور الثالث		المحور الثاني		المحور الاول	
0.74	1	0.73	1	0.78	1	0.70	1
0.76	2	0.75	2	0.78	2	0.81	2
0.81	3	0.76	3	0.74	3	0.90	3
0.70	4	0.84	4	0.72	4	0.74	4
0.90	5	0.86	5	0.88	5	0.85	5
0.85	6	0.84	6	0.84	6	0.95	6

0.76	7	0.95	7	0.92	7	0.74	7
0.82	8	0.82	8	0.78	8	0.82	8
0.86	9	0.74	9	0.68	9	0.86	9
		0.86	10	0.88	10	0.84	10

* دال إحصائيًا عند 0.05 (معامل ارتباط بيرسون الجدولية = 0.308)

يتضح من الجدول ارقام (3) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي للمقياس ذات دلالة احصائية .
4-4-2 الثبات:

تم التحقق من الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ لإيجاد ثبات عبارات المقياس وهذا ما يوضحه جدول رقم (4).

جدول (4)

معامل ثبات ألفا كرونباخ لعبارات مقياس التوتر النفسي

ن = 40

رقم العبارة	معامل ثبات ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة	رقم العبارة	معامل ثبات ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة	رقم العبارة	معامل ثبات ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة	رقم العبارة	معامل ثبات ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة
المحور الاول		المحور الثاني		المحور الثالث		المحور الرابع	
1	0.708	1	0.834	1	0.748	1	0.901
2	0.795	2	0.714	2	0.895	2	0.847
3	0.784	3	0.835	3	0.780	3	0.800
4	0.790	4	0.835	4	0.899	4	0.793
5	0.888	5	0.780	5	0.899	5	0.794
6	0.793	6	0.900	6	0.899	6	0.794
7	0.863	7	0.820	7	0.795	7	0.826
8	0.790	8	0.809	8	0.793	8	0.814
9	0.874	9	0.855	9	0.793	9	0.862
10	0.796	10	0.833	10	0.796		

معامل ألفا كرونباخ ≤ 0.70

يتضح من جدول رقم (4) أن معامل ثبات عبارات المقياس مقبول (أكبر من 0.70) مما يدل على ثبات عبارات المقياس وان حذف اي عبارة سيؤثر سلبا على ثبات المقياس.

إعداد مفتاح تصحيح مقياس التوتر النفسي مرفق رقم

اعتمد الباحث في تحديد استجابات مقياس التوتر النفسي على (ميزان ليكرت الثلاثي) والذي يتمثل في (نعم -الى حد ما- لا) وقد اعطت الاستجابات (1 ، 2 ، 3) وبذلك تكون الدرجة الصغرى للمقياس = 39 درجة والدرجة العظمى للمقياس = 117 درجة .

ومن خلال تحديد العبارات في اتجاه المقياس وعكس اتجاه المقياس واستخدام مفتاح التصحيح الثلاثي (نعم -الى حد ما- لا) تم توزيع الدرجة كما هو موضح في جدول (5)

جدول (5)

تحديد مفتاح التصحيح الثلاثي للمقياس

نوع العبارة	نعم	الى حد ما	لا
عكس اتجاه المحور	1	2	3
في اتجاه المحور	3	2	1

حيث تحتسب الدرجة طبقاً لما يلي :

في حالة العبارات الايجابية تعبر (لا) على انخفاض مستوى التوتر النفسي، (الى حد ما) على ان التوتر النفسي بدرجة متوسطة ، أما (نعم) فهي تدل على ارتفاع درجة التوتر النفسي والعكس بالنسبة للعبارات السلبية ويوضح جدول (8) الحد الأدنى والأقصى للدرجات في المقياس

وضع معايير للمقياس :

استعمل الباحث الدرجة التائية المعدلة لوضع درجات معيارية للمقياس لتحويل الدرجة الخام إلى درجات معيارية كما هو موضح بجدول (6) ، وقد استخلصت هذه الدرجات المعيارية من التطبيق على العينة الأساسية للبحث وقد استعمل الباحث المعادلة التالية

$$\text{الدرجة التائية (المعيارية المعدلة لثورنبيك)} = \frac{(\text{الدرجة الخام} - \text{المتوسط}) \times 10}{\text{الانحراف المعياري}} + 50$$

جدول (6)

الدرجة التائية (المعيارية التائية المعدلة لثورنبيك) لدرجات المقياس الخام

ن = 40

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
39	24.06	59	39.02	79	47.81	99	56.61
41	25.82	61	39.9	81	48.69	101	57.49
43	28.46	63	40.78	83	49.57	103	58.37
45	31.1	65	41.65	85	50.45	105	60.13
47	32.86	67	42.53	87	51.33	107	61.89
49	33.74	69	43.41	89	52.21	109	62.58
51	34.62	71	44.29	91	53.09	111	64.02
53	36.38	73	45.17	93	53.97	113	66.13
55	37.26	75	46.05	95	54.85	115	67.89
57	38.14	77	46.93	97	55.73	117	69.54

جدول (7)

مفتاح تصحيح الدرجة المعيارية لمقياس التوتر النفسي

الدرجة النائية	مستوى التوتر النفسي
69.54 - 52.21	توتر مرتفع
51.33 - 41.65	توتر متوسط
40.78 - 24.06	توتر منخفض

5-4-2 خطوات بناء برنامج الارشادي النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق

يتطلب بناء هذا البرنامج المتطلبات المنهجية والخطوات التالية:

❖ الهدف من البرنامج :

يهدف البرنامج الى تخفيف حدة التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق، و كما يهدف البرنامج الى تحسين اللياقة البدنية وزيادة الكفاءة الفسيولوجية والتخفيف من الضغوط النفسية لناشئي كرة القدم في وذلك من خلال برنامج متكامل من تمارين الاسترخاء واللياقة البدنية وكيفية مواجهة القلق وقد يمكن تلخيص الاهداف في الاتي:

- المساعدة على خفض التوتر والقلق وتعميق الشعور بالاسترخاء لناشئي كرة القدم
- تعليم الإحساس بالفرق بين التوتر والاسترخاء والتحكم في الجهاز العضلي.
- زيادة القدرة على تركيز الانتباه وعزل الأفكار السلبية لناشئي كرة القدم .
- الوصول إلى الاسترخاء العقلي من خلال تدريبات التحكم في التنفس للناشئين .
- تنمية عناصر اللياقة البدنية الشاملة للناشئين مما يساعد على زيادة الكفاءة البدنية والتخفيف من حدة الضغوط البدنية و التحكم في الانفعالات وتوجيهها
- الوصول الى اعلى درجات الثقة بالنفس خاصة في وقت ما قبل المنافسات من خلال تدريبات الثقة بالنفس .
- الارتقاء بمستوى المعارف و المعلومات حول المهارات النفسية ومعرفة مدى اهميتها بالنسبة للاعب .
- العمل على زيادة تركيز اللاعب قبل و اثناء فترة المنافسات عن طريق تدريبات تركيز الانتباه
- تنمية الشعور بالوعي الحسي و التحكم في الحالة الانفعالية من خلال تدريبات التصور العقلي .
- تنمية الشعور بالوعي العقلي الزمني و زيادة القدرة على الاحساس بالزمن من خلال تدريبات التصور العقلي

وقد تم بناء البرنامج وفقا للاعتبارات التالية :

- تحديد عدد الوحدات التدريبية الشهرية حيث اشتمل البرنامج على (24) وحدة
- تحديد عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية بواقع (3) وحدات اسبوعيا
- تحديد زمن الوحدة التدريبية حيث كانت لمدة (60) دقيقة

وقد راعى الباحث ان تخضع خطوات تصميم البرنامج المقترح للأسس العلمية متبع في ذلك ما يلي:

- تحديد اهم المهارات النفسية الخاصة بناشئي كرة القدم .
- اعداد استمارة استطلاع رأي الخبراء حول تحديد اهم المهارات التي يجب ان يتضمنها برنامج الارشاد النفسي لناشئي كرة القدم المقترح مع تحديد الاهمية النسبية لكل مهارة عن طريق ترتيبها .

- اعتمد الباحث على المهارات التي تراوحت نسبة اتفاق الخبراء عليها ما بين (70% الى 100 %) و عددها (4) وهي (الاسترخاء - التصور العقلي - مواجهة القلق - الثقة بالنفس)
- الاستفادة من الدراسة النظرية لمعظم الدراسات و البحوث التي تناولت برامج الارشاد النفسي في العديد من الرياضات المختلفة في تصميم وحدات البرنامج .

هدف الوحدات :

تخفيف التوتر النفسي لناشئي كرة القدم من خلال (الاسترخاء - التصور العقلي - مواجهة القلق - الثقة بالنفس)

2-5-6 التوزيع الزمني لوحدات برنامج المهارات النفسية :

تم عرض التوزيع الزمني للبرنامج على الخبراء في مجال علم النفس الرياضي و تم الموافقة على ان تكون مدة البرنامج (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبيه اسبوعيا و بمعدل (60) دقيقة لكل وحدة

ملاحظات وارشادات عند تنفيذ البرنامج:

- يفضل أنه تؤدي التمرينات في الهواء والشمس الساعة العاشرة صباحا حتى يمكن الاستفادة من الاشعة فوق البنفسجية لما لها من فوائد على الجلد والاجهزة الداخلية حيث أنها تخترق سطح الجلد الى الطبقات الداخلية العميقة فتدفئها وتوسع الاوعية الدموية فيها
- يراعى مبدأ التدرج في اداء الحركات من السهلة الى الأكثر صعوبة مع الاهتمام بالأحماء .
- يراعى التنوع في الأداء باستخدام الأوضاع المشتقة والاهتمام بالنقط التعليمية لكل تمرين لتحقيق الهدف الذي وضع من أجله.
- ليس من الضروري أن يتقن كل لاعب الأداء بل تؤدي وفقا لقدراته واستعداداته.
- الاهتمام بفترات الراحة الايجابية والسلبية.
- يجب أن يقف كل لاعب على مستواه وما حققه وما يمكن أن يحققه في المستقبل .

طرق تقييم البرنامج :

يتم تقييم البرنامج والتعرف على مدى تأثيره من خلال مقياس التوتر النفسي والمقارنة بين القياسات القبلية والبعدي.

2-7 المعالجات الإحصائية :-

قام الباحث بتطبيق ومعالجة البيانات باستخدام برنامج IBM SPSS Statistics 20

3-1 عرض ومناقشة النتائج

جدول (8)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في محاور مقياس التوتر النفسي

ن = 20

محاو ر المقياس	الدلالات الإحصائية		القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين		قيمة ت
	س	ع±	س	ع±	س	ع±	س	ع±	
المحور الاول: التوتر الانفعالي	15.95	1.54	26.28	1.47	10.33	0.85	13.58	*	
المحور الثاني : التوتر الفسيولوجي	14.08	2.31	23.71	1.25	9.63	0.36	10.27	*	
المحور الثالث : التوتر الاسري	16.69	1.21	28.35	1.05	11.66	1.24	7.17	*	
المحور الرابع : التوتر العقلي	12.54	2.35	25.63	2.25	13.09	0.65	18.55	*	
أجمالي مقياس التوتر النفسي	59.26	3.44	103.97	2.87	44.71	1.95	22.94	*	

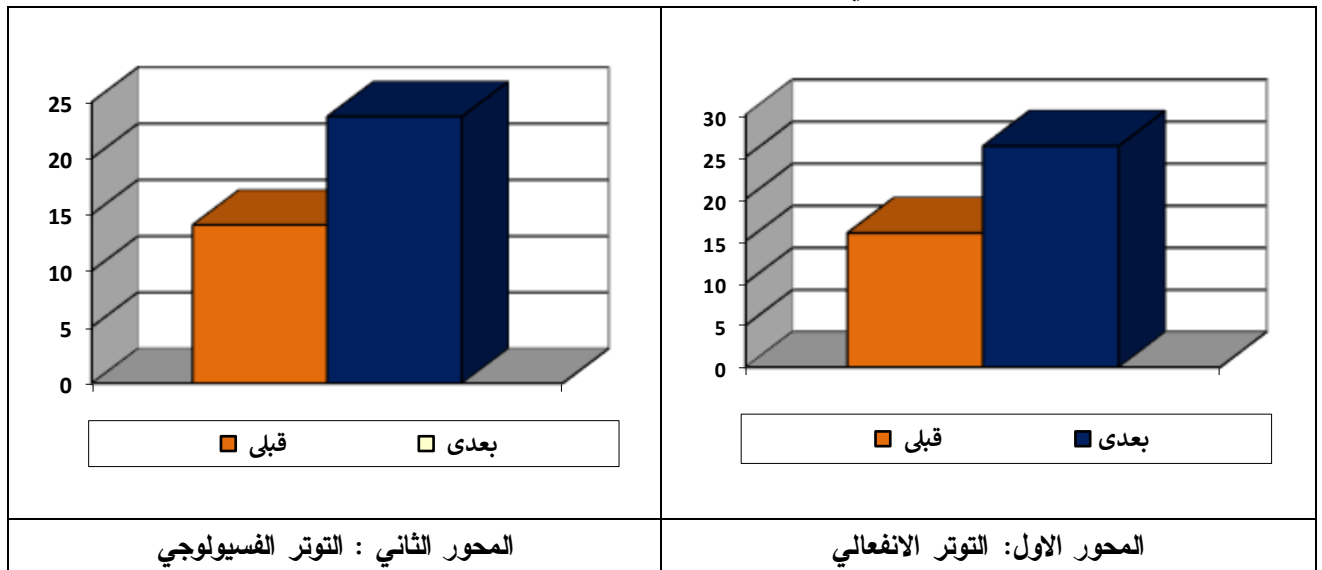
*معنوي عند مستوى $0.05 = 2.093$

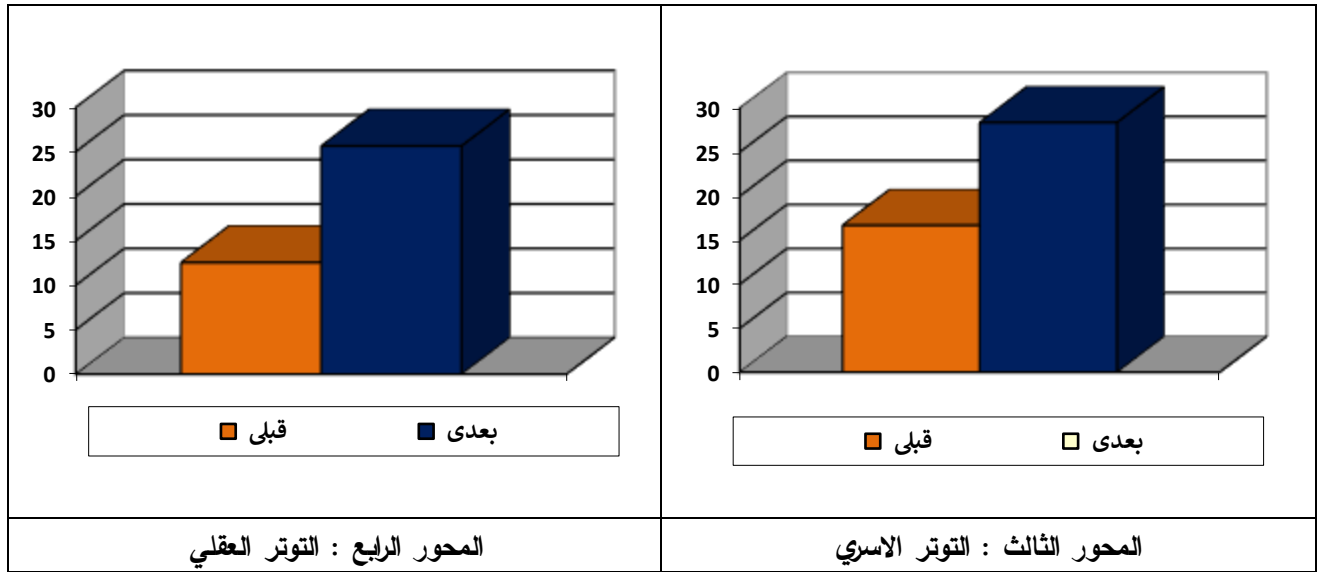
يتضح من جدول (8) و الشكل البياني رقم (1) والخاص بالفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في (محاور مقياس التوتر النفسي) للمجموعة التجريبية وجود فروق بين القياسين عند مستوى 0.05 في (جميع المحاور والمجموع الكلي للمقياس) حيث بلغت قيمة t ما بين (7.17 الى 22.94) وهذه القيم اكبر من قيمة t الجدولية عند مستوى 0.05 وتؤكد نتائج دراسة (Hassan, 2020) أن برنامج التصور العقلي له تأثير إيجابي على خفض التوتر النفسي وتحسين مستوى الاداء المهاري لسباق 100م حواجز للمجموعة التجريبية

وتؤكد نتائج دراسة (Rizk Abdel-Hakim et al., 2020) أن تدريبات القدرة على الاسترخاء . ويرى الباحث أن تركيز الانتباه لها تأثير إيجابي في تخفيف مستوى التوتر النفسي في مجالاته الثلاثة (الفسولوجي - العقلي - الانفعالي) لدى مبتدئ السباحة.

وتؤكد نتائج دراسة (Al-Ibrahim, 2014) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبتين والمجموعة الضابطة على درجة قائمة قياس التوتر النفسي لصالح المجموعتين التجريبتين بعد الانتهاء من البرنامج مباشرة. أي ان الاسترخاء العضلي والارشاد باللعب لهما أثر ايجابي في خفض التوتر النفسي.

وتؤكد نتائج دراسة (Abdul Karim, n.d). على وجود فروق دالة احصائيا في مقياس التوتر النفسي لدى طالبات المجموعة التجريبية بين القياس القبلي والقياس البعدي



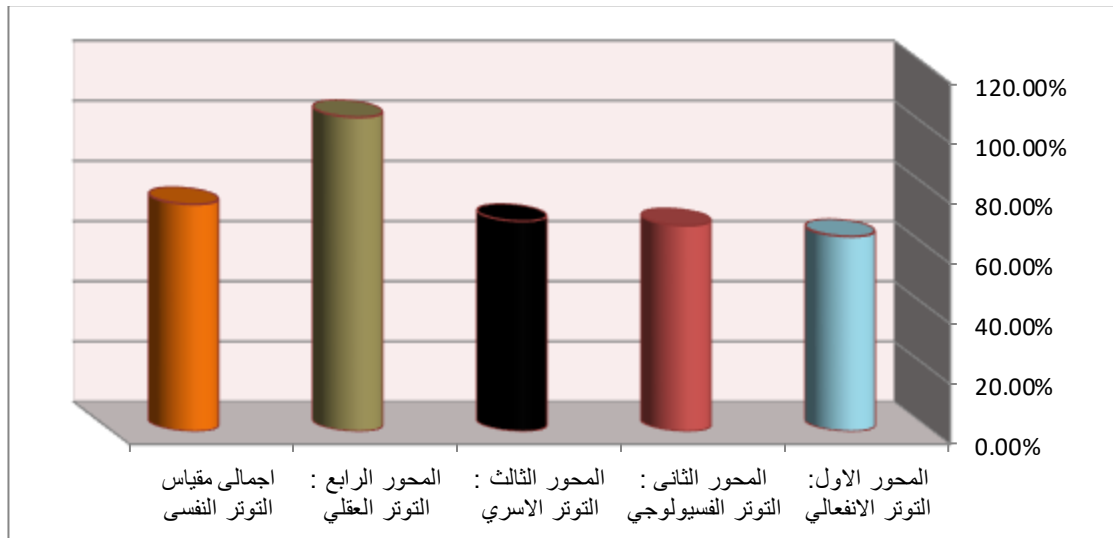


شكل (1) المتوسط الحسابي للقياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في (محاور مقياس التوتر النفسي)

جدول (9)

نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في (محاور مقياس التوتر النفسي)

النسبة المئوية	نسبة التحسن (بين القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية
المحور الاول: التوتر الانفعالي	64.76%
المحور الثاني : التوتر الفسيولوجي	68.39%
المحور الثالث : التوتر الاسري	69.86%
المحور الرابع : التوتر العقلي	104.39%
أجمالي مقياس التوتر النفسي	75.45%



شكل(2) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في (محاور مقياس التوتر النفسي)

يتضح من الجدول (17) والشكل البياني رقم (2) والخاص بنسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في (محاور مقياس التوتر النفسي) ان :

- نسبة التحسن لدى المجموعة التجريبية في المحور الاول (التوتر الانفعالي) كانت (64.76%) و للمحور الثاني (التوتر الفسيولوجي) كانت (68.39%) ، وللمحور الثالث (التوتر الاسرى) كانت (69.86%) ، وللمحور الرابع (التوتر العقلي) كانت (104.39%) ، ، والإجمالي مقياس التوتر النفسي كانت (75.45%) لصالح القياس البعدي ، مما يدل على أن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي على تخفيف حدة التوتر لناشئي كرة القدم .

وتؤكد نتائج دراسة (Al-Shammari, 2018) على فاعلية تمارين الاسترخاء العضلي العصبي في خفض درجة التوتر لدى اللاعبين.

ويرى الباحث أن الاسترخاء يعمل على خفض مستوى التوتر العالي الى مستوى السيطرة بصورة ايجابية وتحقيق الاستقرار النفسي للاعبين، أن تدريبات الاسترخاء الذاتي والتحليلي تؤثر بشكل واضح في خفض درجة التوتر والاستئارة الانفعالية.

وتؤكد نتائج دراسة (Nabil, 2012) إن أداء المشاركات في البرنامج للتدريبات والتمارين الارشادية والتي تضمنتها جلسات البرنامج، كان عاليا بشكل عام ، وانعكس ذلك بوضوح من خلال حصولهن على درجات واطنة بالإجابة عن مقياس التوتر النفسي

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- بناء مقياس التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق والذي يتضمن 4 محاور وهى (التوتر الانفعالي، التوتر الفسيولوجي، التوتر الاسرى ، التوتر العقلي) .
- المعاملات العلمية لمقياس التوتر النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق تشير الى إمكانية تطبيقه.
- يؤثر البرنامج الارشادي النفسي لناشئي كرة القدم بالعراق والذي خضعت له المجموعة التجريبية تأثيراً إيجابياً في خفض مستوى التوتر النفسي لدى ناشئي لا عبي كرة القدم
- أثر البرنامج الإرشادي على تخفيف التوتر النفسي لناشئي كرة القدم في المحور الاول (التوتر الانفعالي) بنسبة (64.76%) و (التوتر الفسيولوجي) بنسبة (68.39%) ، و(التوتر الاسرى) بنسبة (69.86%) ، و (التوتر العقلي) بنسبة (104.39%) ، ، والإجمالي مقياس التوتر النفسي كانت (75.45%) لصالح القياس البعدي

4-2 التوصيات

- الاسترشاد بالأسس العلمية التي استعملت في تصميم البرنامج الإرشادي النفسي في تنمية المهارات النفسية وخفض ومستوى التوتر النفسي عند وضع برنامج نفسى لتنمية المهارات النفسية .
- ضرورة تطبيق البرنامج المقترح كمرجعية في خفض مستوى التوتر لدى لاعبي كرة القدم
- تدعيم المهارات النفسية لجميع التدريبات النفسية لما لها من أثر في تحسين أداء المهارات النفسية .
- ضرورة الاهتمام بتواجد أخصائي نفسي يعمل علي تنمية المهارات النفسية داخل كل جهاز فنى لما لها من تأثير إيجابي علي مستوى اداء اللاعبين .
- اهتمام الاجهزة الفنية بالأعداد النفسي قصير المدى للاعبي كرة القدم
- التركيز على تعليم اللاعبين كيفية الاستفادة من استخدام مهارة الاسترخاء العضلي والعقلي في مواجهة أعراض التوتر البدني والعقلي حتى يمكن تحقيق أفضل النتائج سواء في التدريب او المنافسة.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في ناشئ من لاعبي كرة القدم بأندية (ديالى ، بعقوبة، الخالص ، شهربان ،اليرموك)

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

احمد جار الله عبدالله <http://orcid.org/0000-0002-1098-6227>

References

- Abdul Karim, S. R. (n.d.). The effectiveness of a guidance program to reduce the level of psychological stress among female students of the Faculty of Nursing at the Islamic University of Gaza [Master's thesis]. Cairo University.
- Abdullah, A. J. A. (2024). Obstacles to the application of artificial intelligence systems in colleges of physical education and sports sciences in Iraq. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4).
<https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.815>
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Al-Dhahabi, M. I. (2019). The effect of a recreational program using mini-games on reducing stress levels during the transitional period for football juniors. *Assiut Journal of Physical Education Sciences and Arts, Faculty of Physical Education, Assiut University*, 48(1), 195–225. <https://doi.org/10.21608/jpr.2019.71777>
- Al-Ibrahim, M. K. (2014). The effect of muscle relaxation and play guidance in reducing psychological stress among eighth grade female students. *Journal of Education, Faculty of Education, Al-Azhar University*.
- Al-Shammari, N. F. N. (2018). The effect of using relaxation (mental muscle) on the degree of stress among football players in the State of Kuwait. *Journal of Sports Sciences and Physical Education Applications, Second International Conference*, 9(3), 198–204.
<https://doi.org/10.21608/sjph.2018.133023>
- Hassan, S. M. A.-M. (2020). The effect of a mental imagery program on psychological stress and the level of skill performance in the 100m hurdles race for second-year female students at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University [Master's thesis, Zagazig University]. <https://doi.org/10.21608/jsei.2020.161795>
- 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.
- 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.

- 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). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Mohamed, K. (2004). Psychological pressures and dealing with them (p. 58). Ibn Sina for Printing, Publishing and Distribution.
- Nabil, S. S. (2012). The effectiveness of a group counseling program to reduce psychological stress among female students of the College of Education [Master's thesis]. University of Jordan.
- Osama, K. R. (2004). Sports Psychology (Concepts and Applications) (pp. 63–64). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Rizk Abdel-Hakim, A.-H., Hashem Ahmed, M., & Hamdy, Y. (2020). The effect of using relaxation and attention focus exercises on reducing psychological stress associated with performance for beginner swimmers. Assiut Journal of Sciences and Arts of Physical Education, 54(1), 1–24. <https://doi.org/10.21608/jpr.2020.118805>
- Tariq, B. E.-D. (2014). Psychological care for young athletes (p. 84). Dar Al-Wafa for Dunya Printing.

مرفق رقم (1)

مقياس التوتر النفسي في صورته النهائية

المحور الاول : التوتر الانفعالي

م	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
1	أشعر بالقلق بسبب الاداء.			
2	أقبل توجيهات المدربين بصدر رحب.			
3	أشعر بالضبط الانفعالي خلال المواقف الطارئة في المباراة .			
4	أقوم بالضغط على أسناني عندما لاحظ عدم اهتمام زملائي بالفوز بالمباراة.			
5	استطيع اتخاذ القرار المناسب اثناء المباراة .			
6	أقبل النقد لي قبل واثناء المنافسة.			
7	استطيع ضبط انفعالاتي عند مواجهة هتافات الجمهور.			
8	أشعر بالهدوء حتى لو كنت في ملعب الفريق المنافس.			
9	أتحكم في انفعالاتي بعد الهزيمة.			
10	عندما يتخذ الحكم ضدي قرارا خاطئا أتحدث بهدوء وثقة معه.			

المحور الثاني : التوتر الفسيولوجي

م	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
1	أحس بارتعاش في بعض عضلات جسمي قبل بداية المباراة.			
2	أشعر أعصابي مشدودة قبل المباراة .			
3	أشعر قبل المباراة بألم مفاجئ في العضلات (تشنجات - تقلصات).			
4	أخشى من تعرضي للإصابة في المباراة.			
5	أحس بالخشى من عدم قدرتي البدنية على استكمال المباراة.			
6	عندما أدخل الملعب وأشهد الجمهور كبير يخفق قلبي بشدة.			

م	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
7	اتصعب عرقا عندما أتعرض لمواقف محرجة في المباراة .			
8	أشعر بالإرهاق الشديد أثناء الفترات التدريبية.			
9	أعاني من النوم المتقطع قبل أيام من المنافسة.			
10	أشعر بصعوبة التنفس قبل بدء المباراة.			

المحور الثالث : التوتر الاسري

م	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
1	تفتخر أسرتي بي أمام الجميع لكوني لاعب مميز			
2	استقرار أسرتي من عوامل نجاحي في ممارسة الرياضة.			
3	تؤثر مشكلاتي العائلية سلبا على أدائي أثناء المباريات			
4	أشعر بالثقة عند حضور اسرتي معي في المباريات الهامة.			
5	أسعد عند مشاركة أسرتي في حضورهم بالمنافسات			
6	أحصل على دعم رياضي من أسرتي			
7	تهتم أسرتي بتوفير سبل الراحة التامة لي قبل المباريات الهامة			
8	أشعر بالأمان النفسي والطمأنينة مع أسرتي و أصدقائي			
9	أشعر بالمساندة من افراد اسرتي قبل المباراة مما يحسن ادائي.			
10	أحاول أن أقضي وقتا كبيرا مع أسرتي بعد التدريب			

المحور الرابع : التوتر العقلي

م	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
1	ارتكب أخطاء متعددة مع بداية المباراة .			
2	أشعر بارتباك عند استلامي الكرة لأول مرة في المباراة.			
3	أجد صعوبة في تركيز الانتباه عند أداء واجبي في المباراة.			
4	أستطيع أن أتخذ قرارا حاسما بسرعة في المواقف المفاجئة.			
5	عندما تسير المباراة على نحو غير مخطط أستطيع تركيز انتباهي.			
6	أتصور ما يمكن أن يحدث في المباراة قبل بدايتها .			
7	أشعر بنسيان جميع التعليمات قبل بداية المباراة.			
8	أكون مشتت عند الاستماع لتعليمات المدرب قبل بداية المباراة.			
9	أستطيع تذكر أحداث المباراة بشكل جيد .			

الملحق (2)

نموذج من وحدة من البرنامج الإرشادي

الأسبوع	الجلسة	أجزاء البرنامج	الهدف	المحتوى	الزمن التدريبي
الرابع الحادية عشر		الجزء التمهيدي		مساعدة اللاعبين المشاركين في البرنامج الى التعرف على مصادر التوتر النفسي من حيث الافراد ، الاماكن ، الاحداث، التي تعتبر مصادر قوية للتوتر النفسي في حياتهم.	15 د
				(رقود) ثني الركبتين والقدمين على الارض اخذ شهيق ببطء مع انتفاخ البطن للخارج (5) ثوان والاحتفاظ بالنفس (5) ثوان ثم الزفير ببطء على دفعات تستغرق (5) ثوان	25 د
	الجزء الاساسي	الاسترخاء العقلي "التحكم في التنفس"		(رقود) دفع الزفير خارجا ببطء من خلال الفم عن طريق الاسترخاء الكامل مع العلم بأن عضلات الذراعين والكتفين في حالة استرخاء خلال (5) ثواني ببطء ومعدل هادئ	
				(رقود) ركز في صوت انفاسك بحيث تكون هادئة و منتظمة لمدة (2-1) ق	
				(رقود) اخذ شهيق عميق ببطء في (5) ثواني ثم اخراجه بالتدريج بسهولة وببطء في (5) ثواني .	
				(رقود) اخذ شهيق عميق ثم كتم النفس لفترة قصيرة لمدة (5) ثواني للإحساس بالتوتر في البطن و الصدر ثم اخراج الزفير ببطء و سهولة في (5) ثواني و العودة للاسترخاء	
				(رقود) اغلق عينيك و ركز في صعود وهبوط صدرك اثناء التنفس وحاول ان يكون نفسك هادئ و منتظم	
				(رقود) ثني الركبتين على البطن ثم اخذ شهيق عميق في مرة واحدة ثم اخراج الزفير	
				(رقود) حاول ان تجعل عضلات صدرك تسترخي بعد كل زفير وحافظ على ان يكون الزفير هادئ و منتظم (2-1) ق	
		الثقة بالنفس		(رقود) اثق بان لاعبين فريقي لديهم قدر كافي من تحمل المسؤولية في المباريات الصعبة	20 د
				(رقود) اثق بطريقة تعاملتي مع الجهاز الفني مما يساعدني على تجاوز اي مشكلات	
				(رقود) اثق في قدراتي انني افضل لاعب في المرحلة السنية التي اتدرب بها	
				(رقود) لقد حصلت على تكريم افضل لاعب للعام الماضي و سوف يكرر هذا العام ايضا	
				(رقود) انا لا اخاف تحدي اي فريق مهما كان	
				(رقود) بالرغم من تميز الفرق المنافسة الا أن فريقي يستطيع التفوق عليهم	
				(رقود) تصور ان فريقك قد حصل علي الميدالية الذهبية في احدى البطولات الدولية	
				(رقود) تصور انك تقوم بتسلم كأس افضل فريق في البطولة	



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of the station system learning method on some motor abilities and the accuracy of performing the volleyball smash skill for female students

Alia Hussein Farhan ✉ 

University of Baghdad / Department of Student Activities

Article information

Article history:

Received 18/10/2024

Accepted 27/10/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Station system, motor skills, accuracy, smash, volleyball

Abstract

The research aimed to identify the learning method using the stations system in some motor abilities and the accuracy of performing the smash skill in volleyball for female students. The researcher followed the experimental method by designing two equivalent groups with pre- and post-tests. The main research sample consisted of (24) female students from the third stage in the College of Physical Education and Sports Sciences for Girls during the first semester of the academic year (2023–2024). The researcher used the appropriate means, tools and devices, in addition to conducting a mini-exploratory experiment. In light of the results, the researcher reached several conclusions, the most important of which were: The learning method using the stations system played a major role in improving some motor abilities and the accuracy of performing the smash skill in volleyball for female students in the experimental group. The researcher recommended the need to pay attention to adopting the learning method using the stations system in the educational process for volleyball for female students in the third stage, with an emphasis on developing the motor abilities associated with performing motor skills during the educational process.



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير أسلوب التعلم بنظام المحطات في بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطالبات

علياء حسين فرحان¹  

جامعة بغداد/ قسم النشاطات الطلابية¹

المخلص

هدف البحث إلى التعرف على أسلوب التعلم بنظام المحطات في بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطالبات، واتبعت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي، وتكونت عينة البحث الرئيسية من (24) طالبة من طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2023-2024) واستعملت الباحثة الوسائل والأدوات والأجهزة المناسبة، فضلاً عن إجراء تجربة استطلاعية مصغرة، وفي ضوء النتائج توصلت الباحثة إلى استنتاجات عدة كان من أهمها: أدى أسلوب التعلم بنظام المحطات دوراً كبيراً في تحسين بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطالبات المجموعة التجريبية وقد أوصت الباحثة بضرورة الاهتمام باعتماد أسلوب التعلم بنظام المحطات في العملية التعليمية لمادة الكرة الطائرة لطالبات المرحلة الثالثة، مع التأكيد على تطوير القدرات الحركية المرتبطة بأداء المهارات الحركية في أثناء العملية التعليمية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/18

القبول : 2024/10/27

التوفر على الانترنت: 15 يناير، 2025

الكلمات المفتاحية:

نظام المحطات، القدرات الحركية، الدقة، الضرب الساحق، كرة الطائرة

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

من أهم الأهداف التي يسعى إليها المدرس عند تعلم الطلاب المهارات الحركية، هو تمكينهم من أدوات المعرفة عن طريق تزويدهم بالمعلومات الأساسية في التعلم والأداء، من خلال التدرج في تعلم هذه المهارات خلال المراحل التعليمية المختلفة، حتى يصل الطلاب إلى المستوى الذي يمكنهم من تعلم المهارات المطلوب بشكل ناجح، وهذا ما يساعد على الوصول إلى مراحل التعلم المتقدمة.

ويعد الضرب الساحق من مهارات الكرة الطائرة الهجومية المهمة التي تتسم بجملة الحركية بالأداء الحركي المستمر المتميز بالقوة والمرونة والرشاقة والتوافق، (Awad et al., 2022) باستعمال الخطوات الرئيسية مع حركات الذراعين لإيجاد تسلسل ديناميكي إيقاعي، وهذه المهارة ذات طبيعة خاصة، تتطلب مستوى جيد من الأداء الفني والقدرات والبدنية والحركية، (Othman et al., 2024) مما يتطلب عند تعلمها أو أدائها تنوعاً في الأساليب المستعملة لتطويع تلك القدرات كل على حد، ومن هذه الأساليب هو أسلوب التعلم بنظام المحطات الذي من الأساليب المهمة التي تتضمن الإثارة والتشويق وتنمية الدافعية والميل نحو تعلم المهارة سعادة وبهجة كما في دراسة (Hammad et al., 2022) ورفع من مستوى الأداء، فضلاً عن التأثير الفعال في الارتقاء بالقدرات المرتبطة بتعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة، إذ يتكون هذا الأسلوب من أكثر من محطة، لكل محطة مهارة أو تمرين يختلف عن المحطة الأخرى ويقسم الطلاب على هذه المحطات على شكل مجموعات ويتبادلون فيما بينهم بعد انتهاء وقت المخصص للتطبيق لكل محطة. (Abbas et al., 2024) ومن هنا جاءت أهمية البحث في استعمال أسلوب التعلم بنظام المحطات وتنفيذ التمرينات الحركية والمهارية للضرب الساحق بشكل علمي ومقنن ليعطي التشويق والإثارة في العملية التعليمية.

1-2 مشكلة البحث:

من خلال عمل كندريسية ومتابعتها للعملية التعليمية لمادة الكرة الطائرة لاحظت أن الكثير من طالبات المرحلة الثالثة لم يصلن إلى الأداء بشكل جيد لمهارة الضرب الساحق التي هي من ضمن المهارات الأساسية التي تطبقها طالبات المرحلة في أثناء اللعب، نظراً لمواجهة العديد من المشاكل في أداء هذه المهارة من حيث صعوبة أدائها، فضلاً عن قلة تمتعهن بالقدرات الحركية المرتبطة بهذه المهارة، وقد يرجع ذلك السبب إلى قلة التغيير في طرائق وأساليب التعلم التي تعتمد عليها تدريسيات ويفضلن التمسك بالأساليب التي اعتدن على استعمالها في أثناء العملية التعليمية، الأمر الذي قد يتسبب في ضعف الطالبات في هذه المهارة والقدرات المرتبطة بها، وعليه تتمحور مشكلة هذا البحث إلى الإجابة عن التساؤل الآتي ما درجة تأثير استعمال أسلوب التعلم بنظام المحطات في الوحدات التعليمية لمادة الكرة الطائرة لطالبات المرحلة الثالثة في بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة؟.

1-3 هدف البحث:

1- التعرف على تأثير أسلوب التعلم بنظام المحطات في بعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطالبات.

1-4 فرضية البحث:

1- لأسلوب التعلم بنظام المحطات تأثير إيجابي في بعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطالبات.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: -طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات -جامعة بغداد.

1-5-2 المجال الزمني:-المدة من 2023/11/7 ولغاية 2023/12/27.

1-5-3 المجال المكاني:-القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات -جامعة بغداد.

1-6 تحديد المصطلحات:

أ-أسلوب التعلم بنظام المحطات:- وهو "أسلوب تنتقل نقل فيه مجموعة صغيرة من المتعلمين عبر سلسلة من المحطات التي تتيح لكل متعلم تأدية جميع الأنشطة من خلال التناوب على المحطات المختلفة". (Al-Hassan & Al-Shahrani, 2018)

ب-المرونة الحركية:-هي "المدى الحركي المتاح في المفصل أو عدد من المفصل" (Mohamed, 2021)

ج- التوازن الحركي:-هو القدرة على الاحتفاظ بالتوازن في أثناء الأداء الحركي " (Allawi & Radwan, 2001) ..

د-الضرب الساحق:-وهو "عبارة عن ضرب اللاعب الكرة بإحدى اليدين بقوة بعبورها بالكامل فوق المستوى الرأسي وتوجيهها للأسفل نحو ملعب المنافس وهو عادة اللمسة الأخيرة في لعب الفريق، ولذلك تصمم هذه الضربة للفوز بنقطة". (H. A. R. Muhammad, 2008).

2-الطريقة والإجراءات:

2-1 منهج البحث:-اتبعت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي.

2-2 مجتمع البحث وعينته:-تحدد مجتمع البحث بطلبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات-جامعة بغداد خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2023-2024) البالغ عددهن (86) طالبة، في حين اختيرت عينة البحث الرئيسة بطريقة عشوائية وبعدد (24) طالبة تم تقسيمها عن طريق القرعة على مجموعتين بالتساوي أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية.

2-3 تجانس العينة وتكافؤ المجموعتين:

2-3-1تجانس العينة:-أجرت الباحثة عملية التجانس لعينة البحث في متغيرات:(الطول، والكتلة، والعمر الزمني) كما في الجدول(1).

الجدول (1)

يبين تجانس عينة البحث في متغيرات (الطول، والكتلة، والعمر الزمني)

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول/ سم	163.51	5.68	162	0.80
2	الكتلة/ كغم	62.83	4.23	64	0.83-
3	العمر الزمني/ سنة	21.09	0.42	21	0.64

تبين نتائج الجدول(1) أن قيم معامل الالتواء جاءت أصغر من (+1) مما يدل على تجانس العينة في هذه المتغيرات.

2-3-2 تكافؤ المجموعتين:-أجرت الباحثة عملية تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية بالاعتماد على الاختبارات القبلية لبعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق، كما في الجدول(2).

الجنول(2)

يبين قيم(t)المحسوبة في الاختبارات القبلية لبعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

نوع الدلالة	قيمة(t)		ع	س-	المجموعة	وحدة القياس	المتغيرات
	المحسوبة	الجدولية					
غير معنوي	2.07	0.89	0.76	6,95	التجريبية	درجة	التوافق بين العين والذراع
			0.84	6.34	الضابطة		
0.94		4.52	21.65	التجريبية	سم	المرونة الحركية	
		4.78	22.07	الضابطة			
غير معنوي		1.23	5.49	61.87	التجريبية	درجة	التوازن الحركي
			4.83	60.94	الضابطة		
غير معنوي		1.64	2.67	6.43	التجريبية	درجة	دقة أداء الضرب الساحق
			2.91	6.72	الضابطة		

يبين الجدول(2) أن قيم(t) المحسوبة جميعها جاءت أصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.05) عند مستوى دلالة (0.05)

وتحت درجة حرية(22) أي الفروق غير معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

2-3 تحديد المتغيرات واختباراتها:

2-3-1 تحديد القدرات الحركية واختباراتها:- تم تحديد بعض القدرات المرتبطة بدقة أداء الضرب الساحق، بعد أن تم إعداد استبانة خاصة تضم مجموعة من القدرات الحركية وتم عرض هذه الاستبانة على مجموعة من الخبراء والمختصين الذين أبدوا موافقتهم بنسبة(100%) للقدرات الحركية(التوافق الحركي بين العين والذراع، المرونة الحركية، التوازن الحركي)، أما فيما يخص اختيار الاختبارات للقدرات الحركية، فبعد إطلاع الباحثة على المصادر العلمية في مجال اختصاص الكرة الطائرة والاختبار والقياس تم اختيار الاختبارات الآتية:-الملحق(1)

1-اختبار التوافق الحركي بين العين والذراع(S. H. Muhammad, 1995)

2-اختبار المرونة الحركية.(Nahida, 2015)

3-اختبار التوازن الحركي.(Nahida, 2015)

2-3-2 اختيار اختبار الضرب الساحق:-اعتمدت الباحثة اختبار دقة أداء الضرب الساحق(BAIWI et al., 2024) وهو اختبار مقنن ومستعمل على مواصفات العينة نفسها.(الملحق2).

2-3-3 التجربة الاستطلاعية:-أجرت الباحثة تجربة استطلاعية لاختبارات بعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق على عينة مكونة من(10) طالبات تم اختيارهن بشكل عشوائي ومن خارج العينة الرئيسة بتاريخ 2023/11/7 في الساعة التاسعة صباحاً في القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات-جامعة بغداد، وقد أجريت هذه التجربة لتحقيق أهداف عدة منها التعرف على:-

1-ملائمة الاختبارات للعينة.

2-الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات.

3-تفهم فريق العمل المساعد للإجراءات البحثية.

4-الصوبات التي قد تواجه الباحثة.

5-إيجاد الأسس العلمية.

2-3-4 الأسس العلمية للاختبارات:

1-الصدق:-تم استخراج صدق اختبارات بعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساقى باعتماد الصدق الظاهري وذلك من خلال أعداد استبانة خاصة بذلك وعرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين، وقد كانت نتائج هذا النوع من الصدق كما في الجدول(3).

2-الثبات:-تم استخراج معامل ثبات اختبارات بعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساقى باعتماد طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، إذ تم الإجراء الأول للاختبارات بتاريخ 2023/11/7 على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددها (10) طالبات وبعد مرور (7) أيام تم الإجراء الثاني على العينة نفسها، أي بتاريخ 2023/11/14، واستعملت الباحثة قانون الارتباط البسيط (بيرسون) بين الإجراءين، وكانت النتائج كما في الجدول(3).

3-الموضوعية:-فيما يخص موضوعية اختبارات بعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساقى ، تعد ذات موضوعية عالية، لأنها اختبارات واضحة وسهلة الفهم وغير قابلة للتأويل.

الجدول(3)

يبين قيم معامل الأسس العلمية للاختبارات بعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساقى

ت	الاختبارات	وحدة القياس	الصدق	الثبات
1	التوافق بين العين والذراع	درجة	%100	0.91
2	المرونة الحركية	سم	%100	0.92
3	التوازن الحركي	درجة	%100	0.89
4	دقة أداء الضرب الساقى	درجة	%100	0.92

2-3-5 الإجراءات الرئيسية:

أولاً:-الاختبارات القبليّة:-أجريت الاختبارات القبليّة لبعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساقى للمجموعتين الضابطة والتجريبية بتاريخ 2023/11/22-21 في التاسعة صباحاً في القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات-جامعة بغداد، بإشراف الباحثة وبحضور فريق العمل المساعد.

ثانياً:-تنفيذ مفردات أسلوب التعلم بنظام المحطات:

تم تطبيق أسلوب التعلم بنظام المحطات على المجموعة التجريبية كما يأتي:-

1-المدة الزمنية للتنفيذ هي(4)أسابيع.

2-عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع الواحد (2) وحدتين.

3-العدد الكلي للوحدات التعليمية(8) وحدات.

4-زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة.

5-تدخلت الباحثة في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية وبزمن(60)دقيقة

6-طبقت المجموعة التجريبية أسلوب التعلم بنظام المحطات من خلال قيام تدريسية المادة بشرح هدف الأسلوب وكيفية العمل على وفق المحطات، إذ تشكلت أربع محطات في كل محطة تمرين أو نشاط خاص يختلف عن بقية المحطات الأخرى يستهدف قدرة حركية ومهارة الضربة الساقى، مع مراعاة مبدأ التدرج بصعوبة التمرينات في كل محطة مع تقسيم الطالبات على المحطات الأربع إذ تضمنت كل محطة(3) طالبات يشتركن في أداء الواجب الحركي المخصص لكل محطة، في حين تنتقل التدريسية بين المحطات الأربعة للقيام لتقديم الإرشاد والتوجيه لطالبات كل محطة.

7-طبقت المجموعة الضابطة الأسلوب التعليمي المتبع من قبل تدريسية المادة، إذ هي المسؤول الأول على توجيه الطالبات في هذه المجموعة في تنفيذ التمرينات وتصحيح الأخطاء التي قد ترافق الأداء الحركي والمهاري.

ثالثاً:- الاختبارات البعدية:- بعد الانتهاء من تنفيذ مفردات أسلوب التعلم بنظام المحطات أجريت الاختبارات القبلية لبعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق للمجموعتين الضابطة والتجريبية بتاريخ 26-27/12/2023 في التاسعة صباحاً في القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات-جامعة بغداد، بإشراف الباحثة وبحضور فريق العمل المساعد، وقد اتبعت الباحثة الطريقة نفسها في الاختبارات القبلية من حيث الشروط والظروف المكانية والزمانية تقريباً.

3-4 الوسائل الإحصائية:- لمعالجة النتائج إحصائياً اعتمدت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:- (N. A. Z. et al Al- (Dulaimi, 2014

- النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء، معامل الارتباط (بيرسون)، قانون (t) للعينات المتناظرة، قانون (t) للعينات المستقلة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها:

3-1-1 عرض نتائج قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (4)

يبين قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	قيمة(t)		ع	س-	الاختبار	وحدة القياس	المتغيرات
	المحسوبة	الجدولية					
معنوي	2.20	4.98	0.84	6.34	القبلي	درجة	التوافق بين العين والنزاع
			0.53	8.49	البعدي		
5.16		4.78	22.07	القبلي	سم	المرونة الحركية	
		3.16	24.87	البعدي			
معنوي		5.73	4.83	60.94	القبلي	درجة	التوازن الحركي
			3.67	68.59	البعدي		
معنوي		4.55	2.91	6.72	القبلي	درجة	دقة أداء الضرب الساحق
			1.73	9.64	البعدي		

يبين الجدول (4) أن قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية للمجموعة الضابطة، جاءت بقيمة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (11)، أي أن الفروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، وتعزى هذه النتيجة إلى الأسلوب التعليمي إلى اتبعته مدرسة المادة من حيث تقديم الشرح اللفظي لمهارة الضرب الساحق المطلوب تعلمها وأدائها، وقيامها بأداء أنموذج للمهارة وتصحيح الأخطاء التي قد تقع فيها الطالبة في أثناء الأداء، كل هذه الأمور أتاحت الفرص الجيدة للطالبة كي يؤدي المهارة بشكل جيد وفق ما تم تطويره من قدرات حركية مرتبطة بدقة أداء المهارة (Aldewan et al., 2015)، ويتفق ذلك مع ما تمت الإشارة إليه في أن "المدرس عندما يعطي المتعلم فكرة واضحة عن الأداء فأن ذلك يجعل أدائه أكثر فاعلية". (Diab, 2018)، فضلاً عن انتظام طالبات هذه المجموعة ولاستمرار في الأداء والممارسة من خلال تقديم مدرسة المادة المدرس مجموعة من التمرينات الحركية والمهارية المتدرجة من السهل إلى الصعب (Aldulimey & Al-Sinani, 2022)، كذلك المنافسة بين طالبات هذه المجموعة فيما بينهن لتقديم أفضل ما لديهن من قدرات حركية ودقة أداء، وهذا يتفق مع ما تم

ذكره في أن " المتعلم الذي يدرك المهارة المتعلمة ادراكاً كاملاً يكون قادراً على أدائها بصورة صحيحة". (N. A. Z. at al, 2014)
(Al-Dulaimi, 2014)

3-1-2 عرض نتائج قيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية للمجموعة التجريبية وتحليلها:

الجدول (5)

يبين قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية وبقة أداء الضرب الساحق للمجموعة التجريبية

نوع الدلالة	قيمة (t)		ع	س-	الاختبار	وحدة القياس	المتغيرات
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	2.20	6.71	0.76	6,95	القبلي	درجة	التوافق بين العين والنزاع
			0.45	10.97	البعدي		
معنوي		8.23	4.52	21.65	القبلي	سم	المرونة الحركية
			1.95	28.23	البعدي		
معنوي		7.64	5.49	61.87	القبلي	درجة	التوازن الحركي
			2.33	74.11	البعدي		
معنوي		6.89	2.67	6.43	القبلي	درجة	بقة أداء الضرب الساحق
			1.22	11.84	البعدي		

يبين الجدول (5) أن قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية للمجموعة التجريبية، جاءت بقيمة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (11)، أي أن الفروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، وتعزى هذه النتيجة إلى دور أسلوب التعلم بنظام المحطات الذي سمح لطالبات هذه المجموعة بالتعلم في مجموعات صغيرة تعاونية، مما أسهم في تنمية المهارات الاجتماعية لديهن، مثل: التعاون، وتقبل الرأي الآخر، ومشاركة الآخرين، وغيرها، وقد ساعد هذا على تحسين القدرات الحركية وبقة أداء مهارة الضرب الساحق، (Zaid-Dulaimi, 2009) (Oudah et al., 2022) وهذا يتفق مع ما أشير إليه في أن "محطات التعلم تسمح للمتعلمين بالعمل في مجموعات تعاونية، وهذا يساعدهم على تبادل المسؤولية وتشارك القيادة بين أعضاء المجموعة، وكذلك تنمية لديهم مهارات التواصل الشخصية، ومهارات تقويم الأقران داخل المجموعة، وهذا التعلم في مجموعات صغيرة يساعد المتعلمين على تبادل الخبرات، وشعور كل فرد بمسؤوليته تجاه المجموعة، وبالتالي يؤدي إلى تحسن أداء المتعلمين (Al-Zahrani, 2018)

3-1-3 عرض نتائج قيمة (t) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لبعض القدرات الحركية وتحليلها:

الجدول (6)

يبين قيمة (t) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لبعض القدرات الحركية

نوع الدلالة	قيمة (t)		ع	س-	المجموعة	وحدة القياس	المتغيرات
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	2.07	5.36	0.45	10.97	التجريبية	درجة	التوافق بين العين والنزاع
			0.53	8,49	الضابطة		
معنوي		6.79	1.95	28.23	التجريبية	سم	المرونة الحركية
			3.16	24.87	الضابطة		

التوازن الحركي	درجة	التجريبية	74.11	2.33	5.18	معنوي
		الضابطة	68.59	3.67		
دقة أداء الضرب الساحق	درجة	التجريبية	11.84	1.22	4.92	معنوي
		الضابطة	9.64	1.73		

يبين الجدول (6) أن قيم (t) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لبعض القدرات الحركية، جاءت بقيمة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.07) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (22)، أي أن الفروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثة سبب هذه الفروق إلى اعتماد المجموعة التجريبية أسلوب التعلم بنظام المحطات، إذ أن العمل في نظام المحطات أدى إلى تحسين القدرات الحركية (التوافق بين العين والذراع والمرونة الحركية والتوازن الحركي) (Shabib et al., 2024) ودقة أداء الضرب الساحق بشكل جيد إذ يمثل أسلوب التعلم بنظام المحطات أحد أشكال التنوع والتميز في التعلم، يقوم على تنوع الأنشطة التعليمية والواجبات الحركية، وتوزيع الطالبات على المحطات، وفق ما يناسب احتياجاتهن الفردية المختلفة، مما سمح للطالبة ببناء معرفتها ومهاراتها من خلال وتفاعلهن مع زميلاتهن الأخريات، وهذا ما أتاح للطالبة فرصة الأداء العملي للقدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق وتكرارها بعيداً عن الخوف والقلق من الأداء الخاطئ، وهذا يتفق مع ما تم التأكيد عليه في أن على "المدرس توفير مناخ تسامحي ومريح يمكن فيه تغيير وتعديل الاتجاهات، وذلك بإتاحة الفرصة للمتعلمين بتصحيح أخطائهم، (Mukhalaf & Hamad, 2020) فكلما كان التعلم في جو يتسم بالاطمئنان والتسامح، أدى إلى تكوين اتجاهات إيجابية نحو التعلم" (Ruqayah, 2018)

كما تعزى هذه النتيجة إلى أن في أسلوب التعلم بنظام المحطات توجد لوحة عليها التعليمات أمام كل محطة ومدون بها عدد التكرارات وتعليمات الأداء والتي تعد بمثابة محك تستطيع الطالبة من خلاله تحديد وتقييم نفسها ومعرفة دقة أدائها مما أدى إلى حدوث تقدم في القدرات الحركية ودقة أداء الضرب الساحق، وهذا يتفق مع ما أشير إليه في أن "الأعمال التي تتضمن العمل والتقييم الذاتي تكون عادة ناجحة" (Al-Shafei, 2017)

كما ترى الباحثة أن التنوع والتكرار في أداء تمارين القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق أدى دوراً فعالاً لأنه أعطى للطالبة التدرج والانتقان في اكتساب القدرات الحركية ودقة أداء المهارة من خلال المحاولات التكرارية ضمن نظام المحطات، (N. A. Z. Al-Dulaimi et al., 2024) وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أنه "يجب أن تنظم عملية التدريب بحيث تضمن للاعب اكتساب أفضل أداء للمهارات لتحقيق أفضل إنجاز ويتم ذلك من خلال التدريبات التي تنظم تكرار المهارات أو الحركات بصورة محببة بغرض امتلاك المهارات الخاصة وتوصيلها للشعور بالحركة" (N. A. Z. Al-Dulaimi, 2008)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- أدى أسلوب التعلم بنظام المحطات دوراً كبيراً في تحسين بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لطالبات المجموعة التجريبية.

2- مساهمة الأسلوب المتبع مع المجموعة الضابطة بشكل ملحوظ في تحسين المتغيرات نفسها.

3- أظهرت المجموعة التجريبية التي اعتمدت التعلم بنظام المحطات تفوقاً كبيراً في الاختبارات البعدية على المجموعة الضابطة وفي المتغيرات كافة.

4-2 التوصيات:

- 1- ضرورة الاهتمام باعتماد أسلوب التعلم بنظام المحطات في العملية التعليمية لمادة الكرة الطائرة لطالبات المرحلة الثالثة.
- 2- التأكيد على تطوير القدرات الحركية المرتبطة بأداء المهارات الحركية في أثناء العملية التعليمية.
- 3- ضرورة اهتمام تدريسيي وتدرسيات مادة الكرة الطائرة وبقية الألعاب الرياضية على ادخال أسلوب التعلم بنظام المحطات ضمن الوحدات التعليمية.
- 4- التأكيد على استعمال أسلوب التعلم بنظام المحطات على مواد دراسية لمراحل تعليمية مختلفة ولكلا الجنسين.
- 5- إجراء دراسات وبحوث أخرى تستهدف أسلوب التعلم بنظام المحطات في الكرة الطائرة والألعاب الرياضية الأخرى ومتغيرات حركية وبدنية أخرى ولكلا الجنسين.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات -جامعة بغداد.
تضارب المصالح

تعلم المؤلف أنه ليس هناك تضارب في المصالح

علياء حسين فرحان <https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0000-0346-110x>

References

- Abbas, I. A. K., Mushref, A. J., & Shalash, M. J. A. (2024). The effect of corrective exercises accompanied by mechanical feedback on some kinematic indicators and learning how to perform volleyball spiking for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.691>
- 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-Dulaimi, N. A. Z. et al. (2014). The effect of the intervention of special exercises in musical rhythm in developing motor coordination and learning the technical stages of the smash hit in volleyball for female students. *Journal of Physical Education Sciences*, 7(3), 76.
- Al-Dulaimi, N. A. Z. et al. (2014). The effect of complex exercises (physical-skill) supported by training tools in developing some physical abilities and the accuracy of skill performance for the smash hit in volleyball. *International Journal of Advanced Sports Research*, 1(2), 330.
- Al-Dulaimi, N. A. Z. (2008). Fundamentals of Motor Learning. *Najaf Al-Ashraf, Dar Al-Dhia'a for Printing and Publishing, Iraq*.
- Al-Dulaimi, N. A. Z., Ibrahim, F. S., & Ulaiwi, A. H. (2024). The effect of the mastery learning strategy on the mental toughness and skill performance of receiving the serve in volleyball for students. *Modern Sport*, 351–366.
- Aldulimey, N. A. B. D., & Al-Sinani, Y. (2022). The effect of the learning strategy under the guidance of the triple peers in reducing cognitive failure and learning the skills of preparing and receiving volleyball transmissions for students. *Al-Rafidain Journal For Sport Sciences*, 25(79), 304–321. <https://doi.org/10.33899/rjss.2022.175916>
- Al-Hassan, R. bin A. R., & Al-Shahrani, S. bint S. (2018). The effect of teaching using the learning stations strategy in developing multimedia production skills among first-year secondary school female students and their attitudes towards it. *Risalat Al-Khaleej Al-Arabi Journal*, 162, 19.
- Allawi, M. H., & Radwan, M. N. al-D. (2001). *Motor performance tests* (p. 123). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Shafei, S. (2017). The effect of the scientific stations strategy on developing critical thinking skills and some mental habits in the subject of home economics among middle school female students. *Arab Research Journal in the Fields of Specific Education*, 8, 362.

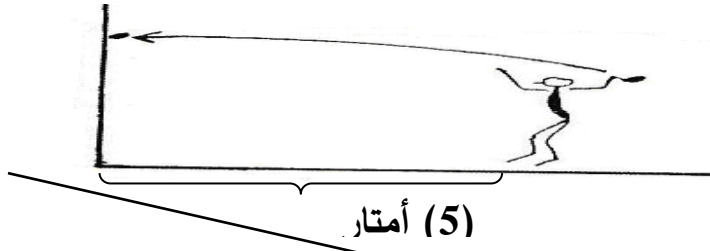
- Al-Zahrani, A. S. (2018). The effect of the scientific stations strategy on achievement and some scientific processes in science among sixth-grade primary school girls in the city of Makkah Al-Mukarramah. *Journal of Educational and Psychological Sciences – Arab Journal of Science and Research Publishing*, 2(16), 145–167.
<https://doi.org/https://doi.org/10.26389/AJSRP.E090618>
- 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>
- BAIWI, N. A. B. D. Z., IBRAHIM, F. S., & HUSSEIN, H. A. A. (2024). The effect of the REACT strategy on the enjoyment of learning and the accuracy of performing some volleyball skills for students. *Sport Culture*, 15(Special). <https://doi.org/http://doi.org/10.25130/sc.23.2.10>
- Diab, M. (2018). The effectiveness of using the educational stations strategy in teaching history to develop historical understanding skills among first-year secondary school students. *Journal of the Educational Association for Social Studies*, 102, 198.
<https://doi.org/10.21608/pjas.2018.100185>
- Hammad, S. H., Mikhilif, A. K., & Abdel, M. A. Q. (2022). The effect of competitive exercises with the stations system in developing some aspects of attention and the accuracy of performing the skill of stabbing among female students of fencing weapons. *Sport Culture*, 13(2).
- Mohamed, W. M. H. (2021). The effect of “Gliding” training on the flexibility and balance elements of the blocking wall skill in volleyball. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 1(92), 637.
- Muhammad, H. A. R. (2008). The relationship between sensory-motor perception and some kinematic variables. *Journal of Physical Education Sciences*, 2(1), 84.
- Muhammad, S. H. (1995). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports* (3rd edition, p. 202). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Mukhalaf, A. K., & Hamad, S. H. (2020). The effect of special exercises in reducing the motor response time of the player (libero) for the skill of defending the court in volleyball. *Journal of Sports Science*, 12(44), 304–315. URI:
<http://148.72.244.84:8080/xmlui/handle/xmlui/6983>
- Nahida, A. Z. A.-D. et all. (2015). *Modern volleyball and its specialized requirements* (1st edition). Dar Al-Kutub Al-Ilmiyya.

- Othman, I. A., Mohammed, L. H., Alsaeed, R., & Shabib, S. S. (2024). 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. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 34(3), 19–36. DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.617>
- 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).
- Ruqayah, M. A. A. (2018). The effectiveness of the scientific stations strategy in teaching grammar on developing grammatical achievement and some metacognitive skills among middle school students. *Journal of the Faculty of Education, Assiut University*, 34(8), 351–409. <https://doi.org/10.12816/0054416>
- Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>
- Zaid-Dulaimi, N. A. (2009). The effects of Individual & Collective competition pattern on improving the spike and block skills and their retention in volleyball of the students. *Journal of Physical Education*, 21(2). <https://www.iasj.net/iasj/article/27697>

الملحق (1)

يوضح اختبارات بعض القدرات الحركية وبقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة

- 1- اختبار التوافق الحركي بين العين والذراع .
 - اسم الاختبار: - رمي واستقبال الكرات على الجدار.
 - الهدف من الاختبار: - قياس التوافق الحركي بين العين والذراع.
 - الأدوات المستعملة: - كرة تنس، حائط، يرسم خط على بعد (5) أمتار من الحائط.
 - مواصفات الأداء: - يقف المختبر أمام الحائط وخلف الخط المرسوم على الأرض حيث يتم الاختبار وفقا للتسلسل الآتي:-
 - رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد.
 - رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليسرى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد.
 - رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبلها المختبر بعد ارتدادها من الحائط باليد اليسرى.
 - حساب الدرجة: - لكل محاولة صحيحة تحسب درجة للمختبر والدرجة النهائية من (15) درجة، كما هو موضح في الشكل (1).



الشكل (1) يوضح اختبار التوافق الحركي بين العين والذراع

2- اختبار المرونة الحركية

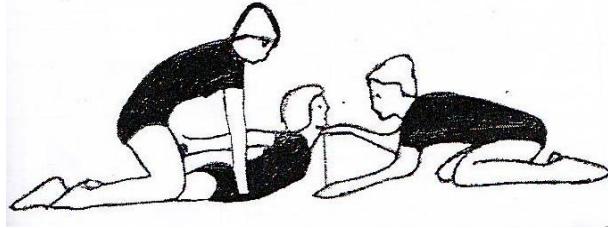
- اسم الاختبار: - ثني الجذع خلفا من الانبطاح.

- الغرض من الاختبار: - قياس المرونة الخلفية للعمود الفقري.

- الأنواع: - شريط قياس .

- وصف الأداء: - من وضع الانبطاح، الكفان متشابكان خلف الرأس مع تثبيت الطرف السفلي بواسطة زميل يقوم المختبر بثني الجذع للخلف ببطء إلى أقصى مدى يستطيع والثبات لمدة ثانيتين، تقاس المسافة من أسفل الذقن حتى مستوى الأرض بواسطة شريط قياس وذلك بحيث يكون الشريط في وضع عمودي على الأرض وأمام رأس المختبر أثناء القياس على أن يكون الصفر ملامسا للأرض.

- التسجيل: - لكل مختبر محاولتين تسجل أفضل محاولة، كما هو موضح في الشكل (2).



الشكل (2) يوضح اختبار المرونة الحركية

3- اختبار التوازن الحركي

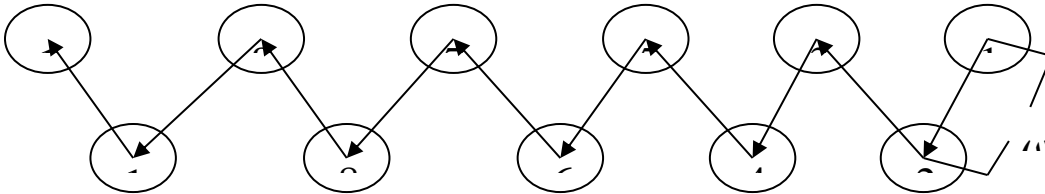
- اسم الاختبار: - اختبار الانتقال فوق العلامات.

- الغرض من الاختبار: - قياس التوازن أثناء الحركة وبعدها .

- الأنواع: - ساعة إيقاف، شريط قياس، 11 علامة.

- وصف الأداء: - يقف المختبر على خط البداية بالقدم اليمنى ثم يقف من الوقوف على العلامة 1 بمشط القدم اليسرى (يلاحظ تغطية العلامة بالقدم) ويحاول الثبات في هذا الوضع ثم يقوم بالوثب إلى العلامة 2 ليقف على مشط القدم اليمنى وهكذا إلى أن يصل إلى العلامة الأخيرة بنفس الأسلوب في كل وثبة.

- حساب الدرجة: - يسجل للمختبر 10 درجات عن كل محاولة وثب وثبات،. كما هو موضح في الشكل (3).



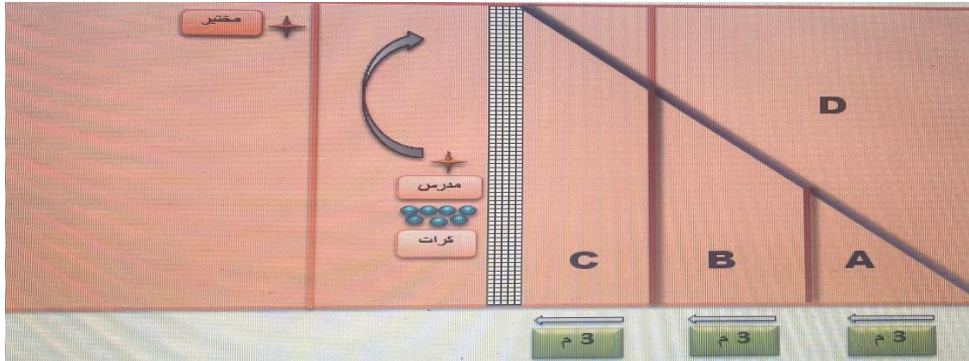
الشكل (3) يوضح اختبار التوازن الحركي

4- اختبار دقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة

- اسم الاختبار: -اختبار دقة أداء الضرب الساحق المواجه العالي.
- الهدف من الاختبار: -قياس دقة أداء الضرب الساحق المواجه العالي.
- الأدوات المستعملة: -ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية عدد(5)، استمارة تقييم.
- مواصفات الأداء: -يقسم نصف الملعب المقابل للطالب المختبر بشكل قطري إلى ثلاثة مناطق (A,B,C) تبعد كل منطقة عن الأخرى (3) أمتار، يقف الطالب المختبر في مركز (4)، ويقوم المدرس في مركز (3) بإعداد الكرة القادمة منه إلى الطالب المختبر في مركز (4) الذي يقوم بالضرب الساحق المواجه العالي وأداء ضربات ساحقة باتجاه المناطق الثلاث المخصصة (D) (A,B,C).

-طريقة التسجيل: -يعطى الطالب المختبر (5) محاولات متتالية، ويحسب له الآتي:-

- (4) درجات لكل محاولة تسقط فيها الكرة في المنطقة (A).
 - (3) درجة لكل محاولة تسقط فيها الكرة في المنطقة (B).
 - (2) درجة لكل محاولة تسقط فيها الكرة في المنطقة (C).
 - (1) درجة لكل محاولة ناجحة تسقط فيها الكرة في المنطقة (D) داخل الملعب وخارج المناطق الثلاث.
- في حال سقوط الكرة على الخط بين المنطقتين تحسب درجة المنطقة الأعلى.
- يعطى المختبر (صفر) درجة لكل محاولة فاشلة قانونياً أو سقوط الكرة خارج الملعب.
- الدرجة الكلية للاختبار: -(20) درجات ، كما هو موضح في الشكل (4).



الشكل (4) يوضح اختبار دقة أداء الضرب الساحق المواجه العالي بالكرة الطائرة



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of strategic motor position on visual coordination and learning the multi-ball skill for female students

Fadia Abdul Hussein Kazim  

University of Information Technology and Communications / Student Activities Department

Article information

Article history:

Received 18/10/2024

Accepted 3/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Place mat, visual-motor coordination, learning, sending, volleyball



Abstract

The research aimed to identify the effect of the place mat strategy on visual-motor coordination and learning the ball sending skill for female students. The researcher used the experimental approach by designing two equal groups with pre- and post-tests to suit the research problem and objectives. The research community consisted of third-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences – Al-Isra Private University, numbering (125). The research sample was randomly selected with a number of (30) female students. The place mat strategy was applied to the experimental group for a period of (4) weeks and (2) educational units. The researcher concluded that the place mat strategy had a positive effect on visual-motor coordination in volleyball for female students. The researcher also recommended the necessity of using educational strategies, including the place mat strategy, in developing visual and motor abilities and learning volleyball skills.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير استراتيجية حصيرة المكان في التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطالبات

فادية عبد الحسين كاظم¹  

جامعة تكنولوجيا المعلومات والاتصالات/قسم النشاطات الطلابية¹

ملخص	معلومات البحث
<p>هدف البحث إلى التعرف على تأثير استراتيجية حصيرة المكان في التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة للطالبات، واستعملت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته مشكلة البحث وأهدافه وتكون مجتمع البحث من طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الإسرء الأهلية البالغ عدده(125) وتم اختيار عينة البحث عشوائياً وبعدد(30) طالبة، وطبقت استراتيجية حصيرة المكان على المجموعة التجريبية لمدة(4) أسابيع وبواقع(2) وحدتين تعليميتين، واستنتجت الباحثة ان استراتيجية حصيرة المكان قد أثرت إيجابياً في التوافق البصري الحركي بالكرة الطائرة للطالبات، وكذلك اوصت الباحثة الى ضرورة استعمال الاستراتيجيات التعليمية ومنها استراتيجية حصيرة المكان في تطوير القدرات البصرية والحركية وتعلم مهارات الكرة الطائرة.</p>	<p>تاريخ البحث : الاستلام : 2024/10/18 القبول : 2024/11/3 التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025</p> <p>الكلمات المفتاحية: حصيرة المكان، التوافق البصري الحركي، التعلم، الكرة الطائرة، الإرسال</p>

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

في ظل التقدم العلمي المتسارع والانفجار المعرفي، ظهرت الحاجة لتغيير وتجديد أساليب واستراتيجيات التدريس، فلا بد من الاستناد لاستراتيجيات متطورة وحديثة تستند إلى نظريات التعلم والتعليم والتي تركز على المتعلم كمحور للعملية التعليمية والتربوية، لذا وجب على المدرس أن ينوع في الأساليب والاستراتيجيات المستعملة في المواقف التعليمية، وأن يحول المتعلمين من سلبين إلى مستقلين وإيجابيين مع ربط الجانب النظري بالجانب العملي، بما يحقق من تنمية جوانب شخصية المتعلم الثلاث المعرفية والوجدانية والمهارية. وقد بدا واضحاً التوجه الحديث لتبني أساليب واستراتيجيات تدريس تدرج تحت غطاء النظرية البنائية لانعدام وجود سقف محدد للمعرفة وإتاحة كافة الأدوات للمتعلم ليكتشف بنفسه والتوجه للابتعاد عن الاستراتيجيات المملة والاعتماد على الأكثر تشويقاً تهتم بالمتعلم وتوجهاته (Khairullah & Othman, 2023)، إذ أن لاختيار استراتيجية التدريس المناسبة في تقديم المعرفة دور كبير في إثارة التعلم وحث المتعلم وزيادة دافعيته نحو عملية التعلم. (Hamad et al., 2024)

ومن بين الاستراتيجيات المؤدية لهذا الغرض هي استراتيجية حصيرة المكان التي هي "استراتيجية تسمح للمتعلمين بالتفكير وتسجيل افكارهم ثم التشارك بها على أن يكتب كل طالب افكاره في فراغ محدد له في شكل الحصيرة ثم بعد ذلك يكتبون الأفكار المشتركة في مركز الحصيرة". (Al-Zerkani & Al-Sa, 2020)، فضلاً عن أنها إحدى استراتيجيات التعلم النشط التي تقوم على أساس توزيع الطلاب إلى مجموعات صغيرة مكونة من (4-5) طالب توزع عليهم بطاقات مقسمة على اقسام مشابهة للحصيرة وكل طالب يكتب فكرته على القسم الخاص به ثم تقوم كل مجموعة بقراءة الأفكار مجتمعة ويتفقوا على أقوى وأصح فكرة التي تكتب في مركز البطاقة، ومن خلال ذلك يتمكنوا من تحقيق الهدف منهم وهو تعلم المهارة المطلوب منهم بشكل جيد. (al-Dulaimi et al., 2013)

وتعد الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي تطورت وبشكل كبير خلال السنوات الأخيرة الماضية وتزايد الاهتمام بها اهتماماً كبيراً في إيجاد أفضل استراتيجيات التدريس التي تسهم بتطوير القدرات المختلفة والمرتبطة بتعلم مهارات الأساسية ومن هذه المهارات هي مهارة الإرسال التي تعد مفتاح اللعب وأن تعلمها وإتقانها يسهم في تحقيق النقاط المباشرة، لذا يتطلب من الطلاب تعلمها بشكل جيد وصولاً إلى حالة إتقانها. (Hamad et al., 2023)

ومن القدرات المهمة التي تحتاجها هذه المهارة هي التوافق البصري الحركي الذي هو ضبط حركة العضلات الذي يتيح لليد أن تقوم بالمهمة على وفق الطريقة التي تراها العين، فلحاسة البصر دور مهم في تعلم مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس)، فهو الحاسة الأقوى نحو المثيرات ومن خلالها يستطيع المتعلم اكتساب المهارة، لذا فإن التأزر البصري الحركي يؤدي دوراً مهماً في أداء هذه المهارة (Othman et al., 2024). فالدماغ يبصر ويترجم ما وقع عليه الإبصار في العين من صور ورسومات وعبارات وأشكال حركية واليد تؤدي، وعن طريقها يكتسب المتعلم المهارات الحركية على اختلاف أنواعها، فضلاً عن تعلمه الأوضاع العامة للجسم، والاتجاهات المكانية وتحديد المسافات، والاتصال بالبيئة المحيطة اتصالاً جيداً وفعالاً (Oliver, 2013)

ومن خلال ما تقدم تكمن أهمية البحث في استعمال إحدى استراتيجيات التدريس التي تسهم في تطوير القدرات الخاصة المرتبطة بمهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة وهي قدرة التوافق البصري الحركي والمساهمة في اكتساب الأداء الفني لهذه المهارة وزيادة دقتها.

1-2 مشكلة البحث:

من خلال متابعة الباحثة للوحدات التعليمية لمادة الكرة الطائرة لطالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الإسرء الأهلية كونها تدرسيه لهذه المادة، وجدت ضعفاً واضحاً في القدرات المرتبطة بتعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة ومنها مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) التي تعد مهارة صعبة بالنسبة للطالبات فهي مهارة يتطلب أدائها توافر قدرات ومنها القدرات البصرية لاسيما التوافق البصري الحركي وقد يكون السبب في ذلك قلة اعتماد مدرسو هذه المادة استراتيجيات تدريس تكون مناسبة وملائمة لمهارات الكرة الطائرة ومرحلة التعلم التي تكون فيه الطالبة، وعليه تبادر إلى ذهن الباحثة التساؤل الآتي:- ما تأثير استراتيجية حصيرة المكان في التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطالبات؟

1-3 هدف البحث:

1- التعرف على تأثير استراتيجية حصيرة المكان في التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطالبات.

1-4 فرضية البحث:

1- هنالك تأثير إيجابي لاستراتيجية حصيرة المكان في التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال بالكرة الطائرة للطالبات.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: - طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الإسرء الأهلية.

1-5-2 المجال الزمني: - المدة من 2023/12/5 ولغاية 2024/1/17.

1-5-3 المجال المكاني: - القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الإسرء الأهلية.

1-6 تحديد المصطلحات:

- استراتيجية حصيرة المكان: - هي "من الاستراتيجيات التي تسمح للطلبة بالتفكير وتسجيل الأفكار الخاصة بهم، والمشاركة بها في مجموعات صغيرة مع زملائهم حيث يكتب الفرد من افراد المجموعة افكاره في الفراغ المخصص له حول مركز قطعة ورق كبيرة نسبياً بعد ذلك تقارن المجموعة ما كتبه كل فرد فيها ويجمعون المفردات والأفكار المشتركة في مركز الورقة". (Al-Shammari & Risen, 2022)

- التوافق البصري الحركي: - هو "القدرة على التنسيق البصري الحركي الإدراكي والمهارات الحركية

2- إجراءات البحث:

2-1- منهج البحث: - اتبعت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته مشكلة البحث وأهدافه.

2-2 عينة البحث: - اختارت الباحثة عينة بحثها من طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة الإسرء الأهلية والبالغ عددهن (30) طالبة، وتم الاختيار بصورة عشوائية من مجتمع البحث الكلي البالغ عدده (125) طالبة مكونة نسبة مئوية مقدارها (24%)، وتم تقسيم العينة عشوائياً عن طريق القرعة على مجموعتين تجريبية وضابطة بالتساوي لكل مجموعة (15) طالبة.

2-3 إجراءات البحث:

2-3-1 تجانس عينة البحث: - أجرت الباحثة عملية التجانس لعينة البحث الرئيسة في المتغيرات التي تعتقد الباحثة أنها تؤثر في المتغيرات التابعة وهي: (الطول الكلي، والكتلة، والعمر الزمني)، كما في الجدول (1).

الجنول (1)

يبين قيم معامل الالتواء متغيرات الطول الكلي، والكتلة، والعمر الزمني

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول الكلي	سم	161	7.22	160	0.42
2	الكتلة	كغم	65.44	5.49	64	0.79
3	العمر الزمني	سنة	21.18	0.67	21	0.81

يظهر الجدول (1) أن قيم معامل الالتواء المحسوبة جاءت أقل من $(1+)$ مما يدل على تجانس العينة في المتغيرات

جميعها.

2-3-2 الاختبارات:- حددت الباحثة اختبارات مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة التي هي ضمن مقررات المرحلة الثانية في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (2023-2024) باختبارات الأداء الفني والدقة، وهي من الاختبارات المقننة والمطبقة على نفس مواصفات عينة البحث، والاختبارات هي:-

أولاً:- اختبار التوافق البصري الحركي. (Nelly et al., 2022). (الملحق 1).

ثانياً:- اختبار مهارة الإرسال بالكرة الطائرة وهما:- (الملحق 2)

1- اختبار الأداء الفني لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) (Al-Hamidi, 2023)

2- اختبار دقة الإرسال بالكرة الطائرة. (Aboud et al., 2013)

2-3-3 التجربة الاستطلاعية:- أجرت الباحثة تجربة استطلاعية مصغرة لاختبارات التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة على عينة مؤلفة من (10) طالبات تم اختيارهن بطريقة عشوائية ومن خارج عينة البحث الرئيسة بتاريخ 2023/12/5 في الساعة العاشرة صباحاً في القاعة الرياضية المغلقة في التربية البدنية وعلوم الرياضة- الإسراء الجامعة الأهلية، وكان إجراء هذه التجربة لتحقيق أهداف عدة هي:-

1- معرفة وضوح الاختبارات.

2- ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

3- التعرف على الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات.

4- تفهم فريق العمل المساعد لمجريات البحث.

5- معرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحثة في الإجراءات.

6- إيجاد الأسس العلمية للاختبارات.

2-3-4 الأسس العلمية للاختبارات:

أولاً:- **الصدق:-** اعتمدت الباحثة الصدق الظاهري لاختبارات التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة وذلك عرض استبانة خاصة بذلك على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين وقد أظهرت النتائج نسب موافقتهم المئوية، كما في الجدول (3).

ثانياً:- **الثبات:-** لاستخراج معامل ثبات لاختبارات التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة اعتمدت الباحثة طريقة الاختبار وإعادة الاختبار من خلال تطبيق الاختبارات مرتين إذ تم التطبيق الأول بتاريخ

2023/12/5 على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددها (10) طالبات، وبعد مرور (7) أيام أي بتاريخ 2023/12/12 أجري التطبيق الثاني على العينة نفسها، وتم حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين التطبيقين كما في الجدول (2).

ثالثاً:- **الموضوعية**:- فيما يخص موضوعية اختبائي التوافق البصري الحركي ودقة أداء الإرسال، فهما يعدان ذو موضوعية عالية، لأن تعليماتهما واضحة وطريقة التسجيل محددة لا يختلف عليها اثنان، أما بالنسبة لموضوعية اختبار الأداء الفني فقد تم إيجاد معامل الموضوعية له، من خلال اعتماد درجات مقومين اثنين من المقومين الثلاث، ومن ثم استعمال معامل الارتباط (بيرسون) بين درجاتهما، وظهرت قيمته، كما في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين قيم الأسس العلمية لاختبارات التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	الصدق	الثبات	الموضوعية
1	التوافق البصري الحركي	درجة	%100	0.92	-
2	الأداء الفني للإرسال	درجة	%100	0.89	0.90
3	دقة أداء الإرسال	درجة	%100	0.91	-

2-4 الإجراءات الرئيسية:

أولاً:- **الاختبارات القبليّة**:- أجرت الباحثة الاختبارات القبليّة للتوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية بتاريخ 2023/12/18 في الساعة الحادية عشر صباحاً في القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية-جامعة الإسراء الأهلية بحضور فريق العمل المساعد.

ثانياً:- **تكافؤ المجموعتين**:- من أجل البدء بخط شروع واحد لجأت الباحثة إلى التحقق من عملية التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال، وكما هو في الجدول (3).

الجدول (3)

يبين قيم (t) المحسوبة في الاختبارات القبليّة للتوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق البصري الحركي	درجة	0.86	4.94	0.95	5.16	1.24	معنوي
2	الأداء الفني للإرسال	درجة	0.72	3.17	0.83	3.42	1.09	معنوي
4	دقة أداء الإرسال	درجة	3.64	18.72	3.36	17.85	1.36	معنوي

أظهرت نتائج (3) إن قيم (t) المحسوبة في الاختبارات القبليّة جميعها جاءت أصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (28)، مما يدل على وجود فروق غير معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

ثالثاً:- **تنفيذ مفردات استراتيجية حصيرة المكان**:- تم تنفيذ مفردات استراتيجية حصيرة المكان من قبل طالبات المجموعة التجريبية كما يأتي:-

1- بدأ تنفيذ الاستراتيجية بتاريخ 2023/12/20.

- 2-مدة التطبيق هي(4) أسابيع بواقع (2) وحدتين في الأسبوع.
- 3-العدد الكلي للوحدات التعليمية(8) وحدات.
- 4-زمن الوحدة التعليمية(90) دقيقة.
- 5-زمن القسم الرئيس(60) دقيقة.
- 6-انتهت مدة تنفيذ الاستراتيجية بتاريخ 2024/1/10.
- 7-اتبعت المجموعة التجريبية استراتيجية قصيرة المكان وفق الخطوات الآتية:-
 - يقوم المدرس بشرح مهارة الإرسال بأي طريقة يراها مناسبة.
 - يشكل المدرس مجموعات من الطالبات, يفضل أن يكون عدد الأعضاء في المجموعة أربعة طالبات.
 - يعطي المدرسي لكل مجموعة بطاقة كبيرة مخططة.
 - يقسم المدرس الورقة معتمدا على عدد الطالبات في المجموعة.
 - تقسيم الورقة المخططة على أقسام مساوية لعدد الطالبات داخل المجموعة مع ترك دائرة أو مستطيل في وسط الورقة لتسجيل ما يتفق عليه طالبات المجموعة من أفكار أساسية.
 - يطلب المدرس من الطالبات كتابة أفكارهن في الجزء المخصص لهن في الفراغات, ثم المشاركة بأفكارهن وكتابة الأفكار المشتركة في مركز الورقة(دائرة أو مستطيل في وسط الورقة).
 - يقوم المدرس بتقييم الإجابات والأفكار التي كتبتها طالبات المجموعة.
 - يقوم المدرس بمساعدة الطالبات على تعلم المهارة بشكل جيد من خلال التوجيه والإرشاد.
- 8-اتبعت المجموعة الضابطة الأسلوب التعليمي المتبع من قبل مدرس المادة.
- رابعاً:-**الاختبارات البعيدة**:- أجرت الباحثة الاختبارات البعيدة للتوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية بتاريخ 2024/1/17 في الساعة الحادية عشر صباحاً في القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية-جامعة الإسراء الأهلية بحضور فريق العمل المساعد، وقد راعت الباحثة الظروف والاحوال نفسها التي جرت فيها الاختبارات القبلية.
- 2-5 **الوسائل الإحصائية**:-اعتمدت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:-(Aldulimey & Al-Sinani, 2022)
 - 1-النسبة المئوية.
 - 2-الوسط الحسابي.
 - 3-الانحراف المعياري.
 - 4-الوسيط.
 - 5-الألتواء.
 - 6-معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
 - 7-قانون(t)للعينات المتناظرة والمستقلة.
- 3-**عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها**:
- 3-1 **عرض نتائج المجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها**:

الجدول(4)

يبين قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعديّة للتوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال للمجموعة الضابطة

ت	المعالم الاحصائية المتغيرة	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق البصري الحركي	درجة	0.86	4.94	0.73	9.85	4.17	معنوي
2	الأداء الفني للإرسال	درجة	0.72	3.17	0.61	5.64	5.52	معنوي
4	دقة أداء الإرسال	درجة	3.64	18.72	2.07	24.79	6.14	معنوي

أظهرت نتائج (4) أنّ قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعديّة جميعها جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.14) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (14)، مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة، وتعزو الباحثة سبب تلك الفروق إلى تأثير الوحدات التعليمية التي أظهرت كفاية من حيث الزمن المخصص والتنظيم والتنفيذ، بصورة مناسبة لقابليات الطالبات وقدرتهن البصرية والمهارية، فضلاً عن التزامهن بالتكرارات المهارية الخاصة بمهارة الإرسال والتي حدها مدرس المادة وتمت تحت إشراف وإرشاداته وهذا يتفق مع ما تمت الإشارة إليه في أنّ "التكرارات الكثيرة التي يمارسها المتعلم في أثناء التطبيق العملي تساعد على اكتساب التعلم". (Aldulimey, 2022) & Al-Sinani, كما أن اعتماد طالبات هذه المجموعة التكرارات المهارية وتنفيذه في أثناء الوحدات التعليمية كان فرص متساوية في الحصول على مقدار لا بأس به من التوافق البصري الحركي (Al-Diwan et al., n.d). بين العين واليد الضاربة وتعلم مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة، إذ أن التكرار "يؤدي دوراً فعالاً في تعلم هذه المهارة لأنه يعطي للمتعلم التدرج والإتيان في اكتساب التوافق العصبي العضلي خلال عدد المحاولات التكرارية". (Mukhalaf, 2020) & Hamad, كما أن انتظام طالبات هذه المجموعة ولاستمرار في الأداء والممارسة من خلال تقديم مدرس المادة مجموعة من التمرينات الحركية والمهارية المتدرجة من السهل إلى الصعب، والمنافسة فيما بينهن لتقديم أفضل ما لديهن من قدرات توافقية بصرية وحركية ودقة أداء ساعد في تعلم مهارة الإرسال والتقدم فيها بصورة صحيحة، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أنّ "المتعلم الذي يدرك المهارة المتعلمة إدراكاً كاملاً يكون قادراً على أدائها بصورة صحيحة". (Al-Dulaimi et al., 2024)

2-3 عرض نتائج المجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (5)

يبين قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعديّة للتوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال للمجموعة التجريبية

ت	المعالم الاحصائية المتغيرة	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق البصري الحركي	درجة	0.95	5.16	0.53	15.44	6.23	معنوي
2	الأداء الفني للإرسال	درجة	0.83	3.42	0.47	7.89	6.79	معنوي
4	دقة أداء الإرسال	درجة	3.36	17.85	1.28	29.31	7.86	معنوي

أظهرت نتائج (5) إن قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية جميعها جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.14) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (14)، مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية، وتعزو الباحثة سبب هذه الفروق إلى اعتماد المجموعة التجريبية استراتيجية حصيرة المكان، إذ أن العمل ضمن هذه الاستراتيجية أدى إلى تحسن التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال لدى طالبات لمجموعة التجريبية بشكل جيد إذ سمحت هذه الإستراتيجية للطالبات بالتفكير وتشجيع أفكارهن حول مهارة الإرسال ومن ثم التشارك بها (Othman, 2013)، وهي من الاستراتيجيات التي تطور مهارات التعلم التعاوني لدى الطالبات، فضلاً عن إثارة الحماس لديهن ومن ثم تشجيعهن على التفكير وزيادة التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال وفهمهن لها لديهن بتنشيط عقولهن لفهم ما يطرأ في أثناء الوحدة التعليمية بصورة جيدة وصحيحة، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن استراتيجية حصيرة المكان "تسمح للمتعلمين بأخذ وقتاً كافياً للتفكير وبعدها يسجلون أفكارهم والتشارك بها مع زملائهم في مجموعات صغيرة حيث يكتب كل عضو من أعضاء المجموعة أفكاره في الفراغ المخصص له حول مركز قطعة من الورق كبيرة نسبياً، بعدها تقارن كل مجموعة ما كتبه كل عضو من أعضاءها ويجمعون المفردات والأفكار المشتركة ويكتبونها في مركز الورقة". (Brame, 2016)

3-3 عرض نتائج الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها:

الجنول (6)

يبين قيم (t) المحسوبة في الاختبارات القبلية للتوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المعالم الاحصائية المتغيرة	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س-	ع	س-		
1	التوافق البصري الحركي	درجة	0.73	9.85	0.53	15.44	6.44	معنوي
2	الأداء الفني للإرسال	درجة	0.61	5.64	0.47	7.89	5.89	معنوي
4	دقة أداء الإرسال	درجة	2.07	24.79	1.28	29.31	6.75	معنوي

أظهرت نتائج (6) إن قيم (t) المحسوبة في الاختبارات البعدية جميعها جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) تحت مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (28)، مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، إلى اعتماد هذه المجموعة استراتيجية حصيرة المكان في أثناء الوحدات التعليمية، إذ أسهمت هذه الاستراتيجية في زيادة التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) التي يتطلب تعلمها توافر القدرات البصرية والحركية، لاسيما التوافق البصري الحركي الذي هو عبارة عن مهارة تسمح بالتنسيق بين كل من حركة العين وحركة اليد في أثناء التعامل مع الكرة عن تنفيذ مهارة الإرسال والنجاح في أدائها، وهذا ما أكد عليه في أن "القدرة التوافقية البصرية الحركية لها من دور مهم وحيوي في نجاح الأداء في المهارة الحركية". (Nelly et al., 2022) (Latif et al., 2018)

كما ترى الباحثة أن سبب تفوق المجموعة التجريبية نتيجة تعلمها وفق هذه الاستراتيجية التي أظهرت فاعلية في زيادة التوافق البصري الحركي وتعلم مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لأن من إجراءات التدريس وفق هذه الاستراتيجية هي الاستماع إلى ما يطرأ من أفكار من قبل الطالبات واعطائهن الفرصة في كتابة أفكارهن وهذا بدوره يصحح من أفكارهن الخاطئة أو المبهمة لدى زميلاتهن، وهذا ما تقتقر الطريقة أو الأسلوب الاعتيادي المتبع من قبل مدرس المادة،

فضلاً عن قيامهم بمجموعة من الأنشطة ضمن مجموعات صغيرة وهذا يعد من أهم العوامل التي ساعدت على زيادة دائرة المعرفة لديهم، فما موجود من أفكار في ذهن المجموعة هو أفضل من حيث النوع والكم عما هو موجود في ذهن الطالبة الواحدة، وما يتفق مع ما تمت الإشارة إليه في أن استراتيجية حصيرة المكان هي إحدى استراتيجيات التعلم النشط التي تنمي لدى المتعلمين روح التعاون وزيادة الترابط بينهم من جهة وبينهم وبين مدرّسهم من جهة أخرى فضلاً عن أنها تنمي روح الحماسة وتجعل المتعلمين قادرين على التفكير وطرح ما يدور في أذهانهم ومشاركته مع زملائهم، وإيجاد الحلول وهذا يمنحهم تبادل الأفكار والمعلومات والمقترحات والمشكلات المطروحة إضافةً، إلى شعورهم بالمسؤولية تجاه ما يطرح من أفكار، فاستراتيجية حصيرة المكان تقوم فكرتها على تكوين مجموعات صغيرة، وهذه المجموعات تطرح ما لديها من أفكار ذلك أن كل متعلم في المجموعة يشعر بأنه مسؤول عن أفكار زملائه وهذا ينمي الشعور بالمسؤولية تجاه زملائه، وهذا يساعد المتعلمين في فهم التفاصيل الدقيقة للمهارة أو المادة العلمية واستيعابها (Balbas et al., 2023) (Abbas et al., 2017)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- استراتيجية حصيرة المكان قد أثرت إيجابياً في التوافق البصري الحركي بالكرة الطائرة للطالبات.
- 2- استراتيجية حصيرة المكان قد أثرت إيجابياً في اكتساب الأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة للطالبات.
- 3- أظهرت المجموعة التجريبية تفوقاً واضحاً على المجموعة الضابطة في الأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة.
- 4- أظهرت المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية تفوقاً ملحوظاً في التوافق البصري الحركي والأداء الفني والدقة لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة.

4-2 التوصيات:

- 1- ضرورة استعمال الاستراتيجيات التعليمية ومنها استراتيجية حصيرة المكان في تطوير القدرات البصرية والحركية وتعلم مهارات الكرة الطائرة.
- 2- التأكيد على ادخال استراتيجية حصيرة المكان في تعلم المهارات المختلفة في الألعاب الرياضية الأخرى خلال الوحدات التعليمية المخصصة لذلك.
- 3- الاهتمام بالقدرات البصرية الحركية لما لها من دور فعال في تعلم المهارات الرياضية ومنها مهارات الكرة الطائرة لاسيما مهارة الإرسال.
- 4- إجراء دراسات أخرى على قدرات ومهارات أخرى في الكرة الطائرة لمرحلة دراسية أخرى.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الاسراء الاهلية

تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

فادية عبد الحسين كاظم <https://orcid.org/0009-0007-7670-2729>

References

- Abbas, N., Kazem, B., & Ahmed, I. (2017). The effect of blended learning strategy on learning breaststroke swimming skills. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences. Helwan University*, 81(2), 382–396. <https://doi.org/10.21608/jsbsh.2017.240965>
- Aboud, H. M., Alawi, R., & Al-Dulaimi, N. A. Z. (2013). The effect of an educational approach using educational models in developing the performance of some basketball skills for female students. *Journal Human Sciences*, 1(15). <https://www.iasj.net/iasj/article/86000>
- Al-Diwan, L. H. M., Othman, I. A., & Zitouni, A. Q. (n.d.). & 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.
- al-Dulaimi, A. D. N. A. Z., Mahos, R., & Abdel-Hamza, D. M. (2013). The impact of learning strategy together with tools to help in the development of the technical performance of the front and rear two-stroke tennis. *Karbala Journal of Physical Education Sciences*, 1(3).
- Al-Dulaimi, N. A. Z., Firas, S. I., & Azhar, H. U. (2024). The effect of the mastery learning strategy on the mental toughness and skill performance of receiving the serve in volleyball for students. *Modern Sport*, 0351–0366. <https://doi.org/10.54702/tzhseb37>
- Aldulimey, N. A. B. D., & Al-Sinani, Y. (2022). The effect of the learning strategy under the guidance of the triple peers in reducing cognitive failure and learning the skills of preparing and receiving volleyball transmissions for students. *Al-Rafidain Journal For Sport Sciences*, 25(79), 304–321.
- Al-Hamidi, A. H. A. (2023). *The effect of the separate perception strategy with auxiliary means in developing patterns of motivation, cognitive ability, and learning to receive and serve in volleyball for students* [Master's thesis]. University of Babylon.
- Al-Shammari, M. M. Z., & Risen, H. K. (2022). The effect of the place mat strategy on the mathematical cohesion skills of first-year middle school students. *Al-Adab Journal*, 143, 137–160. <https://doi.org/10.31973/aj.v3i143.3945>
- Al-Zerkani, A.-Z. K. J., & Al-Sa, S. S. T. (2020). Constructive strategies and their impact on the achievement of Arabic grammar among fifth grade primary school students. The (place mat) strategy as a model. *Al-Adab Journal*, 135, 307–330. <https://doi.org/10.31973/aj.v2i135.1204>
- Balbas, H. M., Ibrahim, O. Y., & Muhammad, R. S. (2023). The effect of the place mat and error strategies on the achievement of history among eleventh grade female students. *Al-Fath Magazine*, 27(3).

- Brame, C. (2016). Active learning. *Vanderbilt University Center for Teaching*.
- Hamad, S. H., Abdul Rahman, M. A. Q., & Mukhalaf, A. K. (2023). The effect of (auditory–visual) exercises on developing agility and motor response to the blocking wall skill in volleyball. *Mustansiriyah Journal of Sports Science*, 5(3), 184–197.
<https://doi.org/https://doi.org/10.62540/mjss.2023.05.03.15>
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Khairullah, R. A., & Othman, I. A. (2023). EFFECT OF SAT EDUCATIONAL MODEL ON CREATIVE ENERGY AND DISTINGUISHED WITH SPEED OF FEMALE STUDENTS. *European Journal of Humanities and Educational Advancements*, 4(7).
<https://www.scholarzest.com/index.php/ejhea/article/view/3708>
- Latif, N. A., Abdul Redha, B. K., & Othman, I. A. (2018). The effect of collaborative e–learning strategy in the social media applications environment on learning basic skills in breaststroke swimming. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 28(3), 57–72.
<https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/710>
- Mukhalaf, A. K., & Hamad, S. H. (2020). The effect of special exercises in reducing the motor response time of the player (libero) for the skill of defending the court in volleyball. *Journal of Sports Science*, 12(44), 304–315. URI:
<http://148.72.244.84:8080/xmlui/handle/xmlui/6983>
- Nelly, S. E.–N., Mohamed, R. A., & Bahaa, S. M. (2022). Using motor sports activities to develop visual–motor coordination and its effect on improving motor control among students with written learning difficulties in primary school. *Journal of Studies in the Field of Psychological and Educational Counseling, Faculty of Education, Assiut University*, 5(2), 61–76. <https://doi.org/DOI:10.21608/dapt.2022.285239>
- Oliver, K. (2013). *Visual, motor, and visual–motor integration difficulties in students with autism spectrum disorders*. Georgia State University.
<https://www.proquest.com/openview/e66a98b1967d3acaf6a5b7e647a7bdb2/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>
- Othman, I. A. (2013). The effect of (the exchange and training) methods in learning the technical performance of the handstand and human–wheel movements in Gymnastics. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 37.

Othman, I. A., Mohammed, L. H., Alsaeed, R., & Shabib, S. S. (2024). 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. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 34(3), 19–36. DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.617>

الملحق (1)

يبين اختبار التوافق البصري الحركي بالكرة الطائرة

1- اختبار التوافق البصري الحركي بالكرة الطائرة

- اسم الاختبار: -التوافق البصري الحركي.
- الهدف من الاختبار: -قياس التوافق البصري الحركي بين العين واليد.
- الأدوات المستعملة: -كرة مطاطية حائط، شريط قياس، استمارة تسجيل.
- مواصفات الأداء: -يرسم خط على بعد (2) مترين من الحائط على الأرض ثم يقف الطالب عند بداية الخط، ويمسك الكرة باليد اليمنى وعند الإشارة يقوم برمي الكرة (5) مرات متتالية باليد اليمنى ويستقبلها عند ارتدادها بنفس اليد ثم يعكس الحركة باليد اليسرى، بمعدل (4) محاولات (2) لليد اليمنى و (2) لليد اليسرى).
- التسجيل: -تحسب درجة واحدة لكل محاولة صحيحة و الدرجة الكلية هي (20).

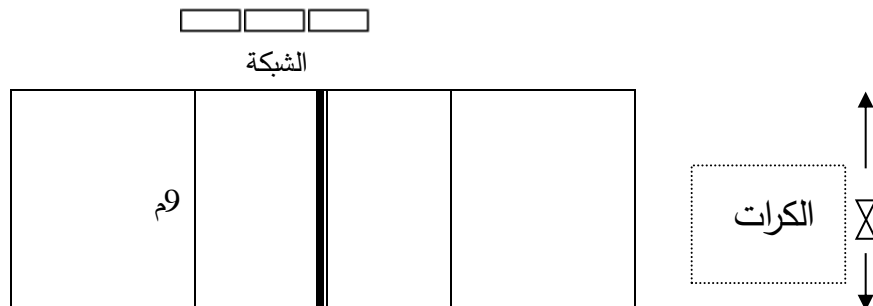
الملحق (2)

يبين اختبائي مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة

1- اختبار الأداء الفني لمهارة الإرسال:

- الغرض من الاختبار: -قياس الأداء الفني لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس).
- الأدوات المستعملة: -كرات طائرة عدد (3)، ملعب كرة طائرة، استمارة تقييم.
- مواصفات الأداء: -تقف الطالبة المختبرة خلف خط النهاية ويؤدي الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لتعبر الكرة الى الجهة الأخرى من الملعب، يعطى لكل طالبة مختبرة ثلاث محاولات.
- التسجيل: -تم تقييم أداء الطالبة المختبرة في المحاولات الثلاث عن طريق ثلاثة من السادة المقومين بالملاحظة المباشرة، والتقييم من (10) درجات لكل محاولة، وكما هو موضح في الشكل (1).

المقومون الثلاثة



الشكل (1)

يوضح الأداء الفني لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة

2- اختبار دقة الإرسال

-الهدف من الاختبار:- قياس دقة الإرسال الطويل.

-الأدوات:-ملعب كرة طائرة، كرات طائرة عدد(5).

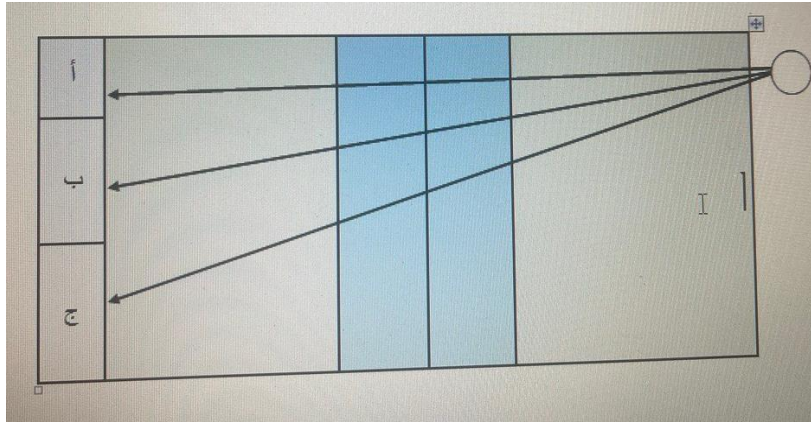
-مواصفات الأداء:-من المكان المخصص للإرسال يقوم المختبر بأداء الإرسال نحو نصف الملعب الآخر بحيث يخصص خمس إرسالات للمنطقة(أ) وخمس إرسالات للمنطقة(ب) وخمس إرسالات للمنطقة (ج).

-التسجيل :

-ثلاث درجات لكل إرسال صحيح تسقط في الكرة داخل المربع المحدد .

-درجتان لكل إرسال صحيح تقع فيه الكرة داخل المربع المجاور للمربع المحدد.

-أعلى درجة للاختبار(45)درجة، وكما هو موضح في الشكل(1).



الشكل (2)

يوضح اختبار دقة أداء الإرسال بالكرة الطائرة



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of specific exercises on a sandy surface in developing explosive ability and some skills of young football goalkeepers

Haider Hussein Saleh  

University of Baghdad / Ibn Rushd College of Education for Humanities

Article information

Article history:

Received 18/10/2024

Accepted 15/12/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Specific exercises, sandy floor,
explosive ability, football, goalkeepers



Abstract

The research aimed to identify the effect of specific exercises on a sandy floor in developing explosive ability and some skills of young goalkeepers in football. The researcher followed the experimental approach by designing a single individual group with pre- and post-measurement. The sample was selected from the research community represented by advanced goalkeepers in some Baghdad clubs with a number of (30) goalkeepers. In light of the results, the researcher came out with several conclusions, including that the research sample showed a great superiority in the post-tests in explosive ability and the skills of catching aerial balls and catching or deflecting side balls among young goalkeepers (research sample). Accordingly, the researcher recommended several recommendations, the most important of which are: Emphasizing the use of the specific exercise's method on a sandy floor as a training method that affects physical and skill abilities during the special preparation stage for young goalkeepers in football.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمرينات نوعية على أرضية رملية في تطوير القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى الشباب بكرة القدم

حيدر حسين صالح¹  

جامعة بغداد/ كلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية¹

المخلص	معلومات البحث
<p>هدف البحث إلى التعرف على تأثير تمرينات نوعية على أرضية رملية في تطوير القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى الشباب بكرة القدم، واتبع الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الفردية الواحدة ذات القياس القبلي والبعدي وتم اختيار العينة من مجتمع البحث المتمثل بحراس المرمى المتقدمين في بعض أندية بغداد وبعدد (30) حارساً، وفي ضوء النتائج خرج الباحث بعدة استنتاجات منها، أظهرت عينة البحث تفوقاً كبيراً في الاختبارات البعدية في القدرة الانفجارية ومهارتي مسك الكرات الهوائية ومسك أو إبعاد الكرات الجانبية لدى حراس المرمى الشباب (عينة البحث)، وعليه أوصى الباحث بتوصيات عدة من أهمها: التأكيد على استعمال أسلوب التمرينات النوعية على أرضية رملية كأسلوب من أساليب التدريب المؤثرة على القدرات البدنية والمهارية خلال مرحلة الإعداد الخاص لحراس المرمى الشباب بكرة القدم.</p>	<p>تاريخ البحث : الاستلام : 2024/10/18 القبول : 2024/12/15 التوفر على الانترنت: 15 يناير، 2025</p> <p>الكلمات المفتاحية: التمرينات النوعية، الأرضية الرملية، القدرة الانفجارية، كرة القدم، حراس المرمى</p>

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعد التدريب الرياضي الجزء الرئيسي من عملية الإعداد الرياضي باعتباره العملية التربوية الخاصة والقائمة على استخدام التدريبات البدنية، بهدف تطوير مختلف القدرات اللازمة للاعب لتحقيق أعلى مستوى ممكن في نوع معين من الألعاب والفعاليات الرياضية المختلفة.

ونتيجة التطور العلمي الكبير في التدريب الرياضي بصورة عامة وكرة القدم بصورة خاصة سعى مدربو مركز حراس المرمى في الآونة الأخيرة تطوير تدريب هذا التخصص المهاري وما يحتاجه من قدرات بدنية ومهارية، إذ يسهم حارس المرمى في بناء الهجمات كما أنه يسهم بشكل فعال في كونه آخر مدافع للفريق يدافع عن مرماه، فضلاً عن البناء الخططي الدفاعي والهجومى للفريق، كونه يؤدي دوراً بارزاً في تحقيق النتائج سواء إيجابياً أم سلبياً، لأن "حارس المرمى هو آخر خط دفاعي لإيقاف الكرة الى شباك المرمى وهو بذلك يعد أحد أهم العناصر الأساسية في الفريق في الدفاع عن مرماه ويتميز بخصائص ومواصفات خاصة تميزه عن باقي اللاعبين، هذه الخصائص والمواصفات تؤهله الى الهدف الرئيس وهو تنفيذ واجباته بالاستحواذ على الكرة فضلاً عن بناء الهجوم الذي يُعد حارس المرمى هو الخط الأول فيه (Hassan, 2011) (Ahmed Obaid et al., 2024)

والتمرينات النوعية هي التمرينات الموجهة نحو العضلات المعنية بالأداء، بحيث يكون اتجاهها الديناميكي في نفس المسار الحركي للمهارات المتعلمة، كما أن إتاحة نماذج جيدة من هذه التمرينات يعد أمراً ضرورياً لإنجاح العملية التدريبية والتعليمية على حد سواء، وأنه لمن الضروري لاستعانة بالتمرينات التي تؤدي بصورة تتفق مع طبيعة الأداء للمهارات الحركية وباستعمال المجموعات العضلية العاملة في المهارة ذاتها وفي نفس المسار الحركي له أثره الفعال في تحسين الصفات البدنية وبالتالي مستوى الأداء للمهارة المطلوب أدائها. (A. S. E.-D. Mahmoud et al., 2020)

ومن بين الوسائل التدريبية التي يستخدمها المدرب حالياً أسلوب التدريب على المسطحات الرملية التي تمتاز بقدرتها العالية في تطوير القوة في كل أشكالها (تحمل القوة، القوة الانفجارية، القوة السريعة، القوة العامة، ويمتاز التدريب على الأرضيات الرملية باختلافه الكامل عن التدريب على الأرض الصلبة لصعوبة الحركة والتنقل فيه من جهة وسرعة التكيف للاعبين من جهة أخرى تسمح هذه الخصائص من رفع القدرات البدنية في وقت أقل مع تجنب الإصابة، كما يعد التدريب على البيئة الرملية من أنواع التدريب الرياضي التي تعمل على زيادة قدرة العضلات من خلال المقاومة التي تحدث للاعب في أثناء مقاومة الرمال والتي تعد من الأوساط الطبيعية التي تساعد على تقوية عضلات الرجلين وزيادة قدرتها نتيجة المقاومة الحادثة سواء في أثناء الركض أو الوثب أو القفز أو تأدية تدريبات باستعمال وزن الجسم.

1-2 مشكلة البحث:

من خلال متابعة الباحث لتدريبات حراس المرمى الشباب ومستوى أدائهم ضمن فرق الأندية المشاركة في البطولات المحلية، وجد أن هناك انخفاض في الأداء البدني والمهاري لاسيما في مسك الكرات واستلامها في حالات القفز والارتقاء، وقد يرجع الباحث سبب ذلك إلى ضعف في القدرات البدنية الخاصة لاسيما القدرة الانفجارية، وهذا الأمر ممكن أن يحدث نتيجة قلة استعمال مدربي حراس المرمى التمرينات على وفق أرضيات متنوعة ومنها الأرضية الرملية، وعليه تبادر لذهن الباحث تساؤل، ما هو تأثير التمرينات النوعية على أرضية رملية في تطوير القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى الشباب بكرة القدم؟

1-3 هدف البحث:

1- التعرف على تأثير التمرينات النوعية على أرضية رملية في تطوير القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى الشباب بكرة القدم.

1-4 فرضية البحث:

1- للتمرينات النوعية على أرضية رملية تأثير إيجابي في تطوير القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى الشباب بكرة القدم.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري:- حراس المرمى الشباب في بعض أندية بغداد للموسم الرياضي (2024-2025).

1-5-2 المجال الزمني:- المدة من 2024/5/6 ولغاية 2024/6/24

1-5-3 المجال المكاني:- ملعب كرة القدم لنادي الزوراء الرياضي.

1-6 تحديد المصطلحات:

- التمرينات النوعية:- هي "تلك التمرينات المخصصة لترقية وتكامل الأداء المهاري والخصائص الحركية البارزة خلال تأدية الحركات الأساسية للمسابقة". (Khaled, 2007)

- القوة الانفجارية:- هي "القدرة على إظهار أكبر كمية من القوة بأقل وقت ممكن وتظهر مثل هذه القوة بحالات القفز إلى الأعلى أو الوثب إلى الأمام". (Muhammad, 2001)

- حارس مرمى كرة القدم:- هو "اللاعب المميز والذي خصه قانون كرة القدم دون غيره من اللاعبين بأن يمسك أو يحمل الكرة أو يصد الكرة بيده داخل منطقة الجزاء أثناء الملعب، وأن يرتدى قميص لونه مخالف لجميع اللاعبين بما فيهم الفريق المنافس ويرتدي في يده زوج من القفازات وهو اللاعب الوحيد الذي يعالج داخل الملعب ويتوقف اللعب كله في أثناء استبداله". (Aboud et al., 2013)

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث:- اتبع الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الفردية الواحدة ذات القياس القبلي والبعدي.

2-2 مجتمع البحث وعينه:- تحدد مجتمع البحث بحراس المرمى الشباب في بعض أندية بغداد وبعدد (30) حارساً للموسم الرياضي (2024-2025)، تم اختيار عينة البحث من هذا المجتمع وبعدد (4) حراس مرمى يمثلون نادي الزوراء الرياضي، وبهذا تكون النسبة المئوية للعينة هي (13.33%)، وقد أجرى الباحث عملية التجانس لعينة البحث في المتغيرات (الطول، الكتلة، العمر الزمني، العمر التدريبي)، كما هو في الجدول (1).

الجدول (1)

يبين فيم معامل الالتواء المحسوبة لمتغيرات الطول الكلي والكتلة والعمر الزمني والعمر التدريبي

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول الكلي	سم	183.56	4.76	181	0.54
2	الكتلة	كغم	67.81	3.43	66	0.53
3	العمر الزمني	سنة	18.45	0.55	18	0.81
4	العمر التدريبي	سنة	3.62	0.50	4	0.76-

يبين الجدول (1) أن قيم معامل الالتواء المحسوبة لمتغيرات الطول الكلي والكتلة والعمر الزمني والعمر التدريبي جاءت

أقل من (1+) مما يدل على تجانس عينة البحث في هذه المتغيرات.

2-3 الإجراءات:

2-3-1 الاختبارات:- تم تحديد اختبارات القدرة الانفجارية للرجلين وبعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم، بعد الاطلاع على المصادر والبحوث ذات العلاقة وإجراء بعض المقابلات الشخصية مع بعض السادة المتخصصين بكرة القدم وتم اختيار اختبارات مقننة تم استعمالها وتطبيقها على عينات مشابهة لعينة البحث الحالية والاختبارات هي:-

أولاً:- اختبار القدرة الانفجارية. (Muhammad, 2001) (الملحق 1)

ثانياً:- الاختبارات المهارية. (11، 12-13) (الملحق 1).

2-3-2 التجربة الاستطلاعية:- أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية لاختبارات القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم على (2) حارسين من حراس مرمى نادي الطلبة الرياضي من خارج عينة البحث الرئيسية بتاريخ 2024/5/6 في الساعة العاشرة صباحاً، وذلك لتحقيق أهداف عدة هي:-

1- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث.

2- ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

3- معرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحث.

4- استخراج الأسس العلمية للاختبارات.

2-3-3 الأسس العلمية للاختبارات:

1- صدق الاختبارات:- استخراج صدق اختبارات لاختبارات القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم وذلك بعرض هذه الاختبارات، على السادة المختصين والبالغ عددهم (5) مختصين، وتمت موافقتهم على هذه الاختبارات، كما في الجدول (2).

2- ثبات الاختبارات:- اعتمد الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، لاستخراج معامل الثبات لاختبارات القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم، إذ تم التطبيق الأول للاختبارات بتاريخ 2024/5/6 وتم التطبيق الثاني بتاريخ 2024/5/13، أي بعد مرور (7) أيام، واستعمل الباحث معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لمعالجة النتائج التي أظهرت تمتع الاختبارات بقيم عالية من الثبات، كما في الجدول (2).

3- موضوعية الاختبارات:- تعد الاختبارات التي استعملها الباحث ذات موضوعية تامة، لأنها اختبارات ذات تعليمات ودرجات محددة لا يختلف عليها اثنان.

(2) الجدول

يبين معامل الصدق والثبات لاختبارات القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم

ت	الاختبارات	معامل الصدق	معامل الثبات
1	القدرة الانفجارية للرجلين	100%	0.92
2	مسك الكرات الهوائية	100%	0.90
3	مسك أو إبعاد الكرات الجانبية	100%	0.91

2-3-4 الاختبارات القبلية:- أجرى الباحث الاختبارات القبلية على عينة البحث البالغ عددها (4) حراس مرمى بتاريخ 2024/5/20 في تمام الساعة العاشرة صباحاً في ملعب كرة القدم لنادي الزوراء الرياضي.

2-3-5 تطبيق التدريبات النوعية على أرضية رمليّة:- بعد قيام الباحث بإعداد التدريبات النوعية على أرضية رمليّة على وفق أسس التدريب الرياضي بكرة القدم، تم تطبيق هذه التدريبات وكما يأتي:-

- استغرقت مدة التنفيذ (5) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية أسبوعياً.

- بلغ المجموع الكلي للوحدات التدريبية (15) وحدة تدريبية.

-بلغ زمن الوحدة التدريبية (60) دقيقة.

-تم تنفيذ التدريبات النوعية على أرض رملية في ملعب كرة القدم في نادي الزوراء، إذ قام الباحث بتغطية منطقة الهدف برمال لمستوى (10) سم، مع وضع هدف متحرك.

-نفذ حراس المرمى (عينة البحث) التمرينات على الأرضية الرملية وفق جدولة وتكرارات مقننة.

2-3-6 الاختبارات البعيدة: -أجرى الباحث الاختبارات البعيدة على عينة البحث بتاريخ 2024/6/24 في تمام الساعة العاشرة صباحاً في ملعب كرة القدم لنادي الزوراء الرياضي، وقد نفذت هذه الاختبارات بالظروف والأحوال نفسها التي جرت بها للاختبارات القبلية.

2-4 الوسائل الإحصائية: -استعمل الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: - (Rajab, 2012)

- النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، اختبار (t) للعينات المترابطة، النسبة المئوية للتطور.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج القدرة الانفجارية وبعض المهارات لأفراد عينة البحث وتحليلها:

3-1-1 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعيدة للقدرة الانفجارية وبعض المهارات لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعيدة للقدرة الانفجارية وبعض المهارات لأفراد عينة البحث

ت	القدرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		س ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			س	ع	س	ع				
1	القدرة الانفجارية للرجلين	سم	44.12	5.71	52.34	3.86	5.74	1.19	4.82	معنوي
2	مسك الكرات الهوائية	درجة	6.43	1.58	9.87	0.76	6.48	1.23	5.27	معنوي
3	مسك أو إبعاد الكرات الجانبية	درجة	5.12	1.03	7.94	0.59	5.95	1.38	4.31	معنوي

يبين الجدول (3) أن قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعيدة للقدرة الانفجارية وبعض المهارات لأفراد عينة البحث جاءت أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (3.18) عند درجة حرية (3) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعيدة ولصالح البعيدة، ويعزو الباحث سبب هذه الفروق إلى التمرينات النوعية التي طبقها حراس المرمى (عينة البحث) على أرضية رملية والتزامهم بهذه التمرينات التي تلائمت ونوعية مهارات حراس المرمى وخصوصيتها، فضلاً عن استعمال التمرينات النوعية للقدرة الانفجارية للرجلين التي عملت على تحفيز المجاميع العضلية للرجلين، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن التمرينات النوعية "تعد من التدريبات التي لها تأثيرها القوي والفعال في الارتقاء بالمستوى البدني والتكوين الجسمي لممارسيها" (Khairy & Bounab, 2022)

كما أن التمرينات النوعية التي أخذت حيزاً من وقت الجزء الرئيس من الوحدات التدريبية كان تأثيرها الفعال في رفع كفاءة حراس المرمى في القدرة الانفجارية لعضلات والرجلين، إذ إن استعمال هذه التمرينات على أرض رملية كانت إحدى أسباب تطوير هذه القدرة وذلك لما تتمتع به طبيعة هذه الأرضية من مواصفات خاصة من توفير مقاومة في أثناء التدريب عليها، إذ إن المقاومة التي تمتاز بها الأرضية الرملية هي شكل من أشكال تمرينات المقاومة (M. A. Mahmoud et al., 2015) التي يمكن أن يستعملها المدربون للتأثير على اللاعبين، إذ أنها تمتاز بانخفاض في صلابة الأرضية، وذلك لعدم تماسك حبيبات الرمل، وهذا يتطلب من حراس المرمى بذل المزيد من الجهد؛ للتغلب على المقاومة الناتجة عن عدم

تماسك حبيبات الرمل، وهذا ما ظهر من خلال تدريب حراس المرمى على الأرضية الرملية، إذ كان له التأثير الإيجابي على متغير القدرة الانفجارية، والمتمثل في القفز العمودي ومسك الكرات الهوائية مسك أو إبعاد الكرات الجانبية. (Mustafa et al., 2010)

3-1-2 عرض نتائج مقدار التطور والنسب المئوية له في الاختبارات القبلية والبعديّة للقدرة الانفجارية وبعض المهارات لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول(4)

يبين مقدار التطور والنسب المئوية له في الاختبارات القبلية والبعديّة للقدرة الانفجارية وبعض المهارات لأفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س- القبلي	س- البعدي	مقدار الفرق	النسبة المئوية للتطور %
1	القدرة الانفجارية للرجلين	سم	44.12	52.34	8.22	15.71%
2	مسك الكرات الهوائية	درجة	6.43	9.87	3.44	34.85%
3	مسك أو إبعاد الكرات الجانبية	درجة	5.12	7.94	2.82	35.52%

يبين الجدول(4) مقدار الفرق بين الأوساط الحسابية في الاختبارات القبلية والبعديّة للقدرة الانفجارية وبعض المهارات لأفراد عينة البحث والنسب المئوية لها ولك باستعمال معادلة التطور المئوية، إذ أظهرت النتائج وجود نسب مئوية جيدة في القدرة الانفجارية للرجلين ومسك الكرات الهوائية ومسك أو إبعاد الكرات الجانبية، (Mousa et al., 2019) ويعزو الباحث سبب هذا التطور في الاختبارات البعديّة يعود إلى تأثير التمرينات النوعية على أرضية رملية، إذ تميزت هذه التمرينات بالتنوع في استعمال الكثير من الوضعيات والاتجاهات والمسارات التي أعطت لحراس المرمى (عينة البحث) الاندفاع في التدريب وتطوير قدرتهم في مهارات مسك الكرات العالية وإبعاد (لكم) الكرة باليد الواحدة أو باليدين كلاًهما ومن الوضع الأمامي والجانبى بهدف إتقان هذه المهارتين وزيادة تركيزهم في اتخاذ الأوضاع المناسبة لاستلام الكرة من الأمام والجانبين في المنطقة المحددة، (Alsaed et al., 2023) كما يرى الباحث أن هذا التطور الحاصل على مستوى المجموعة المتدربة على الأرضية الرملية، يعود إلى ممارسة تمرينات المقاومة، إذ ساهمت حبيبات الرمل غير المتماسكة نوع من أنواع تمرينات المقاومة في أثناء تطبيق تمرينات الوحدات التدريبية البدنية التي أنتجت تأثير مباشر على المجاميع العضلية العاملة في الأداء، وبالتالي التأثير على القوة العضلية للرجلين، (Khazaal et al., 2023) وزيادة مسافة القفز العمودي من الثبات وهذا يتفق مع تمت الإشارة إلى أن "القدرة الانفجارية، يمكن زيادتها وتطويرها، والارتقاء بها من خلال زيادة المقاومة التي تتعرض لها العضلة العاملة وأن أداء هذه التمرينات على الأسطح الرملية تتطلب مزيداً من الجهد الواقع على العضلات بسبب عدم تماسك حبيبات الرمل، وهذا يعمل على التأثير على عضلات الرجلين". (Abdel Nasser, 2018)

كما يرى الباحث أن التطور الذي حدث لعينة البحث كان، بسبب طبيعة الأرضية الرملية وما تتمتع به من صفات خاصة أهمها كمية الشغل المبذولة، فحسب قانون نيوتن إن لكل فعل رد فعل يساويه في القوة ويعاكسه في الاتجاه، بحيث انغماس الرجلين في الرمل يعطي قوة مضادة مما يعيق حركة حارس المرمى وكذلك تغيير اتجاهاته وبالتالي إجبار العضلات على بذل جهد مضاعف وبسرعة أكبر وبالتالي زيادة مقدار القفز لدى حارس المرمى الذي يمكنه من مسك الكرات بوضعيات مختلفة، (Khalifab & Jabbar, 2023) وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن زيادة القوة تمكن اللاعب من ومن القفز أعلى وبالتالي تمكنه من أداء رياضي أفضل (Khairy & Bounab, 2022)

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1-أدت التمرينات النوعية على أرضية رملية دوراً كبيراً في تطوير القدرة الانفجارية ومهاري مسك الكرات الهوائية ومسك أو إبعاد الكرات الجانبية لدى حراس المرمى الشباب(عينة البحث).
- 2-أظهرت عينة البحث تفوقاً كبيراً في الاختبارات البعيدة القدرة الانفجارية ومهاري مسك الكرات الهوائية ومسك أو إبعاد الكرات الجانبية لدى حراس المرمى الشباب(عينة البحث).
- 3-حققت عينة البحث نسب تطور جيدة في القدرة الانفجارية ومهاري مسك الكرات الهوائية ومسك أو إبعاد الكرات الجانبية لدى حراس المرمى الشباب(عينة البحث).

4-2 التوصيات:

- 1-التأكيد على استعمال أسلوب التمرينات النوعية على أرضية رملية كأسلوب من أساليب التدريب المؤثرة على القدرات البدنية والمهارية خلال مرحلة الإعداد الخاص لحراس المرمى الشباب بكرة القدم.
- 2-الاهتمام بالقدرات البدنية كالقدرة الانفجارية في تدريبات حراس المرمى بكرة القدم لاسيما فئة الشباب.
- 3-ضرورة مواكبة مختلف الأساليب التدريبية التي من شأنها التأثير على القدرات البدنية والمهارية من ضمنها التنوع في التمرينات وعلى أرضيات متنوعة.
- 4-إجراء دراسات أخرى مشابهة في ألعاب رياضية مختلفة ولقدرات ومهارات أخرى.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في حراس المرمى الشباب في بعض أندية بغداد للموسم الرياضي (2024-2025).

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

حيدر حسين صالح <https://orcid.org/0009-0007-2140-0387>

References

- Abdel Nasser, H. G. (2018). The effectiveness of sand training in improving some physiological variables and physical characteristics of football players. *Journal of Physical Education Research, Zagazig University*, 35(2), 218.
- Aboud, H. M., Alawi, R., & Al-Dulaimi, N. A. Z. (2013). The effect of an educational approach using educational models in developing the performance of some basketball skills for female students. *Journal Human Sciences*, 1(15). <https://search.emarefa.net/detail/BIM-410856>
- Ahmed Obaid, M., Hussein Khalifa, A., & Saad Rabeea, M. (2024). 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. <http://dx.doi.org/10.61186/aassjournal.1286>
- 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>
- Hassan, I. (2011). The effectiveness of using guided balls on learning some defensive skills for young football goalkeepers. *Journal of Physical Education Research, Zagazig University*, 15(1), 429.
- Khairy, S., & Bounab, S. (2022). The effect of a proposed training program to develop the explosive power trait among secondary school students in the age group (17–18) years. *Journal of the Sports System*, 9(3), 491–502.
- Khaled, F. E. (2007). *The effect of a qualitative exercise program to develop coordination abilities on some aspects of attention and the level of technical performance of young judo athletes* [PhD thesis]. Mansoura University.
- 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.
- 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*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.378>©Authors
- Mahmoud, A. S. E.–D., Labib, M. A., & Badry, A.–M. A. (2020). The effect of a training program using specific exercises and weights on improving some physical variables and

their relationship to the digital level of 800-meter racers. *Journal of Sports Sciences and Physical Education Applications*, 17.

Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).

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, S. H. (2001). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports* (4th Edition). Dar Al-Fikr.

Mustafa, A. M., Mashkoor, N. H., & Qusay, M. A. (2010). The effect of the height and depth of the approximate run range on some kinematic variables of the long jump effectiveness. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 28.
<https://www.iasj.net/iasj/article/53596>

Rajab, K. (2012). Discriminatory loading of some skill variables in football goalkeepers. *Al-Rafidain Journal of Sports Sciences*, 18(58), 1-19.

الملحق(1)

يوضح اختبارات القدرة الانفجارية وبعض مهارات حراس المرمى بكرة القدم

أولاً:- اختبار القدرة الانفجارية:

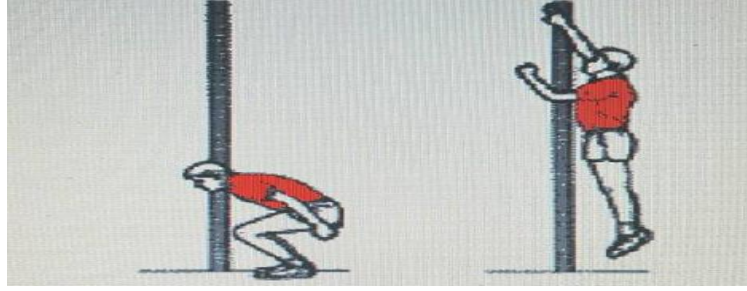
- اسم الاختبار:- القفز العمودي من الثبات(سارجنت).

- الهدف من الاختبار:- قياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين.

- وصف الأداء:- توضع لوحة بجانب المختبر ويقوم بمد ذراعه لتأشير النقطة التي يصل إليها بواسطة قطعة طباشير، وعند

- الأدوات المستخدمة:- طباشير، وشريط قياس، لوحة مدرجة. إعطاء الإشارة يتخذ المختبر وضع القفز ثم القفز للوصول إلى أعلى نقطة ممكنة

- التسجيل:- تقاس المسافة بين الإشارة الأولى والثانية ويسجل الرقم وتعطى للاعب محاولتان تحسب الأفضل، كما هو موضح في الشكل(1).



الشكل (1) يوضح القفز العمودي من الثبات (سارجنت)

ثانياً:- اختبارات بعض مهارات حارس المرمى.

1-الاختبار الأول:

اسم الاختبار:-دقة استلام الكرات الهوائية ومناولتها في منطقة الهدف (Rajab, 2012)

-الهدف من الاختبار:- قياس مهارة استلام الكرات العالية ومناولتها في منطقة الهدف.

-الألوات المستعملة:- 5 شواخص، 6 كرات قدم قانونية.

-طريقة إجراء الاختبار:-توضع 5 شواخص في منطقة الهدف و يقف حارس المرمى عمي خط الهدف ويقف المدرب (1) على جهة اليمين وعلى بعد (6) أمتار عن زاوية منطقة الجواز ويقف المدرب (2) على جهة اليسار وعلى بعد (6) أمتار عن زاوية منطقة الجواز كذلك حيث يقوم المدرب (1) بمناولة عالية لي منطقة الهدف فيتحرك حارس المرمى لاستلام الكرة من بين الشواخص ثم مناولتها إلي المدرب (2) في الجهة المقابلة إلى اليسار و يقوم المدرب (2) بنفس العمل.

-التسجيل:-يمنح الحارس (2) درجة عن كل محاولة استلام ومناولة صحيحة للكرة إلى كل من المدرب (1) والمدرب (2).

-يمنح حارس المرمى (1) درجة واحدة إذا كان الاستلام صحيح والمناولة خاطئة والعكس صحيح..

-لا يمنح أي درجة إذا أخطأ في استلام ومناولة الكرة وتعاد المحاولة إذا أخطأ المدرب في إرسال الكرة بالشكل المطلوب إلى الحارس ويكرر الاختبار (6) مرات (3) على اليمين و (3) مرات على اليسار.

-الدرجة الكلية للاختبار:- (12) درجة.

-الاختبار الثاني:

-اسم الاختبار:-استلام الكرة الجانبية مع القفز (الارتقاء).

-الهدف من الاختبار:- قياس مهارة الارتقاء لمسك أو إبعاد الكرات الجانبية مع القفز.

-الألوات المستعملة:- (10) كرات قدم قانونية، مرمى بإبعاد قانونية.

-طريقة إجراء الاختبار:-يقف حارس المرمى بوضعية الاستعداد في منتصف المرمى، يقف المدرب ومعه (10) كرات من على نقطة الجواز، مع بدأ الإشارة يقوم المدرب بضرب الكرة متوسطة الارتفاع إلى جهة اليمين، يقوم الحارس بالارتقاء لإبعاد الكرة أو مسكها والعودة إلى وضعية الاستعداد، يقوم الحارس بالارتقاء لإبعاد الكرة أو مسكها والعودة إلى وضعية الاستعداد يقوم المدرب بضرب الكرة متوسطة الارتفاع إلى جهة اليسار، يقوم الحارس بالارتقاء لإبعاد الكرة أو مسكها والعودة إلى وضعية الاستعداد و يكرر الاختبار (10) مرات (5) مرات على اليسار و (5) على جهة اليمين.

-التسجيل:-يمنح حارس المرمى درجة واحدة عن كل محاولة صحيحة..

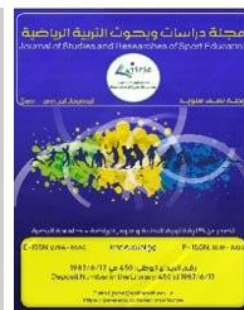
-لا يمنح حارس المرمى أي درجة في حال فشل في مسك أو إبعاد الكرة وتعاد المحاولة إذا أخطأ المدرب في توجيه الكرة بالشكل المطلوب

-الدرجة الكلية:- (10) درجات.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Analytical study of the role of sports media in implementing the regulations of women's professionalism in Iraq in football

Israa Nazim Muhammad ¹ 

Abdul Haleem Juber Nazzal ²  

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Article information

Article history:

Received 13/5/2024

Accepted 30/6/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Sports media, women's professionalism regulation, football

Abstract

The research aimed to build and apply the sports media scale in applying the women's professionalism regulation in Iraq in football. The researchers used the descriptive approach with the survey method to suit the nature of the research. The research community consists of the administrative bodies in the Iraqi sports clubs that meet each governorate according to the book of the Ministry of Youth and Sports, the number of which is (264) clubs. The sample was chosen intentionally and consisted of (528) administrators. The researchers concluded that the sports media formulates the sports reality and presents it to the public about sports events within the sports community. The most important recommendations of the researchers are that the sports media has the ability, through the sports information it proves, to change the narrow view of some people towards women's sports.



website




مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم

عبد الحليم جبر نزال² 

اسراء ناظم محمد¹ 

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{1,2}

المخلص

هدف البحث الى بناء وتطبيق مقياس الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة، وأستعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة البحث، ويتكون مجتمع البحث 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 يقوم الاعلام الرياضي بصياغة الواقع الرياضي وتقديمه للجمهور حول الأحداث الرياضية داخل المجتمع الرياضي اما اهم توصيات الباحثان فهي الاعلام الرياضي له القدرة عن طريق ما يثبته من معلومات رياضية على تغيير النظرة الضيقة من جانب البعض للرياضة النسوية.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/5/13

القبول : 2024/6/30

التوفر على الانترنت: 15, يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

الاعلام الرياضي، لائحة الاحتراف النسوي، كرة القدم

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

ان دراسة دور المرأة في المجال الرياضي انما يؤكد عطاءها الإنساني المستمر التي بدأت به مع بداية تحريرها من القيود التي كبلتها ولسنوات طويلة والان وبعد وصولها في تأكيد وجودها العلمي والعملية، لابد من تتويج 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 هيكل المجتمع العراقي كونها تشكل نصف الطاقة الفاعلة عدة وعددا لكل مجتمع يريد التقدم والتطور في مجال الرياضة والإنجازات العالية، وذلك بعد ان افصحت لابل وأثبتت المرأة دورها الفاعل في هكذا مجال على الصعيد المحلي والدولي (Mashkoor & Mohammed, 2017). ان الإعلام الرياضي ظهر الإعلام الرياضي كضرورة، واستجابة لتنوع الواقع والمتلقي المتكامل في عملية فهم هذا الواقع، وإبصاله الى متلق يسعى الى الفهم والوعي المتكاملين لهذا الواقع، وهناك عوامل تفسر ظهور الإعلام الرياضي وتطوره (MANDOOB et al., 2024)

ان تطور وسائل الاعلام كلها ساهمت في اتساع مجالات الإعلام الرياضي وتنوع اهتماماته، وزادت من تأثيره في المجتمع سواء كان ذلك من حيث المجتمع الرياضي أو من حيث القرار الذي يسهم في تحقيق الانجاز الرياضي، وتقدم الدول في الرياضة يعكس مدى التقدم في استخدام الإدارة الرياضية الحديثة في أنشطتها الرياضية، اذ كلما ارتقى مستوى الإدارة فيها كلما تحسن مستواها الرياضي، ولذا أصبحت الإدارة احترافا وعملا تخصصيا ونظاما يجب ان تكون مبنية على أساس متين من مسئولية الأداء، والمديرون المحترفون هم الذين يمارسون هذا النظام ويقومون بهذه الاعمال التخصصية ويؤدون هذه المهام وللأعلام الدور الكبير في (MANDOOBMAKKIATI & ABED, 2024)المجال الرياضي ونشر كل ما يخص الأنشطة والفعاليات الرياضية المختلفة ولجميع الالعاب سواء كانت العابا فردية او جماعية فانتشار الالعاب الرياضية المختلفة ووصولها لهذا المستوى كان للأعلام الاثر الواضح في نشرها ونشر قوانينها ومنافساتها المختلفة و يسهم الاعلام وبكل وسائله في تطوير الحركة الرياضية وكل هذا يأتي من اجل المصلحة العامة للمجال الرياضي وايضا اسهم الاعلام بتطوير المستويات الرياضية سواء كان لاعبين او لاعبات (Abdulrahman et al., 2020)

هنا تكمن مشكلة البحث ان الإعلام الرياضي هو عملية نشر وتقديم معلومات صحيحة وحقائق واضحة وأخبار صادقة وموضوعات دقيقة ووقائع محددة وأفكار منطقية و آراء راجحة للجماهير مع ذكر مصادرها خدمة للصالح العام نشاط انساني يعبر عن ظاهرة نفسية اجتماعية توجد في عالم الرياضة، وهناك مشكلة تعانيها كرة القدم النسائية بالعراق، فبعض الأندية الرياضية ترى كرة القدم النسائية في العراق تعاني من نقص كبير في التغطية الإعلامية مقارنة بنظيرتها الرجالية حيث الإعلام يركز بشكل أكبر على فرق الرجال والأحداث المتعلقة بها، مما يترك الفرق النسائية بدون دعم كافٍ، وان رعاية الرياضة النسوية واجب وطني يفترض أن ينهض به جميع الفاعلين والذين لهم دور في القرار الرياضي وان المسؤولين والقيادات في المجال الرياضي لديهم توجه يقوم على ضرورة دعم المرأة في المجال الرياضي، إلا أن الاندية الرياضية مازالت غير مقتنعة بدورها في خدمة الجنسين أي الذكور والإناث- وهو ما ينعكس على عدم ايمانها بأهمية الرياضة النسائية وتطويرها ودعمها، وغالبا ما تكون أولويات تلك الاتحادات مرتبطة بالذكور، وبالتالي لا يزال الدعم المقدم منخفض مقارنة بإقبال النساء على الرياضات المختلفة.

2-1 الهدف من الدراسة :

1- بناء وتطبيق مقياس دور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

2- التعرف على درجة دور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

3-1 مجالات البحث

المجال البشري: الإداريين العاملين في الهيئات الرياضية للأندية

المجال أزماني: للفترة من 1 / 12 / 2023 ولغاية 7 / 4 / 2024.

المجال المكاني: مقرات الأندية الرياضية في العراق.

2-1 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 الباحثان" (Adnan Awad, 2008) .

2-2 عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة (العمدية) وهم الهيئات الإدارية في الأندية المستوفية لكل محافظة لشروط التسجيل في وزارة الشباب والرياضة بحسب كتاب وزارة الشباب والرياضة دائرة التربية البدنية والرياضة قسم الأندية الرياضية واشتملت عينة البحث على (2112) اداري يمثلون (268) نادي مستوفي للشروط للموسم الرياضي (2023-2024) . و كلما زاد حجم العينة كان ذلك في مصلحة الدقة وصحة النتائج إذا ضمن الباحثان السيطرة على المعاملات الداخلة في البحث واستخدم الباحثان معادلة ستيفن ثامبسون (Thompson. K Steven -) لتحديد حجم العينة - تبعاً لحجم المجتمع

اذ بلغ أجمالي الذين خضعوا للتجربة (325) اداري كان (20) اداري للتجربة الاستطلاعية ونتيجة لهذا قسمت العينة إلى ثلاث اقسام الأولى لإجراءات تصميم وبناء المقياس والثانية لغرض التجربة الاستطلاعية والثالثة لغرض تطبيق المقياس وكما يلي :

أولاً: البناء : وشملت عدداً من الإداريين في الأندية المستوفية لكل محافظة لشروط التسجيل في وزارة الشباب والرياضة والبالغ عددهم (198) اداري حيث بلغت نسبتهم (60.92%) .

ثانياً : التجربة الاستطلاعية: وشملت (20) اداري من الأندية الرياضية.

ثالثاً: التطبيق : (112) اداري بنسبة مئوية (34.46 %) اداري من الأندية المستوفية لكل محافظة لشروط التسجيل في وزارة الشباب والرياضة بحسب كتاب وزارة الشباب والرياضة دائرة التربية البدنية والرياضة قسم الأندية الرياضية .

الاجراءات

"يحتاج الباحثان 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 الباحثان ما يناسب بحثه" (Fayez Jumaa , Al-Najjar et al, 2010) .

وهي الوسيلة التي يستطيع الباحثان بها حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات، من بيانات، عينات، أجهزة ولغرض حل مشكلة البحث اعتمد الباحثان على الوسائل الآتية:

- المراجع والمصادر العربية والأجنبية , المقابلات الشخصية, الزيارات الميدانية , الاستبيان

المقاييس

وهي " مجموعة من الخطوات التي يمكن أتباعها عند بناء المقياس وطريقة الربط بين مجالات المقياس لقياس الجوانب الكلية للمهارة أو السمة أو الصفة أو القدرة " (Muhammad & Radwan, 2002)، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان بالإجراءات والخطوات التالية:

3-2 تحديد الظاهرة المراد دراستها:

ينبغي تحديد الظاهرة المطلوب دراستها وأن يكون مفهومها.. والحدود واضحة والظاهرة التي هدف الباحثان إلى قياسها هي دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم

4-2 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 دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم ومن ثم أعداد مقياس يتصف بالشمولية والدقة .

5-2 اعداد الصيغة الأولية:

اعتمد الباحثان لبناء الصيغة الأولية للمقياس على الاطلاع على بعض المقاييس ذات العلاقة القريبة بموضوع البحث في مجال علم النفس والتعرف على طبيعة المواقف التي تمثل الفقرات والطريقة التي يصيغ فيها الفقرات، وبعدها قام الباحثان بصياغة فقرات المقياس، وقد حاول الباحثان إن يراعى وضوح الأسئلة والمضمون.. وعدم الاختلاف من قبل العينة في التفسير وكان عدد الفقرات المقترحة لمقياس دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم (18) فقرة مقترحة.

6-2 أسلوب صياغة الفقرات:

اعتماد الباحثان في اعداد الصياغة الاولى للفقرات على طريقة (ليكرت) ، ان هذه الطريقة تعد من .الطرق الشائعة في القياس لأنها تتميز بمميزات متعددة (Khair Al-Din & Essam Al-Hilali, 1997)

- سهولة استعمالها.
- ارتفاع درجة الثبات للمقياس و صدقه.
- تقلل من درجة التخمين وعامل الصدفة .

7-2 عرض المقياس على الخبراء:

بعد صياغة المقياس الأولية ، قام الباحثان بعرض المقياس دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم (18) فقرة مقترحة ، على مجموعة من الخبراء والمحكمين البالغ عددهم (16) محكماً من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الإدارة الرياضية ، وذلك من اجل بيان ملائمة الفقرات لقياس ما وضعت لأجله وتحكيم الفقرات والتعديل عليها بما يتناسب والمضمون وقد أبدى الخبراء بمجموعة من الملاحظات ، قام الباحثان بعد ذلك استخدام النسبة المئوية كمعيار لقبول الفقرات أو استبعادها ، أذ قبلت الفقرات المُتفق عليها (75%) فأكثر من الخبراء اذ يشير اليه (بلوم) إلى " إن على الباحثان الحصول على موافقة بنسبة (75%) فأكثر من آراء المحكمين "، وقد حصل الباحثان 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 المعنوية وهي تمثل (12) خبيراً من أصل (16) خبيراً وتم الاتفاق على استبعاد

(4) فقرات وبذلك أصبح مقياس نور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم (14) (فقرة مقترحة

2-8 تصحيح فقرات المقياس: مفتاح تصحيح المقياسين :

لغرض الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة تعطى أوزان مناسبة لبدائل عبارات المقياس , و من خلال جمع درجات المستجيب على سلم التقدير الخماسي نحصل على الدرجة الكلية لكل فرد , ومن خلال ذلك فان عبارات المقياس قد صيغت بالاتجاه الايجابي وقد تحددت أوزان عبارته من (5 الى 1) درجات لكل عبارة من عبارات المقياس, ولذا وضعت خمسة بدائل واستجابات متدرجة والجدول (7) يبين ذلك

جدول (2) يبين اوزان البدائل لعبارات مقياس

البدائل	اتفق دائماً	اتفق غالباً	اتفق أحياناً	اتفق نادراً	لا أتفق أبداً
القيمة الوزنية	5	4	3	2	1

2-9 مؤشرات صدق وثبات المقياس:

صدق المقياس:

والصدق هو مفهوم مهم في مجال القياس ويعد دليلاً إذا كان الاختبار يقيس السمة أو الظاهرة المراد قياسها، وعمد الباحثان استخدم الباحثان الطرائق التالية للتحقق من صدق المقياس:

صدق المحكمين: ويعد الصدق الظاهري أحد أنواع الصدق الذي يتضح من خلال محتويات استمارة المقياس ومن خلال العبارات في قياس الظاهرة المراد قياسها وذلك من خلال عرض هذه العبارات على الخبراء والمختصين وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقياس على الخبراء والمختصين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة والادارة الرياضية كما مر في عرض الصيغة الاولى للمقياس.

ثبات المقياس:

يشير ثبات الاختبار إلى الدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد في مرات الإجراء المختلفة، ومعنى هذا أن وضع الفرد بالنسبة لجماعته لا يتغير جوهرياً في هذه الحالة، ومن الطرق الإحصائية لتعيين معامل الثبات طريقة (الفا كرو نباخ)، استخدمت هذه الطريقة نظراً لكونها تُستخدم في أي نوع من أنواع الأسئلة الموضوعية والمقالية ، إذ استخرج الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق معادلة (الفا كرو نباخ) على أفراد عينة البناء البالغة (235) أداري باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) أذ تبين أن قيمة معامل الثبات لمقياس دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم (0.86) وهو مؤشر ثبات عالٍ، وبذلك يمكن اعتماد المقاييس أداة للبحث (Marcus, 2001)

2-10 التجربة الاستطلاعية: قبل البدء بالتجربة الرئيسية قاما الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية للتعرف على الصعوبات التي تواجه عملية التطبيق وطبق المقياس على (20) اداري من مجتمع البحث الأصلي.

2-11 التجربة الرئيسية:

بعد استكمال كل متطلبات وإجراءات تصميم المقياس أصبح المقياس دراسة تحليلية لدور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم (14) فقرة جاهز للتطبيق، إذ قام الباحثان بعد اكمال متطلبات

البناء والاعداد للمقياس بأجراء التجربة الرئيسية للمقياس اعلى عينة التطبيق البالغة (112) اداري ، وبعد تحليل الإجابة لأفراد العينة تم تحليل النتائج إذ أصبح لكل اداري درجة خاصة به.

3 عرض نتائج مقياس دور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف وتحليلها ونتائجها:

جنول (3)

يبين الوسط النظري والوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ مقياس دور الاعلام

الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم

المقياس	عدد فقرات البعد	الوسط النظري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الخطأ Sig
الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية	14	42	32.4982	2.7344	0.000

يبين الجدول (9) أن عدد فقرات المقياس دور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف (14) فقرات ، وبوسط نظري (42) ، بينما كان الوسط الحسابي لعينة البحث (32.4982) وبانحراف معياري (2.7344) ، ووجد إن الوسط النظري اكبر من الوسط المحسوب أي وجود فروق ولصالح الوسط النظري، وهذا يدل على ان كلمة الإعلام تعني الإخبار وتقديم معلومات، وهذا يعني وجود رسالة إعلامية (معلومات - اخبار - أفكار - آراء) يتم نقلها في اتجاه واحد من المرسل إلى المستقبل، أي حديث من طرف واحد، وبما ان المصطلح يعني نقل الافكار والاخبار والمعلومات والآراء، وبذلك فإن الإعلام يعني " عملية نشر وتقديم معلومات صحيحة وحقائق واضحة وأخبار صادقة وموضوعات دقيقة ووقائع محددة وأفكار منطقية و آراء راجحة للجماهير مع ذكر مصادرها خدمة للصالح العام ويعزو الباحثان إلى إن الاعلام الرياضي من الانشطة المهمة المستخدمة في تثقيف اللاعبين من النواحي المعرفية والفنية والسلوكية في الالعاب الرياضية كافة فضلا عن أسامها في توجيه الرأي العام ، وتسليط الضوء على كل ما يهم المجتمعات بالشؤون الرياضية.

وقد شهدت السنوات الأخيرة تطورا واضحا للإعلام الذي هيمن على الإنسان بشكل واضح وذلك بتطور التقنيات في عمليات الاتصال التي جعلت الاتصال ميسرا فبدأ يتعاظم الدور الذي تؤديه وسائل الإعلام كأدوات لنقل المعلومات والأخبار والترفيه والتوعية والتوجيه في تشكيل قيم الناس ومفاهيمهم وسلوكهم، كما يرى الباحثان ان الإعلام الرياضي يعتبر عاملاً مؤثراً في تطوير كرة القدم النسوية ورفع مستوى الاحتراف فيها. عندما يقوم الإعلام بتسليط الضوء على البطولات والبطلات والأحداث الهامة في كرة القدم النسوية، (Aldewan, 2005) مما يساهم في زيادة الوعي والاهتمام بهذه الرياضة. كما يلعب الإعلام دوراً حيوياً في نشر ثقافة المساواة بين الجنسين في الرياضة، وتشجيع الفتيات والنساء على ممارسة كرة القدم بشكل متقدم ومهني. بالإضافة إلى ذلك، يعمل الإعلام على توفير فرص الرعاية والدعم المالي للفرق واللاعبات النسوية، مما يساهم في تطوير بنية الرياضة وتحسين مستوى المنافسة. (Mahmoud et al., 2015) وفي النهاية.

يساهم دور الإعلام الرياضي في بناء هوية قوية لكرة القدم النسوية وزيادة شعبيتها، مما يعزز مكانتها واحترافها على المستوى العالمي. وهذا ما أكدته وتكون الرعاية الشهرة للحدث من خلال فانيلا اللاعب في وضع اسم الراعي على صدر القميص او السراويل لوصول اعلاناتهم لملايين المشاهدين من محبي كرة القدم والاهتمام بإيصال الرسائل الاعلامية الموجهة من خلال اللاعبين المحترفين ، وان الراعي للأحداث الرياضية يبحث عن الكيان الناجح الذي يستطيع من

خلاله الترويج عن منتجاته بصورة مثالية يصب في مصلحة النادي ويجلب للفريق الصفقات القوية سواء من اللاعبين او المواطنين ، المفروض في الرعاية أن المنفعة متبادلة بين النادي والراعي لكن كان مستوى الرعاية دون المستوى المطلوب وهذا له تأثير واضح على الدوري العراقي عامة واللاعبين خاصة

وقد تطورت وسائل الإعلام بشكل كبير في الاستخدام عبر العديد من الصناعات ، وأصبحت وسيلة شعبية خاصة في صناعة الرياضة ، والمؤسسات الرياضية تستخدم الآن عدداً متزايداً من منابر التواصل مثل الفيس ، تويتر ، يوتيوب ، إنستاجرام ، و Google + ، وهناك بعض وسائل الإعلام ومن خلال بعض البرامج التحليلية للمنافسات تستخدم اساليب ومقارنات بين اللاعبين ، لا تعتمد المهنية ومراعاة الجوانب النفسية للاعبين ، فهي تثير المشاعر لدى اللاعبين وبالاتجاه السلبي (Abdel-Rahman et al., 2022) ، وبأسلوب غير مقنن وبالتالي يكون توجه اللاعبين نحو الإعلام توجهاً فيه نوع من الخوف ، لذا تشعر اللاعبين بأن وسائل الإعلام تساهم في زيادة العصبية لديهم ، و تجعلها انعزالية ومتمردة او انفعالية، وتقوم بمقارنة اللاعبين لنتائجهم بنتائج من مستوى أعلى ، فتهمل روح الحماس والنفاؤل في نفسية اللاعبين ،

وهنا يشير (Mukhaif et al., 2023) أن الوظيفة الرئيسية للإعلام الرياضي هي إحاطة الجمهور بالمعلومات الدقيقة الصادقة والأخبار الصحيحة والتناول الموضوعي للحقائق والتي بدورها تساعد على تكوين رأي عام صائب في واقعة أو حادثة أو مشكلة أو موضوع هام يتعلق بالمجال الرياضي ، ومن وظائف الإعلام الرياضي بناء قاعدة الحركة الرياضية وتوسيعها ، و تقوم وسائل الاعلام بمحاولة كسب اتجاهات الناس ومواقفهم، أو تغيير بعضها لديهم، من خلال استغلال العوامل النفسية والعاطفية عند الافراد .

4. الاستنتاجات

الاستنتاجات:

- 1- تم التوصل الى بناء مقياس دور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق
- 2- ان الاعلام الرياضي بما يقدمه من دور فعال يسهم في رفع معنويات اللاعبين وبيان المستويات والأداء في الاحداث المحلية والعربية
- 3- ان الإعلام الرياضي يعتبر عاملاً مؤثراً في تطوير كرة القدم النسوية ورفع مستوى الاحتراف فيها.
- 4- أن الوظيفة الرئيسية للإعلام الرياضي هي إحاطة الجمهور بالمعلومات الدقيقة الصادقة والأخبار الصحيحة والتناول الموضوعي للحقائق والتي بدورها تساعد على تكوين رأي عام صائب في واقعة أو حادثة أو مشكلة أو موضوع هام يتعلق بالمجال الرياضي.

التوصيات :

- 1- يعد المقياس الحالي اداة للكشف عن مستوى دور الاعلام الرياضي في تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق
- 2- يقوم الإعلام الرياضي بصياغة الواقع الرياضي وتقديمه للجمهور حول الأحداث والقضايا والموضوعات الرياضية داخل المجتمع الرياضي
- 3- الإعلام الرياضي له القدرة عن طريق ما ينشره من احداث رياضية على تغيير الفكرة السابقة للرياضة النسوية من قبل البعض .

4- تشكل المنظومة الإعلامية الرياضية وحدة عضوية متكاملة وإن تعددت عناصرها وإجراءاتها ووحداتها وأجهزتها وفروعها وموضوعاتها مع الأخذ بالحسبان أن تنوع أسلوب وسائل الإعلام الرياضي لا يعني تنافر وتناقض هذه الوسائل، بل تعني وحدتها وتكاملها.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في الإداريين العاملين في الهيئات الرياضية للأندية

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

اسراء ناظم محمد Ashaalyasen@gmail.com

REFERENCES

- Abdel-Rahman, M. A.-Q., Hammad, S. H., & Mikhlif, A. K. (2022). The impact of compound exercises using simulation tools in developing the accuracy of handling and scoring skills for soccer players. *Sciences Journal Of Physical Education*, 15(6).
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Adnan Awad. (2008). *Scientific Research Methods*. Arab Marketing and Supplies Company.
- Aldewan, L. H. (2005). The most important obstacles facing girls' clubs in Iraq. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 17.
- Fayez Jumaa Al-Najjar et al. (2010). *Scientific research methods – an applied perspective: Vol. 2nd edition*. Dar Al-Hamid.
- Khair Al-Din, A. O., & Essam Al-Hilali. (1997). *The Mathematical Meeting*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- MANDOOB, M., ABDALHALEEM, N., & YOUSIF, K. A. (2024). AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING (Vol. 23).
<https://idpr.org.uk/index.php/idpr/article/view/135>
- 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.
- Marcus, M. H. (2001). *Building and standardizing the burnout scale among handball players [Master's thesis]*. University of Baghdad.
- Mashkoor, N. H., & Mohammed, L. H. (2017). Study the level of social interaction and its relationship to aggressive behavior on the field for some youth teams. *Scientific Journal of Sports Science and Arts*, 16(016), 59–67.

Muhammad, H. A., & Radwan, M. N. al-D. (2002). Measurement in Physical Education and Sports Psychology. Dar Al-Fikr Al-Arabi.

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.

مقياس دور الاعلام في تطبيق لائحة الاحتراف النسوي في العراق بكرة القدم

ت	الفقرات	اتفق دائماً	اتفق غالباً	اتفق احياناً	اتفق نادراً	لا اتفق ابداً
1	تؤثر وسائل الاعلام الرياضي على ثقة اللاعبين بأدائهم ومستوى الثقة في النفس أثناء المباريات					
2	يوجد استراتيجية إعلامية واضحة لدعم الاحتراف النسوي					
3	يوفر الاعلام الرياضي فرصاً لتعريف اللاعبين وبناء صورة إيجابية عنهم خارج الملعب.					
4	تعتبر الدعاية والاعلانات والمقابلات الرياضية جزءاً من الدعم الإعلامي الذي يساهم في تعزيز احترافية اللاعبين.					
5	يوجد تواصل فعال بين الاعلام الرياضي والنادي لتحقيق تغطية إعلامية منصفة ومتوازنة للأحداث الرياضية النسوية					
6	يسلط الاعلام على نقاط القوة والضعف للاحتراف النسوي					
7	تعتبر العلاقة بين الاعلام الرياضي واللاعبين عاملاً مهماً لفهم الأداء والضعفات الخارجية التي قد تؤثر على أدائهم					
8	يؤثر نوعية التغطية الإعلامية والتقديم للأخبار الرياضية على دافعية اللاعبين لتقديم أداء مميز.					
9	ينشر الاعلام الرياضي كافة المعلومات والحقائق للاعبين المحترفة.					
10	يعتبر الاعلام جزءاً مهماً في تعزيز الوعي الرياضي وجذب المشجعين والرعاة للنادي.					
11	يؤثر تقديم تحليلات متخصصة وموضوعية عن أداء الفريق واللاعبين على تطوير مهاراتهم وتحسين الأداء.					
12	يُعتبر الاعلام الرياضي جزءاً من التحديات التي تواجه اللاعبين وكيف يمكن تحسينه لدعم تطويرهن المهني؟					
13	هل تُعتبر الشراكات الإعلامية مع القنوات والصحف جزءاً أساسياً من استراتيجية التسويق للفرق واللاعبين؟					
14	هل تلعب التقارير الإعلامية عن التدابير الأمنية والصحية دوراً في تعزيز راحة اللاعبين ومشاركتهن بشكل آمن؟					



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of educational exercises using some auxiliary tools in learning the technical performance of the high jump event for female students

Amal Rossi Zoboon ¹ 

Intisar Awad Ali ²  

University of Baghdad / College of Physical Education and Sports Sciences for woman^{1,2}

Article information

Article history:

Received 6/10/2024

Accepted 15/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Educational exercises, auxiliary tools, high jump activity, performance learning

Abstract

The aim of the research was to prepare educational exercises using some auxiliary tools in learning the technical performance of the high jump activity for female students. The researchers used the experimental method and the research sample was (20) female students in the first stage divided into two experimental and control groups. Educational exercises were used with auxiliary tools for the experimental group for a period of (4 weeks) at a rate of two educational units per week. The researchers concluded that using auxiliary tools in learning worked to provide time and effort in delivering the scientific material, which helped female students to interact with the educational material. The researchers recommended adopting educational exercises using auxiliary tools by teachers of the College of Physical Education and Sports Sciences when teaching the high jump activity to female



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارينات تعليمية باستخدام بعض الادوات المساعدة في تعلم الاداء الفني لفعالية القفز العالي لطلقات

انتصار عويد علي²



امل روسي زبون¹



جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات^{1,2}

الملخص

هدف البحث الى إعداد تمارينات تعليمية باستخدام بعض الادوات المساعدة في تعلم الاداء الفني لفعالية القفز العالي للطلقات , واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي وكانت عينة البحث هم (20) طالبة في المرحلة الاولى مقسمين الى مجموعتين تجريبية وضابطة , واستعملت تمارينات تعليمية بالأدوات المساعدة للمجموعة التجريبية لمدة (4 أسابيع) بواقع وحدتين تعليمية في الأسبوع واستنتجت الباحثتان استخدام الادوات المساعدة في التعلم عمل على توافر الوقت والجهد في إيصال المادة العلمية مما ساعد الطالبات على التفاعل مع المادة التعليمية , واوصت الباحثتان اعتماد التمارينات التعليمية باستخدام ادوات مساعدة من قبل مدرسي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية عند تعليم فعالية القفز العالي للطلقات.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/6

القبول : 2024/11/15

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

تمارينات تعليمية , ادوات مساعدة , فعالية القفز العالي , تعلم الاداء

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعد التقدم العلمي طريق الباحثين الى تقديم ما هو مفيد للمجتمع وما يهتما هنا هو المجال الرياضي الذي ظهر فيه تطور في طرائق التدريب ووسائله المستخدمة , حيث تعد عملية التعلم مثمرة وذات نتائج معززة من خلال استعمال اداة المساعدة كما في دراسة (N. Mashkoor et al., 2019), لذا اصبح استخدام الادوات المساعدة جزءا مكملا للعملية التعليمية والتدريسية وأن الأسلوب الوحيد لتعلم مستوى الاداء هو ما يقضيه المتعلم من ساعات عديدة عن الانتظام في الممارسة وتكرار الأداء للوصول إلى مرحلة إتقان المهارة , لذا جاء استعمال الاداة المساعدة في درس الساحة والميدان ضروريا بسبب ما يتطلبه الدرس من الحركات الاساسية في الأداء الفني بكل فعالية , فيحتاج المدرس في درس الساحة والميدان إلى ادوات تساعده في تطبيق مناهجه التعليمية, فان تثبيت مرحلة التعلم وتطور الأداء والتنوع في استعمال الاداة التعليمية المساعدة (Saad et al., 2023) تعد إحدى العوامل المساعدة في العملية التعليمية من اجل الحصول على نتائج أفضل في مستوى أداء الطالبات , وفعالية القفز العالي كما في دراسة (mashkoor, 2015) هي إحدى الفعاليات المميزة بألعاب القوى, وفيها تكرر وممارسة المراحل الفنية والتكرار الصحيح مصحوبة بالتغذية الراجعة (Hammad, 2022) من اجل الوصول إلى انسيابية عالية في ترابط مراحل أداء هذه الفعالية وما ينسجم بها واقتصادية الأداء بدرجة عالية , وتكمن أهمية البحث اعداد تمارين تعليمية باستخدام ادوات مساعدة في عملية التعلم مما تساعد على تطبيق المراحل الفنية وتوظيف هذه الادوات في تطبيق مفردات المناهج التعليمية من اجل جعل العملية التعليمية مثمرة وتحقيق أهداف التعلم .

1-2 مشكلة البحث:

من الملاحظ أن فعالية القفز العالي لا يتعدى الأداء فيها بضع ثوان إلا أن فيها تفاصيل كثيرة بدءاً من مرحلة الركضة التقريبية وحتى مرحلة الهبوط , ومن خلال خبرة الباحثان في المجال الاكاديمي لاحظنا من أسباب ضعف الأداء لدى الطالبات فعالية القفز العالي هو إن الحركة تكون غير مترابطة فنياً مع تسلسل مراحل الاداء لتي تعد صعبة نظرا للتعامل مما يعني ضرورة الاستفادة بشكل دقيق من مراحل التكنيك وتطبيقها بشكل علمي وعملي اعتمادا على الادوات المساعدة من اجل تقويم المسار الحركي , لذلك ارتأى الباحثان دراسة هذا الموضوع للتعرف على مدى الفائدة من اعداد تمارين تعليمية باستخدام الادوات المساعدة وتصحيح الأخطاء خلال مراحل الأداء الفني بالقفز العالي من أجل تحقيق اداء أفضل.

1-3 اهداف البحث:

- 1- إعداد تمارين تعليمية باستخدام بعض الادوات المساعدة في تعلم الاداء الفني لفعالية القفز العالي للطالبات
- 2- التعرف على تأثير تمارين تعليمية باستخدام بعض الادوات المساعدة في تعلم الاداء الفني لفعالية القفز العالي للطالبات

1-4 فروض البحث:

- 1- ان للتمارين التعليمية اثرا ايجابيا في تعلم مستوى الاداء الفني لفعالية القفز العالي

1 . 5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الاولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي 2023-2024.
- 1-5-2 المجال الزماني : المدة الممتدة من 22 / 2 / 2024 لغاية 4 / 4 / 2024
- 1-5-3 المجال المكاني: الملعب الخاص لدرس الساحة والميدان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد

2 . منهج البحث وإجراءاته

2.1 منهج البحث

استعملت الباحثتان المنهج التجريبي (بتصميم المجموعتين التجريبية وضابطة) لملاءمته طبيعة المشكلة.

2.2 مجتمع وعينة البحث

تكونت عينة البحث من طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد للعام الدراسي 2023-2024 والبالغ عددهن (20) طالبة من مجموع (85) طالبة من مجتمع الاصل حيث بلغت نسبة العينة (23%) من مجموع طالبات المرحلة الاولى، واستخدمت الباحثتان الطريقة العمدية في اختيار شعبتين من بين (4) شعب التي مثلت مجموع شعب طالبات المرحلة الاولى بطريقة القرعة وكانت نتيجة القرعة اختيار شعبتي (ب،جـ) وقسمت العينة الى مجموعتين مجموعة التجريبية 10 طالبات والمجموعة الضابطة 10 طالبات بطريقة القرعة ، إذ نفذت المجموعة الضابطة المنهج التعليمي المتبع من قبل المدرس، إما المجموعة التجريبية اعتمدت المنهج التعليمي من قبل الباحثتان .

2-3 - تجانس العينة:

جدول (1)

تجانس أفراد عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	متر	158.112	158.000	0.437	0.213
الوزن	كغم	54.254	54.000	0.389	0.186
العمر	سنة	19.101	19.000	0.931	0.354

قيمة معامل الالتواء تنحصر بين ± 1 مما يدل على توزيع المجتمع توزيعاً اعتدالياً

2-4 التكافؤ:

الجنول (2)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة المحسوبة	مستوى الخطأ	الدالة الاحصائية
		س	ع	س	ع			
الاقترب	درجة	5.123	0.123	4.567	0.0673	1.734	0.063	غير دال
النهوض	درجة	6.233	0.525	5.654	0.0298	1.091	0.371	غير دال
الطيران	درجة	5.501	0.499	5.010	0.0515	0.954	0.398	غير دال
الاجتياز	درجة	4.511	1.741	4.001	0.452	0.489	0.627	غير دال
الهبوط	درجة	5.501	2.471	5.007	1.781	2.476	0.443	غير دال

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 18

2-5 . وسائل جمع المعلومات وأدواتها المستعملة:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية، شبكة المعلومات الدولية، الملاحظة، الاختبارات والقياس، ميزان طبي لقياس الكتلة صيني الصنع، شريط قياس معدني، حاسبة الكترونية محمولة DeLL، ساعة توقيت نوع (Casio) يابانية الصنع عدد (3)، حاسبة يدوية نوع (Casio)، صافرة عدد 1 ، أقراص ليزيرية C.D ، شاخص مطاطي بارتفاع 40 سم عدد 40 ، اقمار عدد 60 ، حواجز عدد 20 ، مصاطب عدد 10 ، حبال مطاطية ، جهاز القفز العالي (بساط وحالات عدد (2) وعارضة ألومنيوم) ، ملعب الساحة والميدان

2-6 قياس مستوى الاداء الحركي

قامت الباحثتان بتحليل مستوى الاداء الحركي ثم قامت بأعداد استمارة استبيان تم فيها تقسيم المراحل الحركية لفعالية القفز العالي وتم عرضها على عدد من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال ألعاب القوى الملحق (1) لتحديد درجة لكل قسم من اقسام الفعالية ، مع توزيع درجة كل قسم على المفردات الموجودة فيه وعلى وفق اسلوب أجزاء الحركة من الفعالية على ان تكون الدرجة لكل قسم (10درجة) من اجل تقويم الاداء الفني من قبل السادة المحكمين في الاختبارين القبلي والبعدي وعلى ضوء ذلك تم تقسيم مراحل الاداء الفني لفعالية القفز العالي الى (مرحلة الاقتراب ، مرحلة النهوض، مرحلة الطيران ، مرحلة الاجتياز ، مرحلة الهبوط) .

2-7 التجربة الاستطلاعية

وأجرت الباحثتان التجربة الاستطلاعية بتاريخ 22 / 2 / 2024 على الملعب الخاص بألعاب الساحة والميدان وأجريت هذه التجربة على (4 طالبات) من عينة البحث إذ شملت التجربة إجراء عملية تصوير الاداء الحركي (الفني) فيما يتعلق بفعالية القفز العالي وكان الهدف من التجربة ما يأتي .

1 - التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة أي (ارتفاع آلة التصوير، زاوية التصوير، مسافة آلة التصوير عن جهاز القفز العالي) .

2 - التأكد من تفهم فريق العمل لتنفيذ الاختبارات والقياسات

3- التأكد من سهولة تطبيق الاختبارات ومدى ملائمتها لمستوى العينة

4- معرفة المعوقات التي قد تظهر وتلافي حدوث الاخطاء والتدخل في العمل

4 - حساب الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات

2.8 إجراءات البحث الميدانية

2.8.1 الاختبارات القبليّة

تم إجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ 25 / 2 / 2024 على ملعب ألعاب القوى، بإعطاء محاولات تجريبية لكل طالبة بعد عملية الإحماء العام والخاص لغرض الاستعداد ، تم إجراء الاختبار القبلي على أفراد العينة وذلك عن طريق إعطاء (3) محاولات لكل طالبة وتصوير أداء المحاولات الثلاث من اجل تقويم الاداء الفني لكل طالبة ، واستخدم الباحثتان آلة تصوير فيديو مثبتة على بعد (5) امتار عن مكان الاداء وعلى ارتفاع (1) متر اذ تعد آلة التصوير الفيديوية من الاجهزة ذات الاهمية في المجال الرياضي وتمت عملية التصوير على الاختبار القبلي وبعد الانتهاء من اختبار الاداء الفني قام الباحثتان بعرض الاداء بواسطة (الفيديو) على السادة المقيمين، الملحق (2) بعد اعطائهم استمارة تقويم فن الاداء التي قامت الباحثة بأعدادها لهذا الغرض، الملحق (3) وقام الخبراء بإعطاء درجة من (10) لكل مرحلة من مراحل الاداء فضلا عن اختيارهم افضل المحاولات الثلاثة لكل طالبة من اجل تقويمها وذلك عن طريق الاعادة والعرض البطيء لاكثر من (5) مرات بواسطة الكاميرا وتم استخراج الوسط الحسابي بين درجات الخبراء لكل طالبة ،

وبإشراف الاستاذ المشرف والباحثة ومدرس المادة مع فريق العمل المساعد بتسجيل المحاولات الثلاثة واحتساب افضل اداء فني لكل طالبة فضلا عن تطبيق كافة بنود القانون في اداء فعالية القفز العالي .

2. 9 تطبيق التمرينات التعليمية (المنهج التعليمي)

- احتوى القسم الرئيسي للوحدة التعليمية على مجموعة من التمرينات التعليمية الخاصة التي أعدتها الباحثتان مع استعمال الادوات المساعدة، وقد بدأ تطبيق التمرينات التعليمية ضمن الوحدة التعليمية بمساعدة مدرسي المادة وبإشراف الباحثتان على سير العمل، وقد اعتمدت الباحثتان الشروط الأساسية
- لوضع التمرينات التي تخدم الهدف الذي وضعت من اجله الدراسة، لذا قامت الباحثتان بما يلي :
- بإعداد التمرينات التعليمية لتحسين الأداء الفني لفعالية القفز العالي.
- راعت الباحثتان مفردات خطة الدرس التي وضعها مدرس المادة .
- اشتملت التمرينات التعليمية المعدة على بعض التمرينات الخاصة لعضلات الرجلين ، والذراعين والهدف منها هو تحسين بعض المراحل الفنية لفعالية القفز العالي .
- بدأت التمرينات التعليمية للأداء الفني بتاريخ 2024 / 3 / 31 ولغاية 2024 / 3 / 31 .
- استغرق تطبيق التمرينات التعليمية (4) أسابيع و بواقع وحدتين تعليمية أسبوعيا أي مجموع (8) وحدة تعليمية خلال مدة التجربة الرئيسية ، وحددت الباحثتان (60) دقيقة من كل وحدة تعليمية في الجزء الرئيسي والزمن الكلي للوحدة التعليمية (120) دقيقة.
- مراعاة عدد التكرارات بما يناسب عينة البحث .
- تحديد مدة الراحة بين التكرارات وعلى زمن أداء التمرين .
- يكون تعلم العينة من قبل مدرسي المادة وتحت إشراف الباحثتان .
- حرصت الباحثتان على استخدام الادوات المساعدة عند تطبيق التمرينات التعليمية .

2. 10 الاختبارات البعيدة:

أجرت الباحثتان بالظروف نفسها التي أجرت بها الاختبارات القبلية ، بتاريخ 2024 / 4 / 4 على الساحة الخاص بألعاب الساحة والميدان .

2. 11 الوسائل الإحصائية

استعانَت الباحثتان بالحقيبة الإحصائية (SPSS) لإيجاد المعالجات الإحصائية المناسبة .

3-1 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية :

الجنول (3)

يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

اسم المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		ع ف	قيمة T المحسوبة	مستوى الخطأ	الدالة
		ع	س	ع	س				
الاقتراب	درجة	5.1	1.5	6.087	1.576	0.465	4.765	0.001	معنوي

معنوي	0.000	3.282	3.734	2.641	7.021	2.7	6.2	درجة	النهوض
معنوي	0.001	5.734	2.687	1.787	6.012	0.9	5.5	درجة	الطيران
معنوي	0.002	4.867	2.859	1.942	5.431	0.5	4.5	درجة	الاجتياز
معنوي	0.001	6.243	3.478	2 2.467	6.004	3.6	5.5	درجة	الهبوط

3-2 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة :

الجدول (4)

يبين نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

الدالة	مستوى الخطأ	قيمة T المحسوبة	ع ف	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	اسم المتغير
				ع	س	ع	س		
معنوي	0.001	7.567	0.834	1.778	5.125	1.562	4.567	درجة	الاقتراب
معنوي	0.002	5.621 5.673	1.389	2.675	6.561	3.897	5.654	درجة	النهوض
معنوي	0.002	6.794	0.6631	1.773	6.001	1.143	5.010	درجة	الطيران
معنوي	0.001	4.857	0.2783	1.534	4.632	0.6761	4.001	درجة	الاجتياز
معنوي	0.003	4 2.621	0.3213	5.795	5.502	2.492	5.007	درجة	الهبوط

3-3 عرض وتحليل نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي:

الجدول (5)

يبين نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي

ت	المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الخطأ	الدالة
			ع	س	ع	س			
1	الاقتراب	درجة	1.597	7.126	1.412	6.311	3.667	0.002	معنوي
2	النهوض	درجة	2.821	8.011	2.743	7.134	2.798	0.004	معنوي
3	الطيران	درجة	1.634	7.004	2.665	6.501	4.315	0.002	معنوي
4	الاجتياز	درجة	2.718	6.732	2.832	5.721	2.198	0.006	معنوي
5	الهبوط	درجة	3.245	7.043	3.781	6.008	3.856	0.004	معنوي

3-4 مناقشة نتائج الفروق بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي:

تمريعات تعليمية باستخدام بعض الأدوات المساعدة في تعلم الاداء الفني لفعالية القفز العالي للطالبات يظهر من الجدول (5) ان هناك فروق دالة معنوية بين بين المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في الاداء الفني لمرحل تسلسل الحركي لفعالية القفز العالي للطالبات , ان التمرينات المعدة من حيث التقسيم الزمني والاختيار المناسب للتمرينات وتوزيعها على جميع أجزاء الجسم بصورة متوازنة (Dapena & Flickin, 2006), هذا يعني أن هناك تأثيراً واضحاً في تعلم أداء خطوات الاقتراب الصحيحة والمناسبة فضلاً عن استخدام الأدوات المساعدة (الاقمار) التي أدت إلى زيادة عامل التشويق والرغبة في الأداء مما ساهمت في اكتساب خطوات الاقتراب (Hammod-Lec & Easa, 2024), وعند تعليم أية فعالية يتم وضع المتعلم في موقف تعليمي لكي يكون لديه الاستعداد الذهني والنفسي لاكتساب خبرات معينة تناسب قدراته واستعداداته من خلال وجوده في هذه البيئة التعليمية (Schmidt & Lee, 1999) إن مرحلة النهوض هي من أهم المراحل الفنية التي تلعب دوراً أساسياً في تكامل الأداء وتحقيق الهدف الأساسي من أداء مهارة القفز العالي ، فهي تعد نقطة الربط الصحيح بين ما يتحقق من سرعة خلال مرحلة الاقتراب وبين ما يجب أن يتحقق من هذه السرعة خلال الانطلاق ، ويزيد من السيطرة والتحكم بمحيط الأداء وإعطاء فرصة لتركيز حول الأماكن الصعبة في الأداء قبل تنفيذها وتكرارها (Ali et al., 2020) إن الاداة المساعدة (مصاطب) تساهم في اكتساب المهارة الحركية بسرعة إذ ان من خلال المشاهدة وعند ممارسة هذا الأداء يتمكن المتعلم من متابعة مكونات المهارة وتقليدها، ويلمس نواحي القوة والضعف فيها مما يساعد على استبعاد الحركات الخاطئة و تدعيم الصحيح فيها و تساهم الاداة المساعدة على تحفيز المتعلمات على زيادة مستوى التركيز والاندماج في عملية التعلم (Schmidt & Lee, 1999) , الى ان الأدوات المساعدة هي أدوات للتعلم تساعد في اكتساب الخبرات والمهارات لاكتساب مسار حركي , خاصة عندما يتعلق الأمر بالطالبات المشاركات في رياضات تتطلب تفاعلاً مستمراً بين الاداء الحركي للفعالية (F. A. W. Easa & Amara, 2024) ، إن مرحلة الطيران هي أيضاً واحدة من المراحل الفنية التي تحدد المسار النهائي لمركز ثقل الجسم وتتحدد هذه المرحلة بالاستناد لما تحقق من قوة دفع لحظة النهوض ونقل حركي صحيح (Tidow, 1993) (N. H. Mashkoor, 2010), وأن التأثير المباشر في التوافق الحركي للمهارة لا يمكن أن يحدث من استقبال المعلومات وهضمها فقط بل عن طريق التدريب والممارسة الفعلية للأداء حيث تعمل الأدوات المساعدة مثل (المصاطب والحواسز بارتفاع 40 سم) على إكساب المتعلم صفة الإحساس والشعور بالمهارة الحركية من خلال الأداء الفعلي للمهارة فضلاً عن استخدام التغذية الراجعة أثناء العرض وأثناء التطبيق العملي (Al-Dulaimi & Easa, 2023) , إن مرحلة اجتياز العارضة هي أيضاً واحدة من المراحل الفنية المهمة التي تحدد النجاح في الأداء من عدمه , حيث تتحدد هذه المرحلة بما يتم تحقيق من طيران فعال تستطيع الطالبة أن تجعل مركز ثقله بأعلى ارتفاع ممكن ليتمكن من تحقيق الحركات الخاصة بأجزاء الجسم والتخلص من العارضة أثناء اجتيازها (L. D. F. A. W. Easa, 2021)

وهذا ما تم التأكيد عليه ومتابعته من خلال استخدام الأدوات التعليمية المساعدة (حبال مطاطية للعارضة) لتجنب الإصابة فضلاً عن استخدام التغذية الراجعة أثناء التطبيق (Mashkor, 2011), فضلاً عن أسلوب التعلم بالعرض التعليمي التوضيحي يعطي فرصة ايجابية لفهم مكونات هذا الأداء المهاري وإمكانية تطبيقه عملياً وبالتالي يعطي تأثيراً فعالاً في رفع مستوى الأداء الحركي للمهارات (F. A. W. Easa et al., 2022) , إن مرحلة الهبوط أنها تعبر عن نجاح المراحل السابقة التي تحقق بنجاح والتي تعطي الإمكانية العالية لاستمرار الجسم بالهبوط بانسيابية وأمان وبدون أن يحدث أي أصابه عند مس البساط أو الخروج عن البساط والسقوط على الأرض كما حدث عند بعض أفراد المجاميع

التجريبية ، حيث عملت الاداة المساعدة (ابسطة اسفنجية) على تفهم أفراد المجاميع التجريبية على أهمية الهبوط الجيد(Issa et al., 2024) , نظرا لكون أن مراحل أداء القفز العالي تشكل مراحل جديدة وتتميز بنوع من التعقيد الذي تجابههم إنشاء القفز (Eisa & Qasim, 2024) , والذي يتطلب من الطالبات أن تشعر بالأداء الصحيح في كل المفاصل العاملة لمختلف أجزاء جسمه سواء أثناء الاقتراب أو النهوض أو الاجتياز للتخلص من العارضة بدون حدوث أخطاء يمكن أن تؤدي إلى فشل المحاولة ، وأخيراً عند الهبوط وقدرة الطالبة على الربط الصحيح بين هذه المراحل من أجل إنجاح الواجب الحركي(Hamad et al., 2024) ، بالإضافة الى ان قدرة الطالبات اصبحت ايجابية على التعلم ثم الاداء بصورة افضل ومعرفة مستوى التعلم الحاصل من خلال الاداء (KAREEM, n.d).

حيث إلى الوحدات التعليمي المقرر وما يحتويه من وحدات تعليمية وتغذية راجعة خاصة وما يستخدم من تمارين مكملية ومساعدة أثناء الدرس (Mashkor, 2017)، مما جعل ذلك ان ترتقي إلى مستوى الطموح (Othman, 2009)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1- حققت المجموعة التجريبية تحسناً في مستوى الاداء الفني لفعالية القفز العالي من خلال المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي .

2- ان استخدام تمارين تعليمية باستخدام ادوات مساعدة تعمل على تحسين فعالية القفز العالي لعينة البحث .

3- أن استخدام ادوات مساعدة في التعلم عمل على توافر الوقت والجهد في إيصال المادة العلمية مما ساعد الطالبات على التفاعل مع المادة التعليمية وتحسين مستوى أدائهم الاداء الفني فضلاً عن المستوى الرقمي لهم .

2-4 التوصيات:

1- اعتماد التمارين التعليمية باستخدام ادوات مساعدة من قبل مدرسي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة عند تعليم فعالية القفز العالي للطالبات.

2- اجراء بحوث مشابهة في فعاليات العاب القوى .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي

2024-2023

تضارب المصالح

تعلن المؤلفتان انه ليس هناك تضارب في المصالح

أمل روسي زبون Amal.rosi2204p@copew.uobaghdad.edu.iq

References

- Al-Dulaimi, R. F. M., & Easa, D. F. A. W. (2023). The effect of effort perception training according to race speed rhythm control for developing speed endurance, adapting maximum heart rate, and achieving 3000 m running/hurdles for men. *Int J Physiol Nutr Phys Educ*, 8(2), 556–558.
<https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.22271/journalofsport.2023.v8.i2h.2850>
- Ali, A. N., Easa, F. A. W., & AbdulRida, B. K. (2020). The Impact Of Exercises Strongly In The Atmosphere Of Competition In The Development Of Some Biomechanical Capabilities And Functional Indicators And The Achievement Of The 1500–Meter Youth. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 7(06).
- Dapena, J., & Flickin, T. K. (2006). Scientific services project–high jump. *Biomechanics Laboratory, Dept. of Kinesiology, Indiana University*.
- Easa, F. A. W., & Amara, S. (2024). The effects of high–intensity physical exercise on the achievement of a 1,500–meter man running competition, maximal heart rate, and the development of personal tolerance. *Journal of Physical Education*, 36(2).
[https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(2\)2024.2173](https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(2)2024.2173)
- Easa, F. A. W., Shihab, G. M., & Kahdim, M. J. (2022). the Effect of Training Network Training in Two Ways, High Interval Training and Repetition To Develop Speed Endurance Adapt Heart Rate and Achieve 5000 Meters Youth. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 17(4), 239–241.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8570543>
- Easa, L. D. F. A. W. (2021). The Effect of Lactic Endurance Training on Developing Speed Endurance, Lactic Acid Concentration, and Pulse after Effort and Achievement for 1500m Junior Runners. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 25(6), 10008–10013.
<http://www.annalsofrscb.ro/index.php/journal/article/view/7335>
- Eisa, F. A. W., & Qasim, A. M. A. (2024). The effect of physical effort training on developing some physical and physiological abilities and achievement of men's 200m runners. *Modern Sport*, 212–221. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.54702/ggvbnm28>
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.

- Hammad, S. H. (2022). The effect of cognitive exercises with educational technology in developing the ability to shift attention and performing counterattack skills in fencing. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 5(25).
- Hammood-Lec, L. A. A. H., & Easa, F. A. W. (2024). Exercises with varying training volume scheduling to develop explosive power and some functional indicators of the kidneys in handball players. *Iraqi Journal of Humanitarian, Social and Scientific Research*, 4(13A). <https://www.iasj.net/iasj/article/311094>
- Issa, F. A. W., Mohaif, S. M., & Kadhim, M. J. (2024). The effect of functional strength training according to gradually increasing load in developing some physical abilities and achievement for men's 100-meter competition runners. *Journal of Physical Education*, 36(2). [https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.37359/JOPE.V36\(2\)2024.2158](https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.37359/JOPE.V36(2)2024.2158)
- KAREEM, S. (n.d.). The effect of special exercises according to the capillary bifurcation in developing the special endurance and achievement capabilities of 800 meter runners. *Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation*, 32, 3.
- Mashkoor, N. H. (2010). The relationship between the angle of departure from the starting support and the time of abandonment and the average speed of the first stage (speed increase). *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 27. <https://www.iasj.net/iasj/article/53710>
- mashkoor, N. H. (2015). The impact of cross-training on Albyukinmetekih variables and achievement of the effectiveness of the high jump. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 44, 286–298. <https://www.iasj.net/iasj/article/108034>
- Mashkoor, N., Qusay, A., & 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. <https://www.iasj.net/iasj/article/196042>
- Mashkor, N. H. (2011). The impact of physical training in skills to some corners of the performance characteristics of players Fencing. *Modern Sport*, 10(15). <https://www.iasj.net/iasj/article/30585>
- 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.
- Othman, I. A. (2009). The effect of special exercises on the development of some physical fitness traits for a discus thrower. *Al-Fath Journal of Educational and Psychological*

Research, 13(3), 1–9.

<https://alfatehjournal.uodiyala.edu.iq/index.php/jfath/article/view/1824>

Saad, H. M., Sabar, H. J., & Hamad, S. H. (2023). The effect of compound exercises with rubber tools on motor coordination, agility, and some offensive skills of young foil fencers. *Wasit Journal Of Sports Sciences*, 16(3).

Schmidt, R. A., & Lee, R. D. (1999). Motor control and learning, 3rd. *Human Kinetics, Champaign, IL*.

Tidow, G. (1993). Model technique analysis–Part VIII the flop high jump. *New Studies in Athletics*, 8, 31.

الملحق رقم (2)

استمارة تقويم الاداء الفني فعالية القفز العالي للطالبات

10 درجة الهبوط		10 درجة اجتياز		10 درجة طيران		10 درجة النهوض		الاقترب 10 درجة		المراحل الفنية الاختبار
ب	ق	ب	ق	ب	ق	ب	ق	ب	ق	
										1
										2
										3
										4
										5
										6
										7
										8
										9
										10
										11
										12
										13
										14
										15
										16
										17
										18
										19
										20

نموذج الوحدة التعليمية

الأسبوع الأول

نموذج مختار لوحدة تعليمية لفعالية القفز العالي

الهدف التعليمي : مرحلة الركضة التقريبية وتحديد قدم الارتقاء «القوية»

الهدف التربوي : تعويدهم على العمل الجماعي .. تعزيز اتجاه المسؤولية

اليوم والتاريخ : 2024/ / زمن المحاضرة : 120 دقيقة زمن

القسم الرئيسي : 90 دقيقة

الأدوات : جهاز القفز العالي أشرطة ملونه , صافرة , اقماع , حواجز , مصاطب .

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	محتوى الوحدة التعليمية	الملاحظات
1	القسم التحضيري	25 دقيقة		
	المقدمة	5 دقيقة	الوقوف نسقا واحدا لتسجيل الغياب وأداء التحية .	التأكيد على الحضور والوقوف المنظم وضبط المسافات بين الطالبات ثم التأكيد على تأدية التمرينات البدنية بشكل صحيح .
	الإحماء العام	8 دقيقة	تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم .	
	الإحماء الخاص	12 دقيقة	تمارين متنوعة وشاملة لكل الجسم تخدم القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية .	
2	القسم الرئيسي	90 دقيقة		التأكيد على فهم الطالبات النواحي الفنية للأداء وشرح وعرض .
	النشاط التعليمي	20 دقيقة	عرض وشرح تعلم مرحلة الركضة التقريبية من قبل المدرس في ميدان الفعالية مع التطبيق الفعلي للفعالية الأساسية لتثبيت الثقة والتكيف مع البيئة الجديدة وذلك بعرض المهارات من قبل نموذج مصور ومن خلال جهاز الحاسوب، ويصاحب ذلك عملية الشرح للمهارات من قبل مدرس المادة.	
	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	محتوى الوحدة التعليمية	

<p>التأكيد على أداء التمارين بشكل جيد وتصحيح الأخطاء التي تحدث ولا يسمح للطلاب الانتقال من تمرين الوحدة التعليمية الى أخرى الا بعد ان تصل الى مستوى التمكن المطلوب من تقان المهارة .</p>	<p>تمرين (1) تطبيق مرحلة الركضة التقريبية تمرين (2) المشي لخطوات لمعرفة القدم القوية تمرين (3) الركض 5 خطوات لمعرفة القدم الناهضة تمرين (4) الركض 7-8 خطوات او اكثر حسب الطالبة من البدا العالي ووضع قدم الارتقاء على اللوحة تمرين (5) الركض 8-9 خطوات على رؤوس الأصابع حتى خطوة النهوض</p>	<p>70 دقيقة</p>	<p>النشاط التطبيقي</p>	
<p>التغذية الرجعة ويتم النقاش مع المدرس عن طريق كيفية تعلم واعادة فهم التدريس التي وجهت لهم بالجانب التعليمي للوصول الى الاجابة الصحيحة.</p>	<p>لعبه ترويحيه مع تحية الانصراف</p>	<p>5 دقائق</p>	<p>القسم الختامي</p>	<p>3</p>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Historical analysis of the results of cerebral palsy football (CP) in the Paralympic tournaments for the duration from 1984 until 2016

Zainab Ali Abdul Ameer ¹ 

University of Baghdad/College of Physical Education and Sports Sciences for women ¹

Article information

Article history:

Received 20/10/2024

Accepted 15/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Sports history, sports for people with disabilities, Paralympics

Abstract

The research aimed to determine the beginning of the inclusion of football for cerebral palsy (CP) in the Paralympic tournaments. The historical-analytical approach was adopted to collect and analyze data objectively, relying on several sources. Secondary sources such as books, scientific and historical literature, Arabic and English articles, and primary sources including official documents of the International Federation of Football for Cerebral Palsy (IFCPF). The most prominent conclusions were: The sport of football for cerebral palsy was officially included for the first time in the Paralympic program during the New York/Stoke Mandeville Paralympic Games in 1984. Ukraine achieved first place, the Netherlands ranked second, then Russia and Belgium came in third and fourth place, respectively, by obtaining the largest number of Gold medals in the Paralympic Games for the period under study. The recommendations stated the necessity of including the sport of football for cerebral palsy within the Iraqi Paralympic sports and providing support to develop it locally, to allow groups with disabilities with cerebral palsy to practice it and bring them to the competitive level of developed countries.



website





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تحليل تاريخي لنتائج كرة قدم الشلل الدماغي (CP) في الدورات البارالمبية للمدة من 1984 ولغاية 2016

زينب علي عبد الامير¹  

جامعة بغداد /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات¹

الملخص

هدف البحث إلى تحديد بدء إدراج رياضة كرة القدم للشلل الدماغي CP في الدورات البارالمبية، وقد تم اعتماد المنهج التاريخي التحليلي، في جمع البيانات وتحليلها بأسلوب موضوعي، بالاعتماد على عدد من المصادر الثانوية كالكتب والمؤلفات العلمية والتاريخية والمقالات العربية والانكليزية، والمصادر الأولية المتضمنة الوثائق الرسمية للاتحاد الدولي لكرة القدم للشلل الدماغي IFCPF، وجاءت أبرز الاستنتاجات: تم إدراج رياضة كرة القدم للشلل الدماغي رسمياً للمرة الأولى في البرنامج البارالمبي ضمن الدورة البارالمبية نيويورك/ستوك مانديفيل عام 1984، وحقت أوكرانيا المركز الأول وهولندا المركز الثاني، ثم جاءت روسيا وبلجيكا في المركز الثالث والرابع على التوالي بحصولهم على أكبر عدد من الميداليات الذهبية في الدورات البارالمبية للمدة قيد الدراسة، وجاء في التوصيات: ضرورة إدراج رياضة كرة القدم للشلل الدماغي ضمن الرياضات البارالمبية العراقية وتوفير الدعم لتطويرها محلياً، لإتاحة الفرصة لفئات الإعاقة بالشلل الدماغي لممارستها والوصول بهم إلى المستوى التنافسي للدول المتقدمة

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/20

القبول : 2024/11/15

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

التاريخ الرياضي، رياضات ذوي الإعاقة، الدورات البارالمبية.

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يمدنا التاريخ في المجال الرياضي بالمعرفة والفهم حول طبيعة الرياضة وعلاقتها بمختلف المجالات وتحليل وتفسير تطور الرياضات وتأثيراتها في المجتمعات عبر السياق التاريخي، وقد لعبت الرياضة دوراً مهماً في الحياة كونها نشاط يعتمد عليه الإنسان في ممارسة حياته اليومية فضلاً عن دورها في الترفيه، والتخلص من ضغوطات الحياة والحفاظ على القوام المتناسق والجسم السليم، ولا يختلف دورها لدى الأشخاص من ذوي الإعاقة فهي تعينهم في مواجهة الآثار السلبية الناتجة عن إعاقاتهم وتتيح لهم الفرصة لإثبات ذواتهم والاندماج مجتمعيًا، كما أن الوصول إلى تحقيق أعلى المستويات في البطولات والمنافسات العالمية يعد كسراً لكل الحواجز التي تقع على عائق ذوي الإعاقة.

أن كرة القدم تعد واحدة من الرياضات التي نالت اهتمام الدول، كون أن الأداء فيها قد وصل إلى حد الإبداع والابتكار، فضلاً عن تنميتها للقدرة العقلية والنفسية والحركية (Zahraa & Sahar, 2024)، كما أنها أصبحت تشكل جزءاً لا يتجزأ من المجتمع، كونها من الرياضات الأكثر شعبية في العالم (Al-Hussein, 2017) وهناك عدد من الدراسات التاريخية في المجال الرياضي التي تناولت كرة القدم كدراسة (Hassan & Muhammad, 2024) والتي تناولت تاريخ الانجازات بكرة القدم لمنتخب شباب العراق في بطولة كأس العالم للشباب عام 2013، ودراسة (Abdul-Ilah Aziz, 2019)، والتي تناولت تاريخ وتحليل منتخب الأوروغواي الفائز ببطولة كأس العالم الأولى لكرة القدم في العام 1930، ودراسة (Khamis, 2023)، والتي تناولت المشاركة بكرة القدم في الدورات الأولمبية لمنتخب مصر والنتائج المتحققة للمدة (1920 - 1948).

أن ممارسة الأنشطة الرياضية حق مشروع للأشخاص الأصحاء وذوي الإعاقة، ويمارس ذوي الإعاقة في وقتنا الحالي العديد من الألعاب الرياضية المكيفة والتي تتناسب مع قدراتهم ونوع إعاقاتهم وشدتها وتساهم في تحسين مستوى صحتهم ولياقتهم وتكسبهم القدرة على التوافق النفسي والاجتماعي وتمكينهم من اكتساب المهارات في مواجهة صعوبات حياتهم، كما استطاعوا دخول المجال التنافسي وتحقيق الانجازات على مختلف المستويات الدولية والبارالمبية، وهناك عدد من الدراسات التي تناولت ذلك كدراسة (Hamza et al., 2024) والتي هدفت إلى إجراء مقارنة لعدد فعاليات السباحة للرجال والنساء في الألعاب البارالمبية مع فعاليات الألعاب الاخرى، ودراسة (Khlef & Ali, 2021) والتي تناولت تاريخ المشاركات البارالمبية العراقية بألعاب القوى في بطولة العالم IPC للفترة من 1990 م ولغاية 2017م.

على صعيد كرة القدم CP فهي إحدى الرياضات المشتقة من كرة القدم المعروفة، لكنها مخصصة للرياضيين المصابين بالشلل الدماغي، أو المصابين بسكتة دماغية مكتسبة، وتمارس بـ 7 لاعبين (Al-Jabour, 2012) كنشاط ترفيهي لتحسين صحة الممارسين، وايضاً كنشاط تنافسي على مستوى الاندية الوطنية والمستوى العالمي، وتعد الدورات البارالمبية ثاني أكبر حدث رياضي أهمية بعد الدورات الاولمبية، وهي تضم الرياضيين من ذوي الإعاقة الذين يتنافسون لإثبات عزمهم وإصرارهم على تحدي إعاقاتهم وفق تصنيفات تعتمد على نوع وشدة الإعاقة، حيث تكون الفرص منصفة للجميع في المشاركة والتنافس على مستوى هذه الدورات، وقد تم إدراج كرة القدم لرياضيي الشلل الدماغي في هذه الدورات للمرة الأولى في دورة نيويورك عام 1984، ومنذ إدراجها ضمن البرنامج البارالمبي فقد برزت عدة دول وحقت نتائج متقدمة فيها، ومن هذا المنطلق فإن هذا البحث يعد محاولة لتسليط الضوء على واقع النتائج لرياضة كرة القدم لفئة الشلل الدماغي CP في الدورات البارالمبية وتحليلها من منظور تاريخي منذ دخولها للدورات عام 1984 ولغاية عام 2016، وهو ضرورة لمعرفة الاحداث الرياضية لفئات ذوي الإعاقة، وانجازات الدول وتقدمها في هذا المجال، وإبراز إمكانية رياضيتها المصابين بالشلل الدماغي في الوصول إلى التميز وتحقيق الانجاز العالي عالمياً، عله يحقق فائدة علمية

متواضعة ويساهم فهم تطور هذه الرياضة واثرها على مستوى التنافس والاعتراف الدولي، وتحديد مسارات بحثية للمهتمين والباحثين في هذا المجال، وقد يحفز الجهات المعنية في مجتمعاتنا إلى زيادة الاهتمام برياضات ذوي الإعاقة باختلاف أنواعها وفئاتها، وتوفير الدعم والامكانيات بشكل أكبر لهذه الشريحة من الرياضيين، والوصول بهم إلى أعلى المستويات التنافسية وتحقيق النتائج المتقدمة.

مشكلة البحث: لا تعد المشكلات التاريخية مشكلة حقيقية، حيث يعد التاريخ سجل للماضي يحفظ التراث الرياضي للأجيال القادمة، كما يساهم في تسليط الضوء على العديد من الحقائق والأحداث التاريخية التي قد تكون غائبة عند البعض، وكذلك يمكن الاستفادة من نتائج الدراسات التاريخية عند التخطيط لرفع مستوى مختلف المجالات الرياضية، وحين مراجعة الأدبيات العلمية والتاريخية، وجد أن رياضة كرة القدم لذوي الإعاقة باختلاف أنواعها وفئاتها لم تتل نصيبها من البحث والتقصي والتحليل التاريخي، ومن هذا المنطلق يمكننا صياغة مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:-

1. متى ادخلت رياضة كرة القدم للشلل الدماغي CP إلى الدورات البارالمبية؟
2. من هي الدول المشاركة بكرة القدم للشلل الدماغي CP في الدورات البارالمبية للمدة قيد الدراسة؟
3. ما هي النتائج التي تم تحقيقها بكرة القدم للشلل الدماغي CP في الدورات البارالمبية للمدة قيد الدراسة؟

هدف البحث:

1. تحديد بدء إدراج رياضة كرة القدم للشلل الدماغي CP في الدورات البارالمبية.
2. تحليل نتائج كرة القدم للشلل الدماغي CP في الدورات البارالمبية للمدة من 1984 ولغاية 2016.

2- منهج البحث والإجراءات

2-1 منهج البحث

تم اعتماد المنهج التاريخي التحليلي، في جمع البيانات وتحليلها بأسلوب موضوعي، لإعطاء وصف لمشاركة الدول في رياضة كرة القدم للشلل الدماغي CP في البارالمبياد وتحديد واقع النتائج وتحليلها، إذ تشير (Hiba & Zainab, 2023) أن تتبع نشأة الأحداث العامة وتطورها يعد من أهم دراسات المنهج التاريخي التحليلي، التي تعتمد على الكشف عن الحقائق التاريخية وتحليلها واستخلاص تفسيرات قابلة للتقييم.

2-2 وسائل جمع البيانات

تم جمع المعلومات الخاصة برياضة كرة القدم للشلل الدماغي والمشاركات والنتائج المتحققة في الدورات البارالمبية للمدة قيد الدراسة، وتحليلها من منظور تاريخي، بالاعتماد على عدد من المصادر الثانوية كالكتب والمؤلفات العلمية والتاريخية والمقالات العربية والانكليزية، والمصادر الأولية المتضمنة الوثائق الرسمية للاتحاد الدولي بكرة القدم للشلل الدماغي IFCPF.

3- كرة القدم للشلل الدماغي CP في الدورات البارالمبية

3-1 لمحة تاريخية عن نشأة كرة القدم للشلل الدماغي CP

لقد تزايد الاهتمام بالألعاب الرياضية لذوي الإعاقة عالمياً في بداية القرن التاسع عشر، ومع تزايد الوعي الاجتماعي والاقتصادي والثقافي لدى العديد من دول العالم فمن الطبيعي أن يشمل ذلك الاهتمام بفئات ذوي الإعاقة، وقد أفرزت نتائج الحرب العالمية الثانية أعداد هائلة من ذوي الإعاقة، وهذا ما دعا إلى ترسيخ فكرة الاهتمام بهم وتقديم الرعاية لهم، وكان المجال الرياضي ميداناً خصباً لإتاحة الفرص لذوي الإعاقة لممارسة الألعاب الرياضية، وساهم تأسيس العديد من المنظمات واللجان في توحيد قواعد المنافسة وتنظيم البطولات في مختلف الألعاب الرياضية.

على صعيد كرة القدم لذوي الإعاقة لم تلق الاهتمام الكافي والدعم من قبل اتحاد كرة القدم FIFA إلا حديثاً، وترك التنظيم والمسؤولية والتمويل لكرة القدم للأشخاص ذوي الإعاقة للمنظمات الرياضية الخاصة بذوي الإعاقة، ولم يتم السعي إلى إدراجها بأي شكل من الأشكال ضمن حوكمة كرة القدم السائدة (Hughson et al., 2017)، وكرة القدم CP خاصة للأشخاص المصابين بالشلل الدماغي، والتي يطلق عليها كذلك كرة القدم السباعية وهي لعبة مكونة من سبعة لاعبين في كل فريق، مع شوطين مدة كل منهما 30 دقيقة، وفترة راحة 15 دقيقة بين الشوطين (Reina et al., 2016) والشلل الدماغي CP هو من الإعاقات الحركية الشائعة بشكل كبير في مرحلة الطفولة، وهو عدد من الاضطرابات الدائمة في تطور الحركة والوضعية، مما يسبب تقييد النشاط، والتي تعزى إلى اضطرابات غير تقدمية تحدث في نمو دماغ الجنين أو الطفل، وغالباً ما تكون الاضطرابات الحركية مصحوبة باضطرابات في الإحساس والإدراك والتواصل والسلوك واضطرابات العضلات والصرع (Al-Shammari et al., 2018)

بدأت رياضة كرة القدم للشلل الدماغي تحظى بالاهتمام والإقبال لممارستها في أواخر الستينيات، وتم تقديمها كرياضة دولية للمرة الأولى خلال النسخة الثالثة من بطولة الألعاب الدولية للشلل الدماغي، والتي أقيمت بإدنبرة- بريطانيا عام 1978، وفي عام 1982 أقيمت أول بطولة عالمية لهذه الرياضة في الدنمارك، كما أقيمت أول بطولة إقليمية في غلاسكو- بريطانيا عام 1985 (Kohe & Peters, 2016). لقد تولى الإشراف على تنظيم بطولاتها وتوحيد قواعدها في بادئ الأمر منظمة الرياضة والترفيه الدولية لمرضى الشلل الدماغي (CP-ISRA)، والتي أسست كلجنة فرعية للرياضة والترفيه تابعة للجمعية الدولية للشلل الدماغي في عام 1968 وأصبحت بعدها منظمة مستقلة في عام 1978 (Depauw, 2005)، وفي كانون الثاني عام 2015 انتقل الإشراف على رياضة كرة القدم للشلل الدماغي من منظمة الرياضة والترفيه الدولية لمرضى الشلل الدماغي، إلى الاتحاد الدولي لكرة القدم للمصابين بالشلل الدماغي (IFCPF) الذي أُسس حديثاً (Kohe & Peters, 2016)، ويطبق الاتحاد قوانين الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA مع بعض الاستثناءات التي وضعها الاتحاد، حيث تجري المباراة في ملعب وأعمدة مرمى اصغر من كرة القدم التقليدية، إذ تبلغ مساحة الملعب 75 م × 55 م، والأعمدة 5 م × 2 م، مع عدم وجود قاعدة التسلل، وإمكانية درجة اللاعبين للكرة إلى اللعب بدلاً من رمية التماس أو رميها بيد واحدة (Peña-González & Moya-Ramón, 2023)

3-2 التصنيف الوظيفي لكرة قدم الشلل الدماغي CP

تهدف أنظمة التصنيف البارالمبية إلى تعزيز المشاركة في الرياضة من قبل الأشخاص ذوي الإعاقة من خلال التحكم في تأثير الإعاقة على نتيجة المنافسة، وتعد لغة وبنية التصنيف الدولي للأداء والإعاقة والصحة وتقييد النشاط محورية في التصنيف البارالمبي، ويمتلك اتحاد IFCPF نظام تصنيف يسمح لجميع الرياضيين الذين بإمكانهم التنقل من المصابين بالشلل الدماغي، والحالات العصبية ذات الصلة بالمشاركة في كرة القدم CP ((Reina et al., 2016)

يتضمن التصنيف في كرة القدم CP للمصابين بالشلل الدماغي أو إصابات الدماغ المكتسبة مع الحد الأدنى من ضعف فرط التوتر أو ضعف العضلات أو الرنح، ويصنف اللاعبين وفقاً لملف الإعاقة الخاص بهم إلى: A- التشنج الثنائي، B- التشنج الأحادي، C- ضعف التنسيق الناتج عن الرنح أو خلل الحركة، ووفقاً لتأثير إعاقتهم على اللعبة يتم تصنيفهم إلى ثلاث فئات 1FT: تأثير شديد، 2FT: تأثير متوسط، 3FT: تأثير خفيف ولكون كرة القدم CP هي رياضة جماعية، فإن التصنيف يحقق ضمان العدالة التنافسية فيما يتعلق بتأثير الإعاقة لكلا الفريقين، وعليه يتعين وجود لاعب واحد في كل فريق من فئة 1FT في المباراة لجميع الأوقات، ولا يسمح بوجود أكثر من لاعب واحد من فئة 3FT في الملعب (González et al., 2024)

4- عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورات البارالمبية من 1984 ولغاية 2016

عرض وتحليل نتائج كرة قدم CP في الدورة البارالمبية ستوك ماندفيل/ نيويورك 1984

لقد شارك الرياضيون المصابون بالشلل الدماغي للمرة الاولى في بارالمبياد أرنهيم عام 1980، ولكن لم يتم تضمينها بشكل رسمي في برنامج الدورات إلا في الدورة البارالمبية نيويورك/ستوك ماندفيل عام 1984، حيث اكتسبت الرياضة بعدها شعبية دولية (Williams et al., 2013)، وسيتم استعراض الدول المشاركة والنتائج المتحققة في الدورات البارالمبية للمدة من 1984 ولغاية 2016. أقيم البارالمبياد السابع عام 1984 في مدينتي ستوك ماندفيل- بريطانيا للرياضيين على الكراسي المتحركة، وفي نيويورك- الولايات المتحدة الأمريكية للرياضيين القادرين على المشي، ومبتوري الأطراف والمكفوفين وضعاف البصر وتمت إضافة الرياضات المخصصة للمصابين بالشلل الدماغي لأول مرة إلى البرنامج البارالمبي، حيث تم إدراج رياضة كرة القدم ورياضة البوتشيا للمصابين بالشلل الدماغي (ERSÖZ & ESEN, 2023)

أقيمت منافسات كرة القدم للشلل الدماغي للفترة 17- 29 / 6 / 1984 وتضمنت حدثين، الحدث الأول كان لكرة القدم على الكراسي المتحركة للرجال، وشارك فيها ثلاثة دول هي كل من الولايات المتحدة وكندا وبريطانيا وجاءت الولايات المتحدة بالمركز الأول وتلتها كندا بالمركز الثاني في حين احتلت المركز الثالث بريطانيا، والغى بعدها هذا الحدث من الدورات البارالمبية اللاحقة (Volker et al., 2024)، أما الحدث الثاني لكرة قدم الشلل الدماغي ووقفا شارك فيه 45 لاعبا مثلوا 6 دول، جرت المنافسات على مجموعتين، وفازت بالمراكز الأولى كل من بلجيكا وإيرلندا وبريطانيا، ويبين الجدول (1) نتائج كرة قدم CP في هذه الدورة البارالمبية (من إعداد الباحثة).

الجدول (1)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية نيويورك 1984

ت	المجموعة الاولى			
	الدول	بلجيكا	بريطانيا	الولايات المتحدة
1	بلجيكا	-	3-1	10-0
2	بريطانيا	1-3	-	8-0
3	الولايات المتحدة	0-10	0-8	-
ت	المجموعة الثانية			
	الدول	ايرلندا	البرتغال	كندا
1	ايرلندا	-	3-0	7-0
2	البرتغال	0-3	-	0-0
3	كندا	0-7	0-0	-
المباراة النهائية				
الدول	بلجيكا	ايرلندا	بريطانيا	البرتغال
النتيجة	1-0			3-1

يتبين من الجدول (1) تفوق دول مثل بلجيكا وإيرلندا وبريطانيا التي حققت مراكز متقدمة مما يدل على استعدادها لخوض مثل هكذا منافسات دولية، اذ كانت المستويات مقاربة مع تفوق بلجيكا التي احتلت مركز الصدارة والتي أثبتت تميزها في هذا المجال، وعدت دورة 1984 أول دورة يتم فيها إدراج رياضات لفئات الشلل الدماغي، وفي هذا دلالة على

التزام واهتمام اللجنة البارالمبية الدولية بدعم الشمولية والتنوع، وتعزيز التمثيل الرياضي لذوي الإعاقة من خلال توسيع نطاق المنافسة ليشمل فئات إعاقة أخرى لم تسمح لها المشاركة مسبقاً في الأحداث الرياضية الكبرى، كما عد إدراج كرة القدم للشلل الدماغي في البارالمبياد خطوة مهمة فسحت المجال لتطوير رياضات أخرى لفئات الشلل الدماغي في المستقبل، وساهم ذلك في زيادة جذب الانتباه إلى رياضات ذوي الإعاقة عالمياً، نلاحظ كذلك مشاركة عدد محدود من الدول، ويعود ذلك إلى كون رياضة كرة القدم للشلل الدماغي لا تزال في مراحلها الأولى ولم تحظى بعد بالانتشار على نطاق واسع، كما أن إلغاء حدث كرة القدم على الكراسي المتحركة في الدورة البارالمبية اللاحقة يدل على أن هناك تقييمات للأحداث الملائمة لهذه الرياضة وفئات الإعاقة المشاركة فيها. (Odeh, 2019)

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية سيؤول 1988

أقيمت أحداث كرة القدم للشلل الدماغي في سيؤول- كوريا للفترة 16- 24 / 10 / 1988، وبلغ عدد المشاركين فيها 51 لاعبا مثلوا 5 دول تنافست في نظام الدور الواحد، وجاءت المراكز الثلاث المتقدمة بالترتيب لصالح هولندا وبلجيكا وإيرلندا، كما يبينها الجدول (2)

الجدول (2)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية سيؤول 1988

ت	المجموعة الواحدة					
	الدول	هولندا	بلجيكا	ايرلندا	كوريا الجنوبية	استراليا
1	هولندا	-	4-0	3-0	6-1	18-1
2	بلجيكا	0-4	-	1-0	4-0	6-1
3	ايرلندا	0-3	0-1	-	5-0	5-1
4	كوريا الجنوبية	1-6	0-4	0-5	-	4-0
5	استراليا	1-18	1-6	1-5	0-4	-
المباراة النهائية						
المراكز	المركز الاول	النتيجة	المركز الثاني	المركز الثالث	النتيجة	المركز الرابع
الدول	هولندا	1-0	بلجيكا	ايرلندا	1-0	كوريا الجنوبية

في هذه الدورة تم اعتماد نظام الدور الواحد في منافسات كرة القدم، وهذا النظام يفسح المجال لإمكانية التقييم المباشر لمستويات المنتخبات المشاركة بشكل أدق من الأنظمة الأخرى، ويوفر فرصة للتعرف على الفروق في الأداء بشكل أسهل، ومن خلال النتائج في الجدول (2) نجد أن هولندا قد تفوقت في هذه الدورة بتحقيقها لـ 8 نقاط والفوز بنتيجة 18-1 ضد استراليا، كما حققت في المباراة النهائية بفوزها على بلجيكا بالرغم من كون الفارق كان هدفا واحداً، واحتلت بذلك المركز الأول، وهذا يعكس قوة المنتخب الهولندي، ومستوى الإعداد العالي والتفوق البدني والفني بكرة القدم CP. (Abdulrahman et al., 2020)

نلاحظ كذلك أن المستوى الفني كان متقارباً بين بلجيكا وإيرلندا، إذ حققت بلجيكا المركز الثاني بمجموع النقاط بفارق نقطتين عن إيرلندا وفوزها على إيرلندا بنتيجة 1-0، وهذا يعكس قوة التنافس بين الفرق الأوروبية في فترة الثمانينيات، إذ كانت أوروبا تسيطر على المراكز المتقدمة في المنافسات الدولية، لذلك كان مستوى كوريا الجنوبية وأستراليا أدنى من

مستوى الفرق الأوروبية، وقد يعود ذلك الى قلة الخبرة او اعتماد برامج تدريبية لم تأتي بثمارها لهذه الفئة، في هذه الدول مقارنة بالدول الأوروبية الرائدة في هذا المجال.

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية برشلونة 1992
أقيمت منافسات كرة قدم الشلل الدماغي ضمن احداث الدورة البارالمبية التاسعة التي اقيمت في برشلونة- اسبانيا للفترة 14 / 9 / 1992، وبلغ عدد المشاركين بكرة القدم CP 83 لاعبا مثلوا 8 دول تنافست في دوري المجموعتين، وانتهت بفوز هولندا والبرتغال وإيرلندا على التوالي، وكما مبينة في الجدول (3)
الجدول (3)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية برشلونة 1992

المجموعة الاولى					ت
الدول	هولندا	بريطانيا	البرازيل	الولايات المتحدة	
1	هولندا	7-1	5- 0	5- 0	
2	بريطانيا	1- 7	-	3- 0	
3	البرازيل	0- 5	0- 3	-	
4	الولايات المتحدة	0 - 5	0 - 8	0- 1	
المجموعة الثانية					ت
الدول	البرتغال	ايرلندا	بلجيكا	اسبانيا	
1	البرتغال	-	0 - 0	3 - 1	
2	ايرلندا	0 - 0	-	2 - 1	
3	بلجيكا	0 - 0	1 - 1	1- 1	
4	اسبانيا	1 - 3	1-2	1-1	
المباراة النهائية					النتيجة
الدول	هولندا	البرتغال	ايرلندا	بريطانيا	
		3-2		2-1	

تبرز نتائج الجدول (3) مستوى أداء عالي لهولندا إذ حققت الفوز في كافة مبارياتها للمجموعة الأولى وبفارق أهداف كبير في مبارياتها مع البرازيل والولايات المتحدة، في حين احتلت بريطانيا المركز الثاني وكان الفارق واضحا بينها وبين الدول الأخرى، وكانت البرازيل والولايات المتحدة بمستوى ادنى، إذ خسرا في جميع مبارياتهما مع هولندا وبريطانيا، وقد يرجع السبب الى نقص الاستعداد والخبرة، اما في منافسات المجموعة الثانية فقد كان مستوى التنافس متقاربا، وهذا ما أوضحته النتائج المتقاربة للمنتخبات الأربعة، حيث كان الفارق في النتائج هدفان، وبذل ذلك على تقارب المستوى الفني وبرزت البرتغال بتصدرها للمجموعة، وانتهت منافسات البارالمبياد بفوز هولندا على البرتغال بفارق هدف واحد، مما يعكس المنافسة القوية بينهما، وفي احتلال ايرلندا للمركز الثالث تأكيد على صدارة الدول الأوروبية للمشاهد الرياضي بكرة

القدم CP بالرغم من مشاركة دول جديدة ضمن المنافسات، إذ توسعت المشاركة في عدد الدول واللاعبين وفيه تأكيد للدعم المتواصل من قبل اللجنة البارالمبية الدولية واتحاداتها لتشجيع المشاركة في رياضات ذوي الإعاقة بمختلف أنشطتها. (Mashkour, 2015)

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية أتلانتا 1996

أقيمت منافسات كرة قدم الشلل الدماغي في دورة أتلانتا - الولايات المتحدة العاشر للفترة 16-25 /8/ 1996، وبلغ عدد المشاركين 87 لاعبا مثلوا 8 دول تنافست في دوري المجموعتين، وجاءت نتيجة الدور النهائي بفوز هولندا وروسيا وإسبانيا بالمراكز الأولى، وكما مبين في الجدول (4)

الجدول (4)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية أتلانتا 1996

ت	المجموعة الاولى				
	الدول	هولندا	اسبانيا	الارجنتين	البرتغال
1	هولندا	-	2-1	3-2	2-1
2	اسبانيا	1-2	-	3-1	2-0
3	الارجنتين	2-3	1-3	-	5-1
4	البرتغال	1-2	0-2	1-5	-
ت	المجموعة الثانية				
	الدول	روسيا	الولايات المتحدة	ايرلندا	البرازيل
1	روسيا	-	5-0	2-0	2-0
2	الولايات المتحدة	0-5	-	3-0	4-1
3	ايرلندا	0-2	0-3	-	1-0
4	البرازيل	0-2	1-4	0-1	-
المباراة النهائية					
الدول	هولندا	روسيا	اسبانيا	بريطانيا	
النتيجة	1-0		2-1		

من خلال نتائج الجدول (4) نلاحظ أن كلا من هولندا وروسيا قد تمكنتا من الصعود الى الدور النهائي، كما احتلت هولندا المركز الأول في مباراتها النهائية مع روسيا، مما يدل على استمرار تفوقها والحفاظ على مستواها التي حققتها في الدورات السابقة، في حين كان انضمام روسيا للمرة الاولى في منافسات كرة القدم البارالمبية، وحصولها على المركز الثاني دلالة على امتلاكها لمقومات الفوز من أداء تكتيكي ومهاري عالي، كذلك ظهرت اسبانيا بمستوى عالي في المجموعة الاولى مما مكنها من التأهل للمراكز الثلاثة الأولى، واحتلت المركز الثالث في المباراة النهائية، وهذا دليل على تطور مستواها عن الدورة السابقة. (Abdulsalam & sabbar, 2024)

كما أن بعض المنتخبات قد أظهرت تفاوتاً ملحوظاً في المستوى كالبرتغال والبرازيل، إذ كان مستواهما أدنى حيث خسرتا في أغلب مبارياتهما، في حين كان مستوى أداء الولايات المتحدة والتي استضافت البارالمبياد جيداً ضمن منافسات المجموعة الثانية بفوزها على كل من أيرلندا والبرازيل، إلا أنها لم تتمكن من التأهل للدور النهائي وعكس مستوى أدائها تطوراً مقارنة بمشاركتهما في البارالمبياد السابق، وقد يرجع ذلك الى كون البارالمبياد قد أقيم على أرضها وبين جمهورها وماله من اثر ايجابي على لاعبيها.

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية سيديني 2000

أقيمت منافسات كرة القدم CP في الدورة البارالمبية سيديني - استراليا الحادي عشر للفترة 18-29 /10 /2000، بمشاركة 88 لاعبا مثلوا 8 منتخبات متنافسة، تم اللعب بنظام المجموعتين، وجاءت النتيجة بفوز روسيا وأوكرانيا والبرازيل بالمراكز الاولى، وكما مبين في الجدول (5)

الجدول (5)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية سيديني 2000

ت	المجموعة الاولى				
	الدول	اوكرانيا	البرتغال	الارجنتين	هولندا
1	اوكرانيا	-	3-0	6-2	3-0
2	البرتغال	0-3	-	2-0	0-0
3	الارجنتين	2-6	0-2	-	3-2
4	هولندا	0-3	0-0	2-3	-
ت	المجموعة الثانية				
	الدول	روسيا	البرازيل	اسبانيا	استراليا
1	روسيا	-	2-2	3-0	3-0
2	البرازيل	2-2	-	1-1	4-0
3	اسبانيا	0-3	1-1	-	1-0
4	استراليا	0-3	0-4	0-1	-
المباراة النهائية					
الدول		روسيا	اوكرانيا	البرازيل	البرتغال
النتيجة		2-1		4-0	

من خلال استعراض النتائج في الجدول (5) نلاحظ أن هناك تنافسا قويا بين دول روسيا وأوكرانيا والبرازيل وتميزت منتخبات هذه الدول بالتفوق النسبي مقارنة ببقية الدول المشاركة، بالرغم من كون مشاركة أوكرانيا للمرة الاولى في منافسات كرة القدم للشلل الدماغي، الا انها اظهرت مستوى متقدم باحتلالها المركز الثاني بعد روسيا مما يعكس استعدادها العالي، في حين لم تحقق منتخبات الدول المشاركة الأخرى كالأرجنتين وإسبانيا واستراليا المستوى المطلوب، كما تراجع مستوى هولندا والتي كانت تحتل مركز الصدارة في الدورات السابقة، وهذا يعني ظهور قوى تنافسية جديدة أزاحت هولندا عن تصدرها، وبالتأكيد فان هذه الدول قد استثمرت في برامج تدريبية متقدمة وامكانيات متفوقة.

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية أثينا 2004

أقيمت مباريات كرة القدم السباعية للفترة 19-27 /9 /2004 في الدورة البارالمبية أثينا- اليونان، بمشاركة 95 لاعبا مثلوا 8 منتخبات متنافسة، تم اللعب بنظام المجموعتين، وكانت النتيجة للمباراة النهائية فوز أوكرانيا والبرازيل وروسيا بالمراكز المتقدمة، وكما مبين في الجدول (6).

الجدول (6)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية أثينا 2004

ت	المجموعة الاولى				
	الدول	اوكرانيا	البرتغال	الارجنتين	هولندا
1	اوكرانيا	-	3-0	6-2	3-0
2	البرتغال	0-3	-	2-0	0-0
3	الارجنتين	2-6	0-2	-	3-2
4	هولندا	0-3	0-0	2-3	-
ت	المجموعة الثانية				
	الدول	روسيا	البرازيل	اسبانيا	استراليا
1	روسيا	-	2-2	3-0	3-0
2	البرازيل	2-2	-	1-1	4-0
3	اسبانيا	0-3	1-1	-	1-0
4	استراليا	0-3	0-4	0-1	-
المباراة النهائية					
الدول	اوكرانيا	البرازيل	روسيا	الارجنتين	
النتيجة		4-1		5-0	

يتبين من الجدول (6) أن أوكرانيا قد استقادت من تجربتها في البارالمبياد السابق، فأظهرت مستوى عال وثبات في الأداء، حيث تغلبت على البرتغال بفارق هدفين، وعلى الأرجنتين بفارق 4 أهداف، وعلى هولندا بفارق 3 أهداف مما أهلها للدور النهائي الذي تكلل بفوزها على البرازيل بفارق 3 أهداف، كذلك كان الأداء التنافسي بين البرازيل وروسيا قويا، حيث كان التعادل بينهما ضمن منافسات المجموعة الثانية، إلا أن فوز البرازيل على استراليا واسبانيا مكنها من التأهل للدور النهائي، واحتلت بعد خسارتها مع اوكرانيا المركز الثاني، ويعكس هذا التفوق التطور المهاري للاعبين والقدرات التدريبية، إذ حافظوا على مستوياتهم التنافسية العالية حتى المباراة النهائية، في حين نلاحظ تراجع بعض الدول كأسراليا وهولندا في معظم المنافسات إذ لم تسجلا أي فوز ينكر، ويعكس هذا الفروق الكبيرة في الاستعداد بينها وبين مستويات منتخبات الدول التي حققت نتائج متميزة.

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية بكين 2008

أقيمت مباريات كرة القدم السباعية في دورة بكين للفترة 8-16/9/2008 في مركز الهوكي الأولمبي، بمشاركة 95 لاعبا مثلوا 8 منتخبات متنافسة، تم اللعب بنظام المجموعات للدور الواحد، وانتهت المباراة النهائية بتصدر أوكرانيا وروسيا وايران، وكما مبين في الجدول (7)

الجدول (7)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية بكين 2008

ت	المجموعة الاولى				
	الدول	روسيا	البرازيل	هولندا	الصين
1	روسيا	-	3-0	10-0	6-0
2	البرازيل	0-3	-	1-0	8-0

3	هولندا	1- 10	0- 1	-	8 - 1
4	الصين	0 - 6	0 - 8	1 - 8	-
المجموعة الثانية					
ت	الدول	اوكرانيا	ايران	ايرلندا	بريطانيا
1	اوكرانيا	-	4 - 0	7 - 0	8 - 1
2	ايران	0 - 4	-	4 - 2	3 - 0
3	ايرلندا	0 - 7	2 - 4	-	1- 1
4	بريطانيا	1 - 8	0-3	1-1	-
المباراة النهائية					
	الدول	اوكرانيا	روسيا	ايران	البرازيل
	النتيجة	2-1		4-0	

من خلال الجدول (7) نلاحظ تفوق أوكرانيا وروسيا إذ تصدرتا مجموعتهما وكان الأداء الهجومي والدفاعي لكليهما قويا من خلال عدد الأهداف المسجلة في شباك خصومهم وقلة الأهداف التي لاحت شباكهم، مما مكنهما احتلال المراكز الأولى في المنافسات، في حين كان هناك تفاوتاً في المستوى بينهما وبين بعض المنتخبات والتي لم تستطع تحقيق أي فوز مثل الصين وبريطانيا، وقد يرجع ذلك إلى النقص في الإمكانيات أو الخبرة حيث كانت هذه المشاركة الأولى للصين في البارالمبياد بمنافسات كرة القدم، CP نلاحظ كذلك ظهور إيران كمنافس قوي، إذ احتلت المركز الثاني في مجموعتها مما مكنها للتأهل للدور النهائي، وفوزها بالمركز الثالث بعد تفوقها على البرازيل، والتي كانت في الصدارة، حيث احتلت المركز الثاني في البارالمبياد السابق، وقد عكس ذلك استعداد إيران العالي وتطور مستوى أداء لاعبيها في هذه الرياضة.

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية لندن 2012

أقيمت منافسات كرة القدم CP في دورة لندن للفترة 9/29 ولغاية 10/9/2012 بمشاركة 96 لاعبا مثلوا 8 منتخبات متنافسة، تم اللعب بنظام المجموعتين وانتهت المباراة النهائية بفوز روسيا وأوكرانيا وإيران، وكما مبين في الجدول (8).

الجدول (8)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية لندن 2012

المجموعة الاولى					
ت	الدول	روسيا	ايران	هولندا	الارجنتين
1	روسيا	-	3-1	8- 0	8- 0
2	ايران	1- 3	-	4- 1	8- 1
3	هولندا	0- 8	1- 4	-	4 - 1
4	الارجنتين	0 - 8	1 - 8	1- 4	-
المجموعة الثانية					
ت	الدول	اوكرانيا	البرازيل	بريطانيا	الولايات المتحدة
1	اوكرانيا	-	1 - 1	7 - 1	9 - 0
2	البرازيل	1 - 1	-	3 - 0	8 - 0
3	بريطانيا	1 - 7	0 - 3	-	4- 0
4	الولايات المتحدة	0 - 9	0-8	0-4	-
المباراة النهائية					

الدول	روسيا	اوكرانيا	ايران	البرازيل
النتيجة	1-0	5-0		

من الجدول (8) نلاحظ تفوق روسيا في دور المجموعات بتحقيقها لـ 19 هدفاً كما حافظت على تميزها في المباراة النهائية مع أوكرانيا، واحتلت المركز الأول بجدارة، وهذا دليل على مستوى أدائها الهجومي والدفاعي الفعال، كذلك تميزت أوكرانيا في المجموعة الثانية بتحقيقها 17 هدفاً في مجموع مبارياتها، مما أهلها للوصول إلى الدور النهائي واحتلالها للمركز الثاني، وهذا يؤكد أن الأعداد كان جيداً ومستواها التنافسي كان مقارباً لروسيا، كذلك كان للبرازيل أداء دفاعياً جيداً، إذ تمكنت من تحقيق التعادل مع أوكرانيا بنتيجة 1-1 ورغم تأهلها إلى الدور النهائي إلا أنها لم تتمكن من التفوق على إيران التي أحرزت المركز الثالث في المباراة النهائية، وبالرغم من تفوق الدول الأوروبية في هذا البارالمبياد، إلا أن ظهور دول جديدة كإيران دلالة على اعتماد برامج تدريبية متطورة والعمل على سد الثغرات بين مستويات المنتخبات المتنافسة بكرة القدم. CP. (Khalifab & Jabbar, 2023)

عرض وتحليل نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية ريو دي جانيرو 2016

أقيمت مباريات كرة القدم CP بتاريخ 2016/9/18-7 بمشاركة 112 لاعباً مثلوا 8 منتخبات متنافسة، تم اللعب بنظام

المجموعات، وجاءت النتيجة النهائية بفوز أوكرانيا وإيران والبرازيل، وكما مبين في الجدول (9)

الجدول (9)

يبين نتائج كرة القدم CP في الدورة البارالمبية ريو دي جانيرو 2016

ت	المجموعة الأولى				
	الدول	اوكرانيا	البرازيل	بريطانيا	ايرلندا
1	اوكرانيا	-	2-1	2-1	6-0
2	البرازيل	1-2	-	2-1	7-1
3	بريطانيا	0-8	1-4	-	4-1
4	ايرلندا	0-8	1-8	1-4	-
ت	المجموعة الثانية				
	الدول	ايران	هولندا	الارجنتين	الولايات المتحدة
1	ايران	-	2-0	3-1	2-0
2	هولندا	0-2	-	2-0	2-2
3	الارجنتين	1-3	0-2	-	3-2
4	الولايات المتحدة	0-2	2-2	2-3	-
المباراة النهائية					
الدول	اوكرانيا	ايران	البرازيل	هولندا	
النتيجة	2-1	3-1			

يتبين من الجدول (9) أن أوكرانيا قد أظهرت تفوقها الهجومي والدفاعي، وحققت الفوز في دور المجموعات واحتلت المركز الأول في مباراتها النهائية مع إيران، وهذا يعكس تطورها في مجال رياضة ذوي الإعاقة والمستوى الفعال لبرامج التدريب، كما استطاعت إيران أن تحقق تقدماً ملحوظاً وتحسناً في مستوى أدائها في هذه الدورة، إذ قفزت من المركز الثالث في الدورة السابقة إلى المركز الثاني في هذه الدورة، وفي هذا تأكيد على قدرتها التنافسية مع الدول الأوروبية التي كانت مهيمنة على الساحة، وعلى الرغم من كون منافسات الدورة كانت على أرض برازيلية إلا أن البرازيل لم تصل

للمركز الأول، وتمكنت من الحصول على المركز الثالث بعد مبارياتها مع هولندا والتي حصدت الذهب في دورات سابقة، وهذا يعكس مستوى المنتخب البرازيلي وتطوره في كرة القدم، CP نلاحظ كذلك الأداء المتفاوت لبعض الدول التي عانت من الخسائر كالولايات المتحدة وأيرلندا وهذا يدل على كونها بحاجة إلى جهود أكبر في التدريب والتطوير.

عرض ومناقشة النتائج النهائية للمراكز المتقدمة لكرة القدم CP في الدورات البارالمبية من 1984 ولغاية 2016

الجدول (10)



يبين النتائج النهائية للمراكز المتقدمة بكرة القدم CP في الدورات البارالمبية من 1984 ولغاية 2016

الدورة	عدد الدول	المركز الأول	النتيجة	المركز الثاني	المركز الثالث	النتيجة	المركز الرابع
نيويورك 1984	6	بلجيكا	1-0	أيرلندا	بريطانيا	3-1	البرتغال
سيؤول 1988	5	هولندا	1-0	بلجيكا	أيرلندا	1-0	كوريا الجنوبية
برشلونة 1992	8	هولندا	3-2	البرتغال	أيرلندا	2-1	بريطانيا
أتلانتا 1996	8	هولندا	1-0	روسيا	إسبانيا	2-1	بريطانيا
سيدني 2000	8	روسيا	3-2	أوكرانيا	البرازيل	2-1	البرتغال
أثينا 2004	8	أوكرانيا	4-1	البرازيل	روسيا	5-0	الأرجنتين
بكين 2008	8	أوكرانيا	2-1	روسيا	إيران	4-0	البرازيل
لندن 2012	8	روسيا	1-0	أوكرانيا	إيران	5-0	البرازيل
ريو جانيرو 2016	8	أوكرانيا	2-1	إيران	البرازيل	3-1	هولندا

الجدول (11)

يبين ترتيب الدول الحاصلة على الميداليات بكرة القدم CP

في الدورات البارالمبية من 1984 ولغاية 2016

ترتيب الدول	الدول	ذهب	فضة	برونز	المجموع
1	 أوكرانيا	3	2	0	5
2	 هولندا	3	0	0	3
3	 روسيا	2	2	1	5
4	 بلجيكا	1	1	0	2
5	 أيرلندا	0	1	2	3
	 البرازيل	0	1	2	3
	 إيران	0	1	2	3
6	 البرتغال	0	1	0	1
7	 بريطانيا	0	0	1	1
	 إسبانيا	0	0	1	1
	المجموع	10	9	9	27

من خلال استقراء النتائج النهائية للدول المشاركة بكرة قدم CP في الجدول (10) نلاحظ أن هناك فروقا بسيطة في غالبية النتائج النهائية لمنافسات كرة القدم للشلل الدماغي في الدورات البارالمبية من 1984 ولغاية 2016، مما يدل على كون المستوى التنافسي للدول التي وصلت للنهائيات متقارب فالفارق في غالبيتها كان هدفا واحدا، في حين أن هناك تفاوتاً ملحوظاً في مستوى الأداء في بعض الدورات، كما في فوز أوكرانيا على روسيا في بارالمبياد 2004 بنتيجة 4-1، وفوز إيران على البرازيل في بارالمبياد 2012 بنتيجة 0-5 وترى الباحثة أن هناك تنافساً قوياً وتقارباً في المستويات بين الدول المشاركة في البارالمبياد بكرة القدم، CP، إذ يعد المجال الرياضي التنافسي من أوسع المجالات التي يستطيع فيها ذوي الإعاقة تحقيق ذواتهم وزيادة ثقتهم بأنفسهم لتصدي الصعاب وتجاوز التحديات التي تفرضها عليهم إعاقاتهم، لذلك نجدهم يحاولون جاهدين الارتقاء لأفضل المستويات وتحقيق الإنجازات التي تستحق الاعتراف بوجودهم كعناصر فاعلة في مجتمعاتهم، إذ يشير (Riadh & Kadhum, 2022) أن مستوى الأداء قد تطور في مختلف الرياضات لذوي الإعاقة في الدول المتقدمة رياضياً، وقد أصبح لها طابع متميز في الأداء البدني والمهاري والفني والمعرفي.

كما نلاحظ أن هناك تزايداً في عدد الدول المشاركة من 6 و5 دول في الدوريتين الأولى إلى 8 دول في الدورات اللاحقة، وترى الباحثة أن في هذا دلالة على زيادة الجهود عالمياً في دعم رياضات ذوي الإعاقة بشكل عام وكرة القدم لفئة الشلل الدماغي بشكل خاص للمشاركة في البارالمبياد والذي يعكس تقدم الدول، كما يشير (Jaafar & Khalaf, 2019) أن الإنجازات التي تحققت في مجال الرياضات البارالمبية أضافت أبعاداً جديدة للتقدم الإنساني الذي لا يعرف الحدود، وأصبحت الرياضة البارالمبية تحظى بمكانة متميزة نظراً لنجاحاتها المتكررة في الدورات البارالمبية، فضلاً عن الميداليات التي حصل عليها لاعبيها ومدربوها والتي تزين صدورهم.

نلاحظ كذلك من الجدولين (10) و (11) تراجع دولة بلجيكا التي حازت على أول ميدالية في البارالمبياد عام 1984 في مستوى ادائها مقارنة بالدول المنافسة الأخرى، إذ أنها لم تتمكن من الحفاظ على نفس المستوى في الدورات اللاحقة، في حين أن دولة هولندا قد هيمنت على المركز الأول في البارالمبياد بحصولها على 3 ميداليات ذهبية بين 1988 و 1996 مما يعكس تفوقها في رياضة كرة القدم للشلل الرباعي في الثمانينيات والتسعينيات، إلا أنها لم تحافظ على مستواها في الألفية الجديدة، حيث كان هناك تنوعاً أكبر وتوازناً أكثر في تحقيق المراكز المتقدمة من قبل دول أخرى كأوكرانيا وروسيا، وعليه فإن كل من أوكرانيا وروسيا وهولندا هي الدول المهيمنة بشكل واضح على المراكز الأولى، بحصدها للميداليات الذهبية عبر البارالمبياد للمدة قيد الدراسة، ونلاحظ أن أوكرانيا قد تصدرت المركز الأول في ترتيب الميداليات بحصولها على أكبر عدد من الميداليات، وترى الباحثة أن تفوق الدول في تحقيق النتائج المتقدمة نتيجة للدعم المؤسسي الكبير، وتوفير البنية التحتية من برامج تدريب متقدمة وكوادر متخصصة ومرافق متطورة، وهذا يتفق مع قول رئيس اللجنة البارالمبية الأوكرانية Valery Sushkevich في لقاءه الصحفي مع BBC NEWS، والذي أكد فيه على أن أوكرانيا تمتلك أفضل نظام للتربية البدنية والرياضة وإعادة التأهيل للأشخاص ذوي الإعاقة من خلال منظمة Invasport والتي تعمل على توفير مدارس ومرافق مخصصة للرياضات البارالمبية في كل منطقة في أوكرانيا، وقد حققت أوكرانيا المركز السادس في بارالمبياد أثينا عام 2004 واحتلت المركز الرابع في كل من بارالمبياد بكين 2008 ولندن 2012 والمركز الثالث في بارالمبياد ريو دي جانيرو 2016 بالرغم من الأزمة الاقتصادية، والحرب في الشرق، وخسارة مركز التدريب الرئيسي في شبه جزيرة القرم بعد سيطرة روسيا على المنطقة.

كما نجد أن الدول الأوروبية، أوكرانيا وروسيا وهولندا وبلجيكا هي أكثر دول حاصلة على الميداليات الذهبية، وترى الباحثة أن الوصول إلى تحقيق نتائج متقدمة في البارالمبياد والذي يعكس جهود أربع سنوات من التدريب والإعداد في

رياضة كرة القدم للشلل الدماغي دلالة على توفير كافة الإمكانيات والدعم المادي واللوجستي من قبل هذه الدول لتطوير رياضة ذوي الاعاقة، كما يشير (Guett et al., 2011) ان من ضمن سياسة الاتحاد الأوروبي ومعاودة لشبونة عام 2009 التي تنص على الاعتراف بأهمية الرياضة وتعزيزها كهدف من أهداف المجتمع الأوروبي ووضع استراتيجية لتطوير الرياضة للأشخاص من ذوي الاعاقة كأداة لتعزيز الاندماج المجتمعي والتماسك الاجتماعي في المجتمعات الأوروبية.

نلاحظ كذلك أن دول أخرى مثل إيرلندا والبرازيل وإيران تمكنت من ان تحصد الميداليات لكنها لم تحقق الميدالية الذهبية، مما يعكس قدرتها على المنافسة، إلا أنها لم تصل الى مستوى أداء بقية الدول المتنافسة، وترى الباحثة أن في توسيع نطاق المنافسة ليشمل قارات أخرى كأمريكا الجنوبية واسيا دلالة على زيادة الاهتمام وتوفير الدعم لتطوير رياضة كرة القدم للشلل الدماغي على المستوى الإقليمي، ويشير (Hamid, 2014, 225-226) أن الدورات البارالمبية التي تقام كل أربع سنوات وتسعى إليها جميع دول العالم هي فرصة لعرض أفضل الانجازات واكتساب نقل إعلامي واقتصادي، ومنذ بداية إقامتها كانت المشاركة فيها حلم لكل رياضي، كما أن الفوز بميدالية بارالمبية هو شرف عظيم، في حين أن مجرد التأهل للألعاب البارالمبية يعد إنجازا كبيرا لكل من رياضيي ذوي الاعاقة وبلدانهم.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1. تم إدراج رياضة كرة القدم للشلل الدماغي CP رسميا للمرة الاولى في البرنامج البارالمبي ضمن دورة نيويورك/ستوك ماندفيل عام 1984.
2. هنالك زيادة في عدد الدول المشاركة وعدد لاعبي كرة القدم CP في الدورات البارالمبية منذ أول دورة 1984 ولغاية 2016 عكس اهتمام الدول بهذه الرياضة.
3. حققت أوكرانيا المركز الأول وهولندا المركز الثاني، ثم جاءت روسيا وبلجيكا في المركز الثالث والرابع على التوالي بحصولهم على أكبر عدد من الميداليات الذهبية في الدورات البارالمبية للمدة قيد الدراسة.
4. هنالك تقارب في المستويات بين الدول الحاصلة على المراكز المتقدمة بكرة القدم CP في الدورات البارالمبية، إذ لم يكن الفارق كبيرا في عدد الميداليات التي حصلت عليها هذه الدول، والذي عكس المستوى التنافسي العالي بين هذه الدول في رياضة كرة القدم CP.
5. جاءت كل من دول إيرلندا والبرازيل وإيران في المرتبة الخامسة بحصولها على نفس العدد من الميداليات خلال الدورات البارالمبية مما يدل على كونها في نفس المستوى التنافسي.
6. حققت كل من دول البرتغال وبريطانيا واسبانيا ميدالية واحدة، وهي بحاجة لتطوير مستواها لتصل إلى مستوى الدول الحاصلة على المراكز المتقدمة.

5-2 التوصيات

1. ضرورة إدراج رياضة كرة القدم للشلل الدماغي ضمن الرياضات البارالمبية العراقية وتوفير الدعم لتطويرها محليا، لإتاحة الفرصة لفئات الإعاقة بالشلل الدماغي لممارستها والوصول بهم إلى المستوى التنافسي للدول المتقدمة.
2. إجراء دراسات تاريخية تتضمن معلومات دقيقة وموثقة عن تطور رياضات ذوي الإعاقة الأخرى كونها توفر معلومات عن واقع الانجازات المتحققة للدول المتقدمة فيها.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا للاتحاد الدولي بكرة القدم للشلل الدماغي IFCPF

تضارب المصالح

يعلن المؤلف أن ليس هناك تضارباً في المصالح

زينب علي عبد الأمير <https://orcid.org/0000-0002-1847-3290>

References

- Abdul-Ilah Aziz, M. (2019). Uruguay Soccer World Cup Champion Of 1930: Historical analytical study. *Journal of Physical Education*, 30(1), 430–447.
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V30\(1\)2018.344](https://doi.org/10.37359/JOPE.V30(1)2018.344)
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Abdulsalam, Z. S., & sabbar, omar saeed. (2024). 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. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 498–508.
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.707>
- Al-Hussein, A. A. A. (2017). The effect of the training method using variable training on learning some football skills. *Modern Sport*, 16(3), 14.
<https://jcopew.uobaghdad.edu.iq/index.php/sport/article/view/44>
- Al-Jabour, N. (2012). *Conducive. Sports for people with special needs* (1st edition, p. 142). Library of the Arab Complex for Publishing and Distribution.
- Al-Shammari, M., Mansourieh, D., & Kazar, M. (2018). *Physical and motor disabilities (basics – practice – rehabilitation)* (p. 38). Dar Al-Kutub Al-Ilmiyyah.
- Depauw, K. P. (2005). Disability sport. *Human Kinetics*.
- ERSÖZ, G., & ESEN, S. (2023). An Overview of Paralympic Sport from a Historical and Psychosocial Perspective. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 475–489. <https://doi.org/10.33438/ijdshts.1357682>
- González, I. P., Maggiolo, J. F., Romero, A. R., & Ramon, M. M. (2024). Analysis of goal scoring patterns as a factor in understanding the evolution of international cerebral palsy football. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 57, 362–370. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9580819>
- Guett, M., THOMAS, N., Hovemann, G., O'Rourke, B., Digennaro, S., Camy, J., & Fodimdi, J. (2011). *All for Sport for All: Perspectives of Sport for People with a Disability in Europe*. 14.
https://www.researchgate.net/publication/261506543_All_for_Sport_for_All_Perspectives_of_Sport_for_People_with_a_Disability_in_Europe
- Hamza, J. S., Ibrahim, M. I., & Bright, A. S. S. (2024). A comparative historical study of the sport of swimming and the number of its events for men and women in the Paralympic

- Games with the events of other games. *Rawafid Journal for Studies and Research in Sports Sciences*, 4(2), 11–19.
<https://doi.org/https://www.asjp.cerist.dz/en/article/252670>
- Hassan, K. M., & Muhammad, R. N. (2024). A historical study on the historic achievement of the Iraqi youth football team in the World Youth Cup in Turkey in 2014. *Al-Mustansiriya Journal of Sports Sciences*, 5(4), 224–239.
<https://doi.org/https://doi.org/10.62540/mjss.2023.05.03.4.16>
- Hiba, A. N., & Zainab, A. A. (2023). Tracking the historical march of the participation and achievement of Paralympic players to lift weights weighing 49 kg in the Iraq Clubs Championship for the period (2019–2022). *Modern Sport*, 22(1), 0068.
<https://doi.org/10.54702/ms.2023.22.1.0068>
- Hughson, J., Moore, K., Spaaij, R. F. J., & Maguire, J. A. (2017). *Routledge handbook of football studies*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Jaafar, A. M., & Khalaf, A. M. (2019). Evaluating the results of participation in the Arab Paralympic Swimming Championship for Iraq in the year (2000) from the point of view of administrative bodies, experts and specialists. *Journal of Physical Education*, 30(2), 508–519. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V30\(2\)2018.379](https://doi.org/10.37359/JOPE.V30(2)2018.379)
- 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 Shiyou Univ Nat Sci Ed*, 19(11), 751–764.
- Khamis, F. H. (2023). A historical study of the participation of the Egyptian national football team in the Olympic Games and the results achieved from 1920 to 1948. *Wasit Journal of Mathematical Sciences*, 15(2), 171–191. <https://doi.org/10.31185/wjoss.262>
- Khlef, M. M., & Ali, Y. S. (2021). A Historical Study of Iraqi Paralympic Participations in IPC World Championships Athletics from 1990 till 2017. *Journal of Physical Education*, 33(2), 62–70. [https://doi.org/10.37359/JOPE.V33\(2\)2021.1142](https://doi.org/10.37359/JOPE.V33(2)2021.1142)
- Kohe, G. Z., & Peters, D. M. (2016). *High performance disability sport coaching* (Vol. 218). Routledge London.
- Mashkour, N. H. (2015). *THE EFFECT OF TRAINING & COMPONENT OF HARMONIC CAPACITY IN SOME PHYSICAL, BIO-KINEMATIC VARIABLES & ACHIEVEMENT OF LONG JUMP*.
- Odeh, A. H. (2019). A comparative study on the level of achievement and rates of development between the (Beijing 2008) and (London 2012) sessions in weightlifting for

women with disabilities. *Journal of Physical Education*, 26(3), 222–233.

[https://doi.org/10.37359/JOPE.V26\(3\)2014.500](https://doi.org/10.37359/JOPE.V26(3)2014.500)

Peña–González, I., & Moya–Ramón, M. (2023). Physical performance preparation for the cerebral palsy football world cup: A team study. *Apunts Sports Medicine*, 58(218), 100413. <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2023.100413>

Reina, R., Sarabia, J. M., Yanci, J., García–Vaquero, M. P., & Campayo–Piernas, M. (2016). Change of Direction Ability Performance in Cerebral Palsy Football Players According to Functional Profiles. *Frontiers in Physiology*, 6. <https://doi.org/10.3389/fphys.2015.00409>

Riadh, S., & Kadhum, W. (2022). The effect of exercises using the spring ball tool in developing the accuracy of the front and back stroke for Wheelchair Tennis players. *Modern Sport*, 21(1), 0098. <https://doi.org/10.54702/msj.2022.21.1.0098>

Volker, M. W., Schwanz, K. L., Blatz, D. H., & Senk, A. M. (2024). Adaptive Soccer. In *Adaptive Sports Medicine: A Clinical Guide* (pp. 179–205). Springer.

Williams, A. M., Ford, P., Reilly, T., & Drust, B. (2013). *Science and soccer*. Routledge London, UK.

Zahraa, A. B., & Sahar, H. M. (2024). The Effect of some Special Exercises for the Explosive Ability of the Distinct Leg, which is Developing the Accuracy of Performing the Pressing Skill in Football Tennis. *Modern Sport*, 23(3), 0099–0107. <https://doi.org/10.54702/ncf3a924>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of intense phosphorus training on developing strength characterized by speed and some offensive skills for young handball players

Ammar Taher Mandeel  

University of Diyala / College of Basic Education

Article information

Article history:

Received 23/12/2024

Accepted 9/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Intensive phosphorous training,
distinctive strength with speed,
handball

Abstract

The aim of the research is to identify the effect of intensive phosphorous training in developing the distinctive strength with speed and offensive skill performance of advanced handball players. The experimental method was used. The research sample was the young players of Diyala Sports Club for handball. After applying intensive phosphorous training exercises, the most important conclusions were reached: Intensive phosphorous training is one of the successful exercises in developing the distinctive strength with speed and offensive skill performance of young handball players. Accordingly, it was recommended: Adopting intensive phosphorous training as one of the successful exercises in developing the distinctive strength with speed and offensive skill performance of handball players.



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير التدريب المكثف الفسفوري في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية للاعبي كرة اليد الشباب

عمار طاهر مندیل¹  

جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/12/23

القبول : 2025/1/9

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

التدريب المكثف الفسفوري ، القوة المميزة
بالسرعة ، كرة اليد

الملخص

هدف البحث الى التعرف على تأثير التدريب المكثف الفسفوري في تطوير القوة المميزة بالسرعة والاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة اليد المتقدمين، وتم استعمال المنهج التجريبي اما عينة البحث كانت اللاعبين الشباب لنادي ديالى الرياضي بكرة اليد وبعد تطبيق تمرينات التدريب المكثف الفسفوري تم التوصل الى اهم الاستنتاجات: التدريب المكثف الفسفوري من التدريبات الناجحة في تطوير القوة المميزة بالسرعة والاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة اليد الشباب، وعليه تم التوصية: اعتماد التدريب المكثف الفسفوري كونه من التدريبات الناجحة في تطوير القوة المميزة بالسرعة والاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة اليد.

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

للارتقاء بالبلد بكافة المجالات التي ترتبط بحياة الانسان لابد من الاهتمام بكل التخصصات الاجتماعية والتربوية والتعليمية و الرياضية ، ولهذا فان الاهتمام بالجانب الرياضي من اكثر الامور تعلقاً بسعادة الانسان وتحقيق رغباته سواء من ناحية الممارسة لغرض الصحة واللياقة العامة او لغرض تحقيق الانجازات الرياضية وإن تحقيق الانجازات يعتمد على التدريب الناجح والصحيح والهادف والمؤثر على قابليات اللاعب لغرض احداث التغيرات البدنية والمهارية والخطئية بما تخدم اللعبة وخصوصيتها في المنافسات وتحقيق الفوز .

ولهذا نجد أن هناك اساليب وطرائق تدريبية متنوعة ولكل نوع له اهدافه الخاصة في رفع مستوى اللاعب بمختلف المجالات ومن ضمنها التدريب المكثف الفسفوري الذي يعد احد انواع التدريب ذات التأثير الإيجابي في تطوير القوة العضلية واللياقة البدنية (Mashkour, 2015) من خلال تنفيذ مجموعة من التمرينات المتنوعة التي تتضمن تمارين الوزن الحر وتمارين عالية الكثافة وتمارين التحمل ومن فوائده هو تحفيز العضلات العاملة وتحسين عملية الايض وزيادة القدرة على تحمل الأعباء التي تواجه الرياضي وينصح مع ممارسة او تطبيق التدريب المكثف الفسفوري الالتزام بالأحماء الجيد والتوازن بالتمرينات والتغذية السليمة والتي بدورها تعتبر من متطلبات تنفيذ هذا النوع من التدريبات ولمختلف الالعاب الرياضية ولهذا يرى (Al-Fateh & Al-Sayyid, 2002) " التدريب الفسفوري هو تكثيف الاحمال التدريبية ورفع شدة التدريب بدرجة عالية لفترة قصيرة ، مما يؤدي الى تحقيق الفورمة الرياضية في اسرع وقت

ويعد تطوير المتطلبات البدنية المختلفة ومنها القوة المميزة بالسرعة التي تعد من القدرات البدنية الضرورية في لعبة كرة اليد لأهميتها في الاداء المهاري والتحركات السريعة وتغير الاتجاه وهذا يحقق الهدف الاساسي في اللعب (Karim & Al-Diwan, 2024) وبذلك فان القوة المميزة بالسرعة تعد مطلب بدني مهم واساسي في هذه اللعبة ولهذا يرى (Aziz, 2024) " ان اهمية و واجبات التدريب في المجالات الرياضية لم تتوقف على تحقيق نتائج رياضية والوصول الى مستوى افضل فحسب بل بيان النتائج المتحققة وعلاقته بالمتطلبات البدنية ، ومنها ان القوة المميزة بالسرعة للاعب كرة اليد لها دور في الهجوم السريع وهنا يتطلب تطوير المستوى لما لهذه الصفة من دور كبير في تحقيق المستويات (Ali et al., 2023) ومن هنا تأتي الاهمية للبحث للارتقاء بمستوى القوة المميزة بالسرعة للاعب كرة اليد من خلالها يمكن الارتقاء بمستوى الاداء المهاري الذي لا يمكن تطويرهما الا باستعمال أسلوب او طريقة التدريب المناسبة الذي يتبع الخطوات العلمية اذ اتباع الطرق الحديثة والمتطور تعزز من الارتقاء بمستوى اداء اللاعبين.

1-2 مشكلة البحث :

من خلال متابعة ومشاهدة الباحث لفريق شباب نادي دىالى بكرة اليد لاحظ ان هناك ضعف في القدرات البدنية وخاصة القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية لدى اللاعبين والتي يرجحها الباحث الى ضعف في طريقة التدريب المتبعة لدى الفريق وهذا قد يكون ناتجة عن قلة الاهتمام بهذه القدرة اثناء التدريب مما جعل الباحث يلوج في هذه المشكلة و اعداد تمرينات بأسلوب التدريب المكثف الفسفوري سعياً منا لإيجاد حلول ناجعة لهذه المشكلة و رفد اللعبة بكل ما هو مفيد وجديد.

1-3 هدف البحث :

- 1- اعداد تمرينات التدريب المكثف الفسفوري لتطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية بكرة اليد للشباب.
- 2- التعرف على تأثير التدريب المكثف الفسفوري في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية بكرة اليد للشباب.

1-4 فرضا البحث:

- 1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعيدة في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية بكرة اليد.
- 2- وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارات البعيدة ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الهجومية بكرة اليد.
- 5- مجالات البحث .

- البشري : لاعبي نادي دىالى الرياضى بكرة اليد للشباب.

- المكانى : قاعة نادي دىالى المغلقة بكرة اليد .

-الزمانى : للمدة من 2024/7/4 ولغاية 2024/9/5 .

2- المنهجية والإجراءات المستخدمة:

1-2 المنهج : استعمل المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لمعالجة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

2-2 المجتمع والعينة :

حدد مجتمع البحث بلاعبي الشباب بكرة اليد لنادي دىالى الرياضى والتي تم اختيارهم بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (24) لاعب، وتم اختيار العينة والبالغة (20) لاعب وهم يشكلون نسبة (83.33%) من المجتمع الاصلي ، وقسمت العينة إلى مجموعتين بالطريقة العشوائية (ضابطة وتجريبية) بحيث بلغت كل مجموعة (10) لاعبي، وتم تجانس العينتين داخل كل مجموعة وتكافؤ المجموعتين وكما مبين في جدول (1) و (2)

جدول (1)**يوضح تجانس العينة في متغيرات المورفولوجيا للبحث**

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	الوزن /كغم	78.25	1.241	1.585
2	الطول/ سم	179.56	2.475	1.378
3	العمر التدريبي/ سنة	10.452	0.978	9.357
4	العمر / سنة	16.54	0.535	3.234
6	القوة المميزة بالسرعة للذراعين / عدد	25.745	0.965	3.748
7	القوة المميزة بالسرعة للرجلين / متر	10.452	0.856	8.189
8	دقة التصويب/عدد	25.412	0.795	3.128
9	المناولة والاستلام من مسافة (3) م/عدد	20.457	0.932	4.555
10	الطبطة حول ملعب مستطيل/ثانية	10.514	0.574	5.459

يبين لنا الجدول (1) ان قيم معامل الاختلاف كانت أقل من (30%) وتقترب من (1%) هذا يدل على أن العينة متجانسة في المجموعة الواحدة .

جدول (2)

يوضح التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات والقياسات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيم ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع		
القوة المميزة بالسرعة للذراعين / عدد	25.745	0.965	25.641	0.947	0.231	غير معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين / متر	10.452	0.856	10.754	0.976	0.699	غير معنوي
دقة التصويب/عدد	25.412	0.795	25.623	0.971	0.504	غير معنوي
المناولة والاستلام من مسافة (3) م/عدد	20.457	0.932	20.364	0.893	0.216	غير معنوي
الطبطة حول ملعب مستطيل/ثانية	10.514	0.574	10.712	0.865	0.572	غير معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى دلالة (0.05) = 1.734

من خلال الجدول (2) يتبين لنا تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث مما يتيح للباحث الوقوف على خط شروع واحد للمجموعتين وتحديد أمكانية عزو النتائج التي قد تظهر للعامل التجريبي .

2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة البحث المستخدمة:

- المصادر والمراجع، الاختبارات، المقابلات، ملعب كرة يد قانوني، كرات يد عدد (10)، ميزان طبي، شريط قياس طول (10) متر، حبل مطاط، مرمى كرة يد مقسم، تقيل (اكياس رمل صغيرة)، صافرة.

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

قام الباحث بتحديد متغيرات البحث التي تتناسب مشكلة البحث والمعتمدة من المصادر والمراجع والمتكونة من:

1- القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين.

2- المهارات الهجومية بكرة اليد (دقة التصويب ، المناولة والاستلام، الطبطة).

2-4-2 الاختبارات البنائية والمهارية المستخدمة:

3-4-1 اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين. (Kazem, 1999)

اسم الاختبار : اختبار ثني الذراعين ومدهما من وضع الاستناد الأمامي (10 ثا)

الهدف من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين.

وحدة القياس : عدد المرات

وصف الأداء : من وضع الاستناد الأمامي مع ملاحظة اخذ وضع الجسم الوضع الصحيح ، ثني الذراعين ثم مدهما كاملا.

الألوات المستخدمة: ساعة توقيت.

التسجيل: يتم التسجيل لعدد مرات ثني الذراعين ومدهما بشكل صحيح خلال (10) ثوان.

3-4-2 اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين (Kazem, 1999)

اسم الاختبار:- اختبار الوثب الطويل إلى الأمام لمدة (10) ثانية.

الغرض من الاختبار:- قياس صفة القوة المميزة بالسرعة للرجلين .

الألوات :- شريط قياس - ساعة إيقاف - ارض ملعب - صافرة

طريقة الأداء :- يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع الصافرة يقوم بعمل وثبات للأمام ثم تقاس المسافة التي قطعها

خلال (10) ثوان .

الشروط : - عدم ملامسة أي جزء من الجسم للأرض ماعدا القدمين .

- بذل أقصى جهد من قبل المختبر لتسجيل اكبر مسافة ممكنة

إدارة الاختبار: مؤقت يقوم بإعطاء إشارة البدء وحساب الزمن المستغرق لأداء الاختبار .
التسجيل: يسجل للمختبر اكبر مسافة قطعها من خلال وقت الاختبار (10) ثوان وتعطى له ثلاث محاولات ومدة الراحة بين المحاولة والأخرى من (5-7) دقائق لاستعادة الشفاء وتسجيل أفضل محاولة .

3-2-4-3 اختبار دقة التصويب: (Al-Khayat, 1995)

الهدف من الاختبار: قياس دقة التصويب في كرة اليد.
طريقة الأداء: رسم مرمى لكرة اليد على جدار أمامي على شكل قائمين وعارضة (2×3) أمتار بحيث يكون الشكل الذي يمثل القائمين ملاصقاً لخط تلاقي الجدار وأرضية الملعب. ثم يقسم المرمى لقياس دقة التصويب في كرة اليد إلى تسع مستطيلات ويرسم خط على الأرض يبعد (9) أمتار من هذا الشكل.
 يقوم اللاعب بالتصويب من خلف الخط بخطوة الارتكاز مع مراعاة إن الذي تصيب كرتة المستطيلات (1,3,7,9) والتي تمثل زوايا المرمى الأربعة والتي تبلغ إبعادها (60×100) سم ينال الدرجة النهائية وهي أربع درجات. إما الذي تصيب كرتة (2,8) والتي تمثل المنطقة فوق رأس حارس المرمى وبين قدميه والتي تبلغ إبعادها (60×100) سم. ينال ثلاث درجات ، والذي تصيب كرتة المستطيلات (4,8) والتي تمثل منطقة مدى ذراعي حارس المرمى والتي إبعادها (80×100) سم ينال درجتين، والذي تصيب كرتة المستطيل المتوسط والذي يمثل منطقة صدر وجذع حارس المرمى والذي تبلغ إبعاده (80×100) سم يستحق درجة واحدة، وإذا جاءت الكرة خارج المرمى عند ذلك ينال اللاعب صفراً، ويؤدي كل لاعب عشر محاولات.

3-2-4-4 المناولة والاستلام من مسافة (3) م. (Al-Khayat, 1995)

الهدف من الاختبار: قياس التوافق وسرعة المناولة على الحائط.
الألوات المستخدمة: كرة اليد، ساعة توقيت، استمارة تسجيل عدد مرات استلام الكرة، حائط مستو.
الأداء: يقف المختبر على بعد (3) م من الحائط يقوم بمناولة الكرة إلى الحائط والاستمرار لأكثر عدد ممكن من المرات في زمن محدد قدره (30) ثانية.
التسجيل: يحسب عدد المناولات في الزمن المحدد (يحسب عدد مرات استلام الكرة دون سقوطها على الأرض).

2-2-4-5 اختبار الطبطبة حول ملعب مستطيل. (Al-Khayat, 1995)

الهدف من الاختبار: قياس مهارة الطبطبة بكلتا اليدين .
الألوات المستخدمة: كرة اليد، ساعة توقيت، ملعب (26×14) م ، استمارة تسجيل الزمن.
الأداء: يقف الطالب في احد أركان الملعب ويقوم بطبطبة الكرة بإحدى اليدين باستمرار مع الدوران حول الملعب لعمل دورة كاملة.

الشروط: يتم أداء الاختبار باليد المستخدمة للتصويب ثم يكرر نفس الأداء باليد الأخرى.

التسجيل: يحسب الزمن المسجل في أداء دورة كاملة حول الملعب .

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

في يوم الخميس الموافق 2024/7/4 تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة البحث التجريبية لمعرفة مدى ملائمة التدريب المكثف الفسفوري المستخدم وكذلك لمعرفة الصعوبات التي تواجه الباحث حتى يتم تلافيها مستقبلاً.

2-5 التجربة الرئيسية:

2-5-1 تم اجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث الضابطة والتجريبية لمتغيرات البحث وبمساعدة فريق العمل المساعد وذلك بتاريخ 2024/7/8 الموافق الأثنين في تمام الساعة الخامسة عصراً وتم اجراء الأحماء المناسب قبل البدء بالاختبارات وذلك لمنع حدوث الإصابات وكذلك تعريف اللاعبين بطبيعة الاختبارات المستخدمة.

2-5-2 التدريب المعتمد :

لغرض رفع مستوى القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين ومستوى المهارات الهجومية اعتمد الباحث التدريب الفسفوري المكثف من خلال تطبيق تمرينات ذات الاحمال العالية والمشابهة لأجواء المنافسة خلال فترة الاعداد الخاص وفي القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية ، والتي تم تطبيقها خلال شهرين وبواقع ثلاث وحدات اسبوعية وبمعدل (24) وحدة تدريبية . وكانت ايام التدريب الاحد والثلاثاء والخميس وكان معدل الشدة تتراوح بين (75 - 100 %) ، اما الحجم اعتمد على المسافة والتكرارات المستخدمة في التمرينات ، وبالنسبة للراحة تم اعتماد النبض كمؤشر للراحة (بين التكرارات 120-130 ض/د) (بين المجاميع 110-120 ض/د) وبداء تطبيق التدريب بتاريخ 2024/7/8 وانتهى بتاريخ 2024/9/2.

2-5-3 الاختبارات البعيدة:

بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات على عينة البحث قام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد بأجراء الاختبارات البعيدة وذلك يوم 2024/9/5 وفي تمام الساعة الخامسة عصراً .

2-6 الوسائل الإحصائية: تم استعمال نظام (spss) لمعالجة البيانات.

3- تحليل النتائج ومناقشتها :**جدول (3)**

يوضح قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و نسبة الخطأ وقيمة (ت) المحسوبة للمجموعة الضابطة في

الاختبارات القبلية والبعيدة المستخدمة

الاختبارات	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
القوة المميزة بالسرعة للذراعين / عدد	25.745	0.965	27.861	0.856	0.754	2.806	معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين /متر	10.452	0.856	11.895	0.964	0.667	2.163	معنوي
دقة التصويب/عدد	25.412	0.795	27.142	0.875	0.617	2.803	معنوي
المناوله والاستلام من مسافة (3) م/عدد	20.457	0.932	22.452	0.697	0.787	2.534	معنوي
الطبطة حول ملعب مستطيل/ثانية	10.514	0.574	9.045	0.552	0.565	2.6	معنوي

قيمة (ت) الجبولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

جدول (4)

يوضح قيم (ت) القبلية والبعيدة للمجموعة التجريبية في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
القوة المميزة بالسرعة للذراعين / عدد	25.641	0.947	29.074	0.784	0.998	3.439	معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين /متر	10.754	0.976	12.784	0.698	0.898	2.26	معنوي
دقة التصويب/عدد	25.623	0.971	29.074	0.769	1.121	3.078	معنوي
المناوله والاستلام من مسافة (3) م/عدد	20.364	0.893	24.571	0.886	1.221	3.445	معنوي
الطبطة حول ملعب مستطيل/ثانية	10.712	0.865	8.044	0.578	0.885	3.014	معنوي

قيمة (ت) الجبولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

وفق النتائج التي تم معالجتها احصائيا في الجدولين (3 ، 4) تبين لنا أن هناك تطور لمجموعتي البحث نتيجة التدريب الصحيح المستخدم والناجح ويعزو الباحث هذه النتائج الى تطبيق التمرينات المعتمدة للمجموعتين هي " الاجراء التطبيقي

المنظم للتمرينات المختارة داخل الوحدة التدريبية في ضوء قيم محددة للحمل التدريبي المستخدم" (A. A. Marwan, 2003)

هذا وحقق التدريب هدفه وتطبيق مبادئه الصحيحة كما يذكرها (A. M. I. 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"

جدول (5)

يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	ع	س	ع	س		
القوة المميزة بالسرعة للذراعين / عدد	27.861	0.856	29.074	0.784	3.142	معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين / متر	11.895	0.964	12.784	0.698	2.244	معنوي
دقة التصويب/عدد	27.142	0.875	29.074	0.769	4.979	معنوي
المنافسة والاستلام من مسافة (3) م/عدد	22.452	0.697	24.571	0.886	5.65	معنوي
الطبطة حول ملعب مستطيل/ثانية	9.045	0.552	8.044	0.578	3.763	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.734

ووفق الجدول (5) تبين لنا دور وأهمية طريقة التدريب المستخدمة وهي التدريب المكثف الفسفوري التي طبقها الباحث وتأثيره في تحقيق الهدف التدريبي من خلال تطوير القوة المميزة بالسرعة والمهارات الهجومية بكرة اليد وهذا يفسر سبب نجاح المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة إذ يرى (Al-Ali & Shaghati, 2010) أن طريقة التدريب "هي عبارة عن تخطيط معين يمثل كيفية اختيار وتنظيم محتويات التدريب ، فضلاً عن وضع وتنظيم شكل التدريب بحسب الهدف الموضوع أو المراد تحقيقه "

كذلك يؤيد (Al-Basati, 1998) " التدريب الرياضي وبشتى أنواعه يهدف الى تحسين القدرات البدنية والنفسية والعقلية للفرد من خلال ممارسة الفعالية للنشاط "

وبخصوص القوة المميزة بالسرعة فهي كما اسلفنا سابقاً مطلب مهم واساسي لنجاح الاداء المهاري في لعبة كرة اليد ولهذا جاء التركيز على تطويرها وهذا ما اكده (Qasim, 1998) من أن القوة المميزة بالسرعة " تظهر مدى إمكانية عضلات جسم الرياضي في دفع جسمه أو أجزاء منه في حركات الدفع للأمام والأعلى والخلف " وفي حالة تطور الجانب البدني اكد سوف يعكسه على الجانب المهاري وهذا ما اكد (Robert, 1980) " بأن المهارة لا تتحقق إلا في وجود القدرات البدنية الخاصة"

ويؤكد (Al-Hamdani, 2001) " أن إتقان المهارات الفردية أو المركبة يعد أساساً للارتقاء والتفوق سواء كان ذلك في الوحدات التدريبية أو الاختبارات مهارية أو المنافسة الحقيقية"

4-الاستنتاجات والتوصيات :

1-4 الاستنتاجات:

- 1- أظهرت النتائج ان للتدريب المكثف الفسفوري طور القوة المميزة بالسرعة لدى لاعبي كرة اليد الشباب.
- 2- ساهم التدريب المكثف الفسفوري في تحسين الاداء المهاري الهجومي.
- 3- أن التدريب على الاحمال المناسبة لمستوى العينة وفق اجواء المنافسة يعزز من المتطلبات البدنية لخصوصية اللعبة كما في تطوير القوة المميزة بالسرعة والاداء المهاري الهجومي .

4-2 التوصيات:

- 1- اعتماد التدريب المكثف الفسفوري كونه من التدريبات الناجحة في تطوير القوة المميزة بالسرعة والاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة اليد المتقدمين.
- 2- التأكيد على التدريب ذو الاحمال الكبيرة والمكثفة وفق اجواء المنافسة يعزز من المتطلبات البدنية لخصوصية اللعبة كما في تطوير القوة المميزة بالسرعة والاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة اليد المتقدمين.
- 3- استعمال التدريب المكثف الفسفوري من قبل المدربين لتطوير فعاليات وقدرات بدنية أخرى.

الشكر والتقدير

يشكر الباحث كل من ساهم معه في انجاز هذا البحث العلمي وخاصة عينة البحث وإدارة قاعة نادي ديالى المغلقة للألعاب الرياضية.

تضارب المصالح

يعلن الباحث انه ليس هناك أي تضارب للمصالح.

عمار طاهر منديل <https://orcid.org/0009-0001-7809-4938>

References

- Al-Ali, H. A., & Shaghati, A. F. (2010). Strategies, Methods, and Techniques of Sports Training. *Al-Noor for Printing and Reproduction, Baghdad*.
- Al-Basati, A. A. (1998). Rules and foundations of sports training and its applications. *Alexandria, Al-Maaref for Printing and Publishing*.
- Al-Fateh, W. M., & Al-Sayyid, M. L. (2002). *Scientific foundations for sports training for players and coaches* (p. 54). Dar Al-Hoda for Publishing and Distribution.
- Al-Hamdani, S. F. A. Q. (2001). *The effectiveness of the physical and skill levels in determining the performance efficiency of basketball players according to playing positions (relationship – contribution – prediction)* [PhD thesis]. University of Mosul.
- Ali, B. A., Youssef, M. A. H., & Hamad, S. H. (2023). The contribution of some physical measurements to the accuracy of the stabbing skill with the foil weapon for the third year students in the fencing game. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 15(55).
- Al-Khayat, D. Q. (1995). *The effect of teaching strategies by objectives and feedback on the level of performance of motor skills in handball* [Unpublished doctoral dissertation]. University of Mosul.
- Aziz, H. G. (2024). The effect of special exercises on the strength and speed of the legs and the stages of quick attack in handball for advanced students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 356–368. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.807>
- 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>
- Kazem, J. A. (1999). *Physiological tests and measurements in the sports field: Vol. 2nd edition*. That Al Salasil Printing, Publishing and Distribution.
- Kazem, J. Amir. (1999). *Physiological tests and measurements in the sports field: Vol. 2nd edition*. That Al Salasil Printing, Publishing and Distribution.
- Marwan, A. A. (2003). *The effect of weight training and plyometrics on some physical and physiological variables of handball players* [PhD thesis]. Minya University.
- 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.
- Mashkour, N. H. (2015). *THE EFFECT OF TRAINING & COMPONENT OF HARMONIC CAPACITY IN SOME PHYSICAL, BIO-KINEMATIC VARIABLES & ACHIEVEMENT OF LONG JUMP*.

Qasim, H. H. (1998). *Sports Training Science in Different Games* (1st ed, p. 133). Dar Al Fikr Al Arabi.

Robert, S. N. (1980). *Motor Learning and Human Performance, an Application to Motor Skill and Movement Behavior*. New York, McMillan.

ملحق (1)

(نموذج من الوحدات التدريبية)

الشدة: 75%

زمن التمرينات: 30 دقيقة

هدف الوحدة : تطوير القوة المميزة بالسرعة

الأسبوع : الأول

الوحدة التدريبية (1)

الزمن الكلي للتمرين	الزمن الكلي للعمل للراحة والعمل		الراحة بين التمرينات	الراحة بين المجموعات	زمن الاداء	التكرار	التمرينات
	راحة	اداء					
300 ثا	180 ثا	120 ثا	40 ثا	60 ثا	30 ثا	4	تثقيف الرجلين واليدين بوزن 500 غم لكل رجل ويد وأداء طبطبة لمسافة 20م ثم التصويب بالقفز
300 ثا	180 ثا	120 ثا	40 ثا	60 ثا	30 ثا	4	أداء استناد امامي 10 عدات ثم الانطلاق للهدف واستلام مناولة طويلة والتصويب بالقفز
300 ثا	180 ثا	120 ثا	40 ثا	60 ثا	30 ثا	4	ربط حبال مطاطية بالجذع والتقدم ثم التصويب
300 ثا	180 ثا	120 ثا	40 ثا	60 ثا	30 ثا	4	قفز الارنب لمسافة 5 متر ثم استلام كرة من زميل ثم الطبطبة 5 متر ذهاباً واياباً
300 ثا	180 ثا	120 ثا	40 ثا	60 ثا	30 ثا	4	الجري السريع على طول الملعب 40 متر ذهاباً واياباً مع انتقال الرجلين 500 غم لكل رجل
300 ثا	180 ثا	120 ثا	40 ثا	60 ثا	30 ثا	4	وضع اليدين خلف الرأس و عمل حركات ارتدادية بالرجلين والتقدم للأمام لمدة 30 ثانية



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of muscle stretching exercises using some resistances on flexibility, muscle strength endurance and some basic skills in youth volleyball

Abbas Abdul Jabbar Mohammed ✉
Diyala directorate of education

Article information

Article history:

Received 17/9/2024

Accepted 3/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Muscle stretching, resistances,
flexibility, muscle strength endurance,
volleyball

Abstract

The aim of the research was to prepare muscle stretching exercises using some resistances on flexibility, muscle strength endurance and some basic skills in youth volleyball. The method used was the experimental method with an equivalent groups nature, as the sample was the youth volleyball players of Diyala Sports Club for the 2023–2024 season. The most important conclusions were: – Muscle stretching exercises using some resistances succeeded in raising the level of flexibility, muscle strength endurance and some basic skills in youth volleyball. It was recommended: Adopting muscle stretching exercises using some resistances in training youth volleyball within the training units, as they succeeded in raising the level of flexibility, muscle strength endurance and some basic skills.



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارينات التمدطية العضلية باستخدام بعض المقاومات على المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب

✉ ¹ عباس عبد الجبار محمد

المديرية العامة لتربية ديالى

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/9/17

القبول : 2024/11/3

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

التمدطية العضلية ، المقاومات ، المرونة ، تحمل
القوة العضلية ، كرة الطائرة

الملخص

هدف البحث الى اعداد تمارينات التمدطية العضلية باستخدام بعض المقاومات على المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب وكان المنهج المستعمل هو المنهج التجريبي ذات طابع مجاميع متكافئة اذ كانت العينة هم لاعبي الكرة الطائرة الشباب لنادي ديالى الرياضي للموسم 2023-2024 وكانت اهم الاستنتاجات: - تمارينات التمدطية العضلية باستخدام بعض المقاومات نجحت في رفع مستوى المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب وتم التوصية: اعتماد تمارينات التمدطية العضلية باستخدام بعض المقاومات في تدريب الشباب بالكرة الطائرة ضمن الوحدات التدريبية كونها نجحت في رفع مستوى المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية.

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

الانجازات المتحققة في مختلف المجالات لم تأتي بالصدفة وانما من خلال الدراسة الصحيحة والعميقة والبحث بالأسلوب العلمي لأصغر الجزئيات التي لها فائد في النهوض والابداع وهذا يعطي حقائق تقدم بعض البلدان وتطورها نتيجة الاهتمام بالعلم والبحث العلمي.

وفي المجال الرياضي فان للعلوم الساندة للتدريب الرياضي والابحاث العلمية المدروسة كان لها الفضل في التقدم الرياضي وتحقيق الانجازات والبطولات ، اذ بفضل تلك الدراسات ساعدت في اختيار التمرينات والتدريبات المناسبة التخصصية ولها التأثير على جسم اللاعب لغرض التطور والتكيف عليها وتقديم ما هو افضل من الاداء في المنافسة .

ومن تلك التمرينات التمتطية العضلية وهي تمرينات تساعد على تهيئة وتدريب العضلات لاستقبال الاحمال القوية لغرض رفع المستوى البدني وخاصة القوة العضلية من ناحية التحمل وكذلك تقوية العضلات الساندة للمفصل لغرض رفع المرونة المطلوبة " ان إطالة المجموعات العضلية بشكل متسلسل ومنطقي يعمل على رفع حرارة العضلات وتدفق الدم في العضلات المستخدمة في النشاط ، مما يؤدي إلى تغيرات فسيولوجية خلال هذه الفترة وارتفاع مستوى الأداء الذي يؤدي إلى زيادة إنتاج الطاقة وزيادة قوة الانقباض العضلي وتزويد العضلات العاملة بالدم والأكسجين وانخفاض مقاومة العضلات العاملة ورفع معدل التوتر العصبي " (Athletics, 2010) كما في دراسة (Mohammed & Mashkoor, 2006)

وافضل الطرق لاستعمال تدريبات التمتطية هي استعمال المقاومات التي تساعد على التمتطية العضلية كما في دراسة (Nahida et al., 2018) وهناك انواع متعددة من المقاومات منها الثابتة ومنها المتحركة التي تعتبر عامل مساعد على تطوير الجانب البدني وبدوره يعكس على تطور المهاري ويرى (Al-Qat, 1999) " تدريبات المقاومات عديدة ومتنوعة وقديمة قدم الإنسان، إلا أنه خلال العشرين عاما الماضية أمكن الوصول إلى عدد محدد من هذه التدريبات يناسب العديد من الرياضات الحديثة، بحيث أصبحت هذه التدريبات لها صفة الشمولية والتكامل في عمليات التنمية ".

وتعد لعبة الكرة الطائرة من الالعب الرياضية التي يجب ان يتمتع لاعبيها بتحمل القوة والمرونة في تأدية المهارات الاساسية اذ لكل لعبة لها خصوصية ومتطلبات وتجهيز تلك المتطلبات بالتدريب الرياضي سوف يعكس مدى التطور والنجاح في لعبة الكرة الطائرة ، ومن هنا يأتي دور تمرينات المقاومة في رفع مستوى تلك المتطلبات بعد ان يتهيأ لها التدريب المناسب وهي التمتطية التي تتم من خلال المقاومات. (Hamad et al., 2024)

ومن هنا تأتي أهمية البحث في الانتقاء بالمستوى البدني وخاصة تحمل القوة والمرونة للاعبي الكرة الطائرة لأهميتها في نجاح الاداء المهاري من خلال تمرينات التمتطية الضرورية وباستخدام المقاومات المساعدة التمتطية وبهذا نساهم بعمل تدريب يرتقي بلعبة الكرة الطائرة لغرض تحقيق النتائج.

1-2 مشكلة البحث:

استعمل التدريبات والتمرينات الصحيحة في الوحدات التدريبية وضمن تخصص اللعبة اكيد سوف يساعد على الارتقاء بمستوى الاداء ولهذا فان تمرينات التمتطية الضرورية تساعد بتهيئة العضلات للجهد البدني وتعتبر عامل مساعد في التطور وتقلل الاصابات وتزيد التمتطية اكثر عندما نستخدم تدريب المقاومة المساعدة التمتطية .

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة في لعبة الكرة الطائرة وعلم التدريب الرياضي لاحظ ان الجانب البدني وخاصة تحمل القوة العضلية والمرونة من العوامل المهمة والاساسية في تحقيق النتائج في الاداء المهاري ويزيده اكثر دقة وقوة وسرعة في التنفيذ وان استخدام التدريب المناسب لها سوف يرتقي بهما وهنا جاء دور تحريبات تمرينات التمتطية العضلية المصحوبة بالمقاومات التي ترفع من التمتطية لغرض رفع مستوى الاداء نحو الافضل.

1-3 أهداف البحث :

- 1- اعداد تمارينات التمثية العضلية باستخدام بعض المقاومات على المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب.
- 2- التعرف على تأثير تمارينات التمثية العضلية باستخدام بعض المقاومات على المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب.
- 3- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب.
- 4- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب.

1-4 فروض البحث:

- 1- وجود تأثير ايجابي لتمرينات التمثية العضلية باستخدام بعض المقاومات على المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب.
- 2- النتائج التي تم الحصول عليها في اختبارات قبلية وبعدية لكلا للمجموعتين ذات طابع معنوي لصالح اختبارات بعدية .
- 3- نتائج اختبارات بعدية ذات طابع معنوي لصالح العينة التجريبية في تطوير المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب.

5- مجالات البحث.

1-5-1 المجال البشري : لاعبي الكرة الطائرة الشباب لنادي دىالى الرياضي للموسم 2023-2024

1-5-2 المجال المكاني : ملعب الكرة الطائرة في قاعة الشباب والرياضة في نادي دىالى

1-5-3 المجال الزماني : للمدة من 2024/3/7 ولغاية 2024/6/11

1-6 تعريف المصطلحات :

- تمارينات التمثية : هي " مقدرة الرياضي على أداء الحركات الرياضية إلى أوسع مدى تسمح به المفاصل العاملة على الحركة " (Kama & Mohamed, 1997)
- تدريبات المقاومة : أنها عبارة عن " تسلط قوى خارجية على المجاميع العضلية العاملة في التحرك (المشاركة في الأداء) لتطوير الصفات البدنية وذلك لإيجاد نوع جديد من التكيف الوظيفي الذي من شأنه رفع القدرة الميكانيكية والفلسجية للمتدرب " (Amer, 1989)

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: تم استعمال منهج تجريبي ذات طابع مجاميع متكافئة (ضابطة وتجريبية) لمعالجة المشكلة وكذلك لتحقيق الاهداف.

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد المجتمع الخاص بالبحث بلاعبي الكرة الطائرة الشباب لنادي دىالى الرياضي كان العدد (26) لاعبا، وتم اختيار العينة للبحث بشكل عمدي مباشر حيث بلغ العدد (20) لاعبا وكانت النسبة (76.92 %) من كل مجتمع البحث وتم استبعاد (6) لاعبين بسبب المستوى المتدني ويؤثر على النتائج ، تم التقسيم الى مجموعة ضابطة و تجريبية بشكل عشوائي (10) لاعبين لكل واحدة ، وتم عمل التجانس للعينة داخل المجموعة الاولى والثانية على حدة والتكافؤ لكلا المجموعتين وكما موضح ادناه في جدول رقم (1).

جدول (1)

الاختبارات والقياسات	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيم ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		
الوزن /كغم	67.45	0.965	1.43	67.661	0.869	1.284	0.488	غير معنوي
الطول / سم	176.47	1.742	0.987	176.53	1.542	0.873	0.077	غير معنوي
العمر التدريبي/سنة	4.12	0.542	13.155	4.32	0.457	10.578	0.745	غير معنوي
تحمل القوة للذراعين /عدد	15.24	0.687	4.507	15.43	0.784	5.081	0.547	غير معنوي
تحمل القوة للرجلين/عدد	22.421	0.864	3.853	22.561	0.967	4.286	0.324	غير معنوي
المرونة / عدد	18.795	0.637	3.389	18.764	0.795	4.236	0.091	غير معنوي
دقة الإرسال / درجة	4.562	0.421	9.228	4.745	0.634	13.361	0.723	غير معنوي
دقة التمرير/درجة	9.854	0.368	3.734	9.519	0.784	8.236	1.163	غير معنوي
دقة الأعداد /عدد	11.457	0.451	3.936	11.784	0.865	7.34	1.006	غير معنوي

ت=1.734 عدد (0.05)

2-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المستعملة في البحث

- المصادر العربية والأجنبية، الاختبارات والقياسات المستخدمة، الملاحظة العلمية ، ملعب الكرة الطائرة قانوني، كرات طائرة عدد (12) ، ميزان طبي ، شريط قياس طول (10) متر ، قائمان من الخشب مثبت بهما مستطيلان حزام جلد ، ساعة إيقاف ، حائط أملس ، المقاومات (الجهاز Verti Max ، حبال مطاطية ، جدار ثابت).

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد متغيرات البحث :

قام الباحث بتحديد متغيرات البحث الخاصة بتحمل القوة للأطراف والمرونة الديناميكية للجذع والمهارات الأساسية بالكرة الطائرة وفق مصادر والمراجع السابقة.

2-4-2 الاختبارات المستخدمة:

2-4-2-1 الاختبارات البنائية :

2-4-2-1-1 اختبار تحمل القوة للذراعين (Al-Mandalawi & Al-Shatti, 1987)

- الغرض من الاختبار :- قياس تحمل قوة العضلات العاملة على مد الذراعين .
- مواصفات الأداء :- من وضع الانبطاح المائل تسجيل أقصى عدد يمكن أدائه لثني الذراعين ومدهما كاملا حتى استنفاد الجهد .

- طريقة التسجيل :- يتم حساب عدد التكرارات الصحيحة التي يؤديها المختبر حتى استنفاد الجهد

2-4-2-1-2 اختبار تحمل القوة لعضلات الرجلين (Al-Mandalawi & Al-Shatti, 1987)

الغرض من الاختبار: قياس تحمل قوة المجموعات العضلية العاملة على ثني الركبتين ومدهما.
طريقة الأداء: من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين كاملا وحساب العدد حتى استنفاد الجهد على ان يوجد كرسي لغرض تحديد زاوية الركبتين إنشاء بارتفاع (75 سم) الثني كما في شكل (3) .

طريقة القياس : عدد مرات ثني الركبتين ومدى حتى استنفاد الجهد مؤشر لتحمل القوة لعضلات الرجلين.
2-4-2-3 اختبار المرونة (Muhammad Sobhi Hassanein, 1987) .

اسم الاختبار : لمس المستطيلات الاربعة .

هدف الاختبار : هذا الاختبار يقيس المرونة لديناميكية وسرعة ثني ومد الرجلين وتدوير العمود الفقري .

مواصفات الاختبار : اختبار يقيس الديناميكية والسرعة وثني ومد الرجلين .

ادوات الاختبار : قائمان من الخشب مثبت بهما مستطيلان حزام جلد وساعة ايقاف.

طريقة اداء الاختبار : يقف المختبر بحيث يوضع القائمان على جانبيه مع تثبيت الذراعين بواسطة الحزام عند سماع اشارة البدء يقوم المختبر بالدوران جهة اليمين واليسار ويلمس المستطيلات العلوية ثم يقوم بثني الركبتين ولمس المستطيلات السفلية حتى نهاية الاشارة خلال (30) ثانية .

التوجيهات : عدم حساب العدات بعد او قبل نهاية الاشارة ولمدة (30) ثانية.

2-4-2-2 الاختبارات المهارية بالكرة الطائرة:

2-4-2-2-1 دقة الإرسال بالكرة الطائرة: (Abdel Moneim & Sobhi, 1997)

- الهدف من الاختبار :- قياس دقة الإرسال الطويل.

- الأدوات :- ملعب كرة طائرة، كرات طائرة،

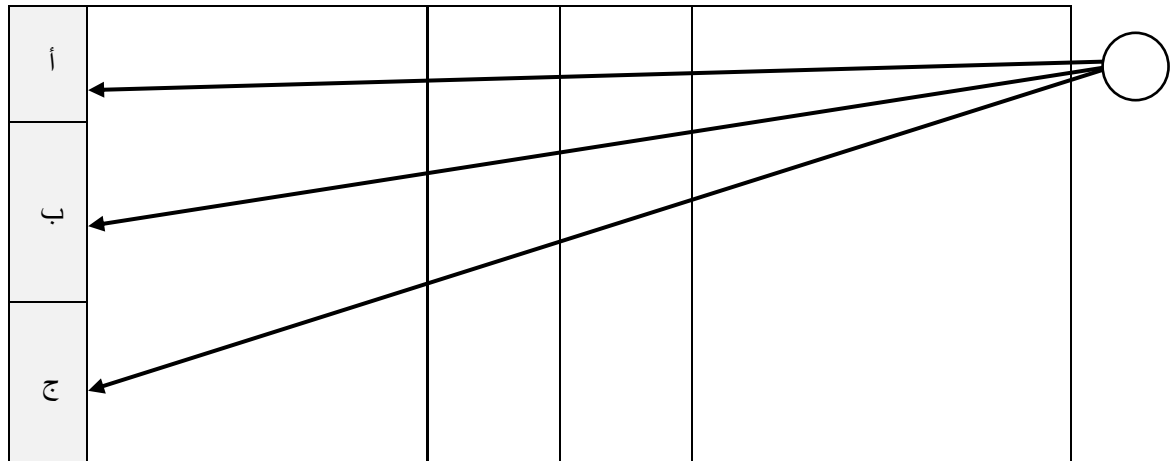
- مواصفات الأداء :- من المكان المخصص للإرسال يقوم المختبر بأداء الإرسال نحو نصف الملعب الآخر بحيث يخصص خمس إرسالات للمنطقة (أ) وعشرة للمنطقة (ب) وعشرة للمنطقة (ج).

- التسجيل :-

- ثلاث نقاط لكل إرسال صحيح تسقط في الكرة داخل المربع المحدد .

- نقطتان لكل إرسال صحيح تقع فيه الكرة داخل المربع المجاور للمربع المحدد.

- أعلى درجة للاختبار (45) درجة



الشكل (1) يوضح اختبار دقة أداء الإرسال الساحق بالكرة الطائرة

2-4-2-2-2 دقة الإعداد على حلقة كرة السلة (Marwan & Muhammad, 2010)

الغرض من الاختبار / قياس دقة الإعداد من الاعلى.

الأدوات / برج كرة سلة، مقعد سويدي يوضع إمام برج السلة وعلى بعد 4 م، كرة طائرة.

مواصفات الأداء / يقف المختبر إمام المقعد السويدي ويقوم بأداء التمرير 30 مره على حلقة كرة السلة على إن تمر الكرة داخل الحلقة من دون ملامستها.

التسجيل / 4 نقاط لكل تمريرة صحيحة تدخل فيها الكرة الحلقة من دون ملامستها

3 نقاط لكل تمريرة صحيحة تدخل فيها الكرة بعد ملامستها الحلقة.

نقطة واحدة لكل تمريرة صحيحة تلامس فيها الكرة اللوحة وتدخل الحلقة

2-4-2-3 اختبار تكرار التمرير على الحائط (30 ثانية) (Al-Ani, 2011)

- **الغرض من الاختبار:** قياس قدرة المختبر على سرعة التمرير ومقدار تمكنه من مهارة التمرير من الاعلى بالأصابع .

- **الأدوات :** حائط أملس مرسوم عليه خط مواز للأرض وبارتفاع (3) م من سطح الأرض ، ويرسم خط مواز للحائط على الأرض ويبعد عنه بمقدار (180) سم ، كرة طائرة ، ساعة إيقاف.

- **مواصفات الأداء :** يقف المختبر خلف الخط الذي يبعد عن الحائط (180) سم (خط التمرير) ، على إن يمسك الكرة باليدين إمام الوجه ، ثم يقوم بالتمرير تجاه الحائط وأعلى الخط المرسوم عليه ، على إن ترتد لتصل إليه مره أخرى خلف خط التمرير لمتابعة التمرير من الاعلى بأصابع اليدين ، ويستمر المختبر في أداء هذا الاختبار لمدة (30) ثانية .

- **الشروط :** يتم التمرير في جميع فترات الأداء من خلف خط التمرير .

- يجب إن يكون التمرير أعلى الخط المرسوم على الحائط .

- يبدأ حساب الزمن بداية من التمريرة الأولى ولمدة (30) ثانية .

- يجب عند بداية الاختبار مسك الكرة باليدين إمام الوجه ثم أداء التمرير بالأصابع.

- إذا خرجت الكرة عن الحائط أو لامست الحائط أسفل الخط المرسوم عليه وارتدت بطريقه جعلت المختبر يتابع التمرير من إمام خط التمرير .. في جميع هذه الحالات على المختبر إمساك الكرة ومعاودة البداية بنفس أسلوب بداية الاختبار .

- يجب استخدام مهارة التمرير من الاعلى بالأصابع دون غيرها من أنواع التمريرات الأخرى .

- على المختبر التوقف عن الأداء فور الإعلان عن انتهاء (30) ثانية المقررة

- **التسجيل /** تحتسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط خلال الـ (30) ثانية

المقررة للاختبار ولا تحتسب إيه محاولة تخالف الشروط السابق ذكرها . وتعد الدرجة النهائية للمختبر هي عدد المحاولات الصحيحة في الثلاثين ثانية $\times 3$.

ويجب ملاحظة عدم احتساب الكرات الممررة في بداية الاختبار أو التمريرة التالية لكل توقف نتيجة لخطأ قام به المختبر .

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

أجري الباحث تجربة استطلاعية بتاريخ 7/3/2024 الساعة (4) عصرا وعلى ملعب ديالى على بعض أفراد

العينة الأصلية لمعرفة مدى ملائمة التمرينات لأفراد العينة وذلك من خلال تطبيق بعض التمرينات وتقنين التمرينات المستخدمة لمعرفة مكونات الحمل المطلوبة لأدائها.

2-4-4 الأسس العلمية للاختبارات:

تم الاعتماد على اختبارات تتمتع بالأسس العلمية الصدق والثبات والموضوعية ومطبقة في بحوث ودراسات سابقة.

2-5 التجربة الميدانية:

2-5-1 الاختبارات والقياسات القبلية: أجريت الاختبارات والقياسات القبلية بتاريخ 14/3/2024 .

2-5-2 التمرينات المطبقة :

تم إعداد تمارين الخاصة بالتمطية واستخدام المقاومات الثابتة مثل الجدار ووزن الزن بالضغط الثابت وكذلك استخدام المقاومات المتحركة مثل الحبال المطاطية وجهاز Verti Max وتعمل تلك التمارين على تهيئة العضلات والمفاصل لأداء تمارين القسم الرئيسي من تمارين تحمل القوة وغيرها وتم تطبيقها وفق التفصيل التالي:

بلغ عدد الاشهر للتدريب شهرين اي بما يعادل (8) اسابيع وبواقع (ثلاث) وحدات بالأسبوع التي تبلغ بمجموعها (24) وحدة تدريبية وكانت في ايام الاحد والثلاثاء والخميس.

اما مكونات الحمل المستخدمة فقد استخدم في تمارين التغطية والمقاومة شدة (60-80 %) اما الشدة بتحمل القوة تراوحت الشدة (90-100 %) وكان الحجم وفق الشدة المستخدمة وبخصوص الراحة : تم اعتماد النبض كمؤشر للراحة (بين التكرارات 120-130 ض/د) (بين المجاميع 110-120 ض/د).

تم برمجته بالقسم التمهيدي والرئيس من الوحدات التدريبية للمدرب ، وتم تطبيقه خلال فترة الإعداد الخاص، وبداء تطبيق التدريب بتاريخ 2024/3/15 وانتهى بتاريخ 2024/6/10

2-5-3 الاختبارات البعيدة: أجريت بتاريخ 2024/6/11

2-6 الوسائل الإحصائية: تم استخدام نظام (spss) لمعالجة:

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول (2)

يوضح قيم (ت)القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات	القبلي		البعدية		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
تحمل القوة للذراعين /عدد	15.24	0.687	17.542	0.745	0.897	2.566	معنوي
تحمل القوة للرجلين/عدد	22.421	0.864	23.415	0.867	0.237	4.194	معنوي
المرونة / عدد	18.795	0.637	20.314	0.964	0.671	2.263	معنوي
دقة الإرسال / درجة	4.562	0.421	6.452	0.745	0.771	2.451	معنوي
دقة التمرير/درجة	9.854	0.368	10.452	0.964	0.234	2.555	معنوي
دقة الأعداد /عدد	11.457	0.451	12.745	0.784	0.662	1.945	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

جدول (3)

يوضح قيم (ت)القبليّة والبعدية للمجموعة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

الاختبارات	القبلي		البعدية		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
تحمل القوة للذراعين /عدد	15.43	0.784	19.24	0.896	0.996	3.825	معنوي
تحمل القوة للرجلين/عدد	22.561	0.967	25.34	0.965	0.899	3.125	معنوي
المرونة / عدد	18.764	0.795	22.13	0.784	0.967	3.48	معنوي
دقة الإرسال / درجة	4.745	0.634	8.412	0.967	0.839	4.37	معنوي

معنوي	3.413	0.859	0.943	12.451	0.784	9.519	دقة التمرير/درجة
معنوي	3.218	0.919	0.991	14.742	0.865	11.784	دقة الأعداد /عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

جدول (4)

يوضح قيم (ت) البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
معنوي	4.376	0.896	19.24	0.745	17.542	تحمل القوة للذراعين /عدد
معنوي	4.456	0.965	25.34	0.867	23.415	تحمل القوة للرجلين/عدد
معنوي	4.386	0.784	22.13	0.964	20.314	المرونة / عدد
معنوي	4.827	0.967	8.412	0.745	6.452	دقة الإرسال / درجة
معنوي	4.452	0.943	12.451	0.964	10.452	دقة التمرير/درجة
معنوي	4.743	0.991	14.742	0.784	12.745	دقة الأعداد /عدد

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.734

بعد عرض جدولي (2) و(3) التي تبين النتائج لنا هناك تحسن وتطور في المتغيرات البدني وخصوصا في تحمل القوة العضلي والمرونة (Mashkour, 2015) بالإضافة الى المهارات الاساسية بالكرة الطائرة والتي تم الاستدلال عليها من الفروقات بين الاختبارات القبلية البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وهذا يدل على نجاح التدريب المستخدم والتطبيق الصحيح للتمرينات المقترحة والتمرينات الموضوع من قبل المدرب ولهذا يرى (Al-Ani, 2011) " هناك حقيقة علمية لا بد 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 وبإشراف مدربين متخصصين إذ إن البرامج التدريبية المقننة والمنظمة على وفق الأسس العلمية تعمل على تطور المستوى البدني والمهاري للاعبين".

ومن ذلك نستنتج ان التدريب باختلاف ابعاده وتأثيراته له اهداف لابد من تحقيقها وفي الارتقاء بمستوى اللاعبين البدني والمهاري لغرض تحقيق النتائج ولهذا 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" (Mashkor, 2011)

وفي الجدول (4) يعطي لنا الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية مما يدل نجاح تمرينات التمطية والمقاومات المستخدمة في تهيئة اللاعب لأداء التمرينات البدنية مثل تحمل القوة والاداء المهاري وهذا ما عكس تطورها نتيجة تلك التمرينات ولهذا يرى (Brandon, 2001) " ان من المدربين من يشجع على استخدام التمطية في بداية الوحدة التدريبية من أجل الوقاية من الإصابات وتحسين الأداء " وهذا يفسر دور التمطية في تحسن الاداء ورفع المستوى وخصوصا عدن التدريب مع المقاومات ولهذا يرى (El-Din et al., 1997) " قد جرت العادة على استخدام تدريبات المقاومات لتنمية القوة العضلية ، كما أصبح من المعروف إن استخدام هذه التدريبات

يؤدي أيضا إلى تنمية القوة العضلية والسرعة وتحمل هذا بالإضافة إلى زيادة النغمة العضلية والمساعدة على تجنب الإصابات وعلى استمرار الاحتفاظ العضلات بوظائفها في الأعمار المتقدمة"

وبخصوص تحمل القوة ودورها في لعبة الكرة الطائرة تعتبر من الجانب البدني الأهم في الاستمرار في أداء الضربات والقفز والدفاع عن الملعب على طول اشواط المباراة التي تتعدى الساعة وأكثر ولهذا ويرى (Al-Madamkha, 2008) بأن تحمل القوة هو " إحدى المؤشرات على كفاءة الرياضي في التغلب على المقاومات التي تواجهه في أثناء أدائه للمجهود المتواصل خلال الأداء والتي تكون بدرجات عالية نسبياً"

وبخصوص المرونة أيضا لها دور كبير في الدوران بالثبات واثاء القفز وخاصة للجذع لغرض اعطاء قوة للذراع الضاربة ولهذا يرى كل من (Mahmoud & Maher, 2008) المرونة هي " القدرة على اداء الفرد للحركات الرياضية لأقصى مدى تسمح به المفاصل العامة والمشاركة في الحركة " (Shabib et al., 2024)

ومن الناحية المهارية فان تدريب الجانب البدني المطابق للاداء الفني والمشابه لأجواء اللعب يساعد على الارتقاء بالمستوى المهاري ولهذا يرى (Ahmed, 2009) "ان التدريب المستخدم لتحسين الاداء في الملعب يجب ان يكون مشابهة ميكانيكا لطريقة في المنافسة حتى يترجم التدريب الى تحسن في الاداء يجمع بين ميكانيكية الاداء والجانب البدني وفق التمرينات الموضوعة" (Mashkor, 2017)

4-الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات:

1- تمرينات التمطية العضلية باستخدام بعض المقاومات نجحت في رفع مستوى المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للشباب.

2- التمطية باستخدام التمرينات الثابتة والمتحركة مع المقاومات مثل الحبال المطاطية وجهاز Verti Max تعطي تهيئة للعضلات العاملة لأداء التمرينات الصعبة وذات الاحمال القوة مثل تحمل القوة والمرونة وهي تعكس على تطور الاداء المهاري.

4-2 التوصيات:

1- اعتماد تمرينات التمطية العضلية باستخدام بعض المقاومات في تدريب الشباب بالكرة الطائرة ضمن الوحدات التدريبية كونها نجحت في رفع مستوى المرونة وتحمل القوة العضلية وبعض المهارات الاساسية .

2- التأكيد على التمطية باستخدام التمرينات الثابتة والمتحركة مع المقاومات مثل الحبال المطاطية وجهاز Verti Max لأنها تعطي تهيئة للعضلات العاملة لأداء التمرينات الصعبة وذات الاحمال القوة مثل تحمل القوة والمرونة وهي تعكس على تطور الاداء المهاري.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي الكرة الطائرة الشباب لنادي ديالى الرياضي للموسم 2023-2024

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

عباس عبد الجبار محمد Abbas.Abd.jabbar@gmail.com

References

- Abdel Moneim, A., & Sobhi, M. (1997). *Educational Foundations of Volleyball* (p. 208). Al-Kitab Center for Publishing.
- Ahmed, E. A. R. I. S. (2009). *The effect of weight training on some physical abilities and punching performance of young boxers* [Master's thesis]. Zagazig University.
- Al-Ani, M. A. S. (2011). The effect of a proposed training program for some physical and skill abilities in basketball for young players: Master's thesis. *College of Physical Education, University of Baghdad*.
- Al-Madamkha, M. R. I. (2008). *Field application of theories and methods of sports training* (1st edition, p. 88). Al-Fadhli Office.
- Al-Mandalawi, Q. H., & Al-Shatti, M. A. (1987). *Sports training and records* (p. 28). Basra University Press.
- Al-Qat, M. (1999). *Functions of the members of the sports training* (1st edition, p. 12). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Amer, G. H. (1989). *The effect of using different resistances in developing achievement in military swimming* [Master's thesis]. University of Mosul.
- Athletics, I. A. of F. (2010). *Recent Studies in .Athletics, Quarterly* (p. 57). Center for Regional .
- Brandon, R. (2001). *Dynamic versus passive stretches", Peak Performance* (p. 10). contraction durations during hold – relax stretching & improvement of hamstring.
- El-Din, T. H., Khater, S. A. R., Mohamed, M. K., & El-Din, W. S. (1997). The Scientific Encyclopedia of Sports Training. *Dar Al-Ketab Al-Hadeeth, Cairo*.
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Kama, I A. H., & Mohamed, S. H. (1997). *Physical Fitness and its Components. Theoretical Foundations and Physical Preparation – Measurement Methods* (1st ed, p. 267). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Mahmoud, A. H., & Maher, H. M. (2008). *Modern trends in sports training science* (p. 201). Dar Al-Wafa.
- 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.

- Mashkor, N. H. (2011). The impact of physical training in skills to some corners of the performance characteristics of players Fencing. *Modern Sport*, 10(15).
<https://www.iasj.net/iasj/article/30585>
- 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.
- Mashkour, N. H. (2015). *THE EFFECT OF TRAINING & COMPONENT OF HARMONIC CAPACITY IN SOME PHYSICAL, BIO-KINEMATIC VARIABLES & ACHIEVEMENT OF LONG JUMP*.
- Mohammed, M. G., & Mashkoor, N. H. (2006). The arch of the foot and its relationship to self-control and performance level on the balance beam. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19.
- Muhammad Sobhi Hassanein. (1987). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports: Vol. Part 1* (Dar Al-Fikr Al-Arabi, Ed.).
- Nahida, M., 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=VXWlUhQAAAAJ&citation_for_view=VXWlUhQAAAAJ:KIAtU1dfN6UC
- Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>

ملحق (1)

(نموذج من الوحدات التدريبية)

الشدة: 90%

الأسبوع : الأول

زمن التمرينات: 65-67 دقيقة

الوحدة التدريبية (1)

القسم	زمن بالدقيقة	التمرينات	الحجم	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموع
التمهيد	1.2	1-دفع جدار بالرجلين لمدة (10 ثانية).	2×2	رجوع النبض (130-120) ض/د	رجوع النبض (120-110) ض/د
	1.3	2-دفع جدار بالدين لمدة (10 ثانية).	2×2		
	1.2	3-سحب حبال مطاطية مربوطة بالجذع داخل ملعب الكرة الطائرة لمسافة 3 متر.	2×2		
	1.5	3-جهاز من الجهاز Verti Max مسافة 3 متر	2×2		
الرئيسي	20.00	4-اداء ارسال من اللاعبين لمدة (10 دقيقة) 5- اداء تمرير مع الزميل لمدة (5 دقيقة) 6- اداء اعداد والضرب الساحق مع الزميل بالتناوب (5دقيقة)	2×1		
	10.00		2×1		
	10.00		2×1		



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Bone mass density and its comparison between age groups in soccer players

Ahmed Sabry Jabr ¹

Majid Shandi Wali ²

General Directorate of Education Maysan ¹

University of Maysan / College of Physical Education and Sports Sciences²

Article information

Article history:

Received 30/7/2024

Accepted 19/8/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

bone mass density, football players,
age groups



Abstract

The aim of the research was to identify the measurement of bone mass density by comparing the studied research categories. The researchers used the descriptive approach in a comparative manner to solve the research problem. The sample size was 30 players, 10 players for each category. Through a series of procedures carried out by the researchers, the study produced statistical data worthy of interest, through which we reached the conclusions. The research results did not record critical examinations among the research sample members, but rather all examinations under study were within their normal limits. The researchers recommended using the results of the current study as a criterion for building bone mass density among football players .



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية


spo.uobasrah.edu.iq



كثافة الكتلة العظمية ومقارنتها بين الفئات العمرية لدى لاعبي كرة القدم

ماجد شنيدي والي² 

جامعة ميسان/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

احمد صبري جبر¹ 

المديرية العامة لتربية ميسان

المخلص

هدف البحث الى التعرف على قياس كثافة الكتلة العظمية بالمقارنة بين فئات البحث المدروسة, و استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المقارن لحل مشكلة البحث وكان عدد العينة 30 لاعباً بواقع 10 لاعبي لكل فئة , ومن خلال جملة من الاجراءات التي قام بها الباحثان خرجت الدراسة ببيانات احصائية جديرة بالاهتمام توصلنا من خلالها الى الاستنتاجات , لم تسجل نتائج البحث فحوصات حرجة لدى افراد عينة البحث بل كانت جميع الفحوصات قيد الدراسة في حدودها الطبيعية , وأوصى الباحثان استعمال نتائج الدراسة الحالية كمعيار لبناء كثافة الكتلة العظمية لدى افراد لاعبي كرة القدم.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/7/30

القبول : 2024/8/19

التوفر على الانترنت: 15, يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

كثافة الكتلة العظمية , لاعبي كرة القدم , فئات عمرية

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

لقد أكرم الله تعالى الإنسان فجعله خليفة في الأرض، وهو بهذا خلقه فأحسن خلقه، وكونه فأحسن تكوينه، ونتيجة لهذا التكوين العجيب فقد بسط علماء الفسيولوجيا فهم تكويناته، ونظر إليه بأنه مجموعة من الأجهزة التي تتألف من عدة أعضاء، وعمل هذه أعضاء جميعها تكون ما نسميه بالنشاطات الحيوية للإنسان.

وتعد العظام من الانسجة الضامة الصلبة التي قد تبدو بلا حياة لكنها في الحقيقة بناء حركي مكون من انسجة حية تتكون من الخلايا الدهنية والاعوية الدموية والمواد الاخرى ولها تأثير حيوي كونها تحمل الجسم وتشكل هيأته وتكوينه وترتبط بها العضلات وترفعها وتجعلها تتحرك فضلاً عن بعض الوظائف الاخرى.

وبما ان ذلك المكون الجسمي يعد من الاجهزة الحية التي يعول عليها في انجاز بعض الوظائف لديمومة الحياة فضلاً عن ما يمكن ان ينتج من تلك الوظائف خلال المجهودات البدنية. (Khazaal et al., 2023)

وبالنظر لتعدد الدراسات التي تناولت متغيرات بدنية واخرى مهارية فضلاً عن المتغيرات الوظيفية التي ركزت في دراستها على اجهزة الجسم المختلفة لقناعة الباحثين ان تلك الاجهزة ترتبط بشكل مباشر في تحقيق واجب الفعل الحركي للنشاطات الرياضية بشكل عام وفعالية كرة القدم بشكل خاص واغفال اغلب تلك الدراسات الى مكونات واعضاء واجهزة كان يعتقد انها لا ترتبط بصلة لتحقيق الانجازات الرياضية. (Mousa et al., 2019)

لذا وجب على الباحثين التركيز على كل شاردة وواردة لمعرفة دور تلك الاعضاء والاجهزة في الفعل الحركي للإنسان ومستوى ذلك الدور حيث يجد الباحث انه من الاهمية بمكان ان يتناول جهازاً من اجهزة الجسم الحيوية التي لم يسلط الضوء عليها بشكل مستفيض حيث تكمن اهمية البحث في دراسة المكون العظمي وكثافة العظام لما لهذا المكون من دور في وظائف الجسم البشري التي يمكن ان تنعكس على المجهودات البدنية مروراً الى تحقيق الانجاز الرياضي. (Khalifa & Obaid, 2024)

من هنا تكمن اهمية بحثنا في تسليط الضوء على كثافة الكتلة العظمية لدى لاعبي كرة القدم لفئات عمرية مختلفة.

2-1 مشكلة البحث:

تعد الظاهرة المدروسة الاساس للولوج في تحقيق الابحاث العلمية المختلفة وان الظواهر قد تتولد من خلال مشارب عدة فقد تمثل عقبة لتحقيق غايات معينة او انها جاءت بسبب عدم التعرف على عناصر معينة وفي احيان عدة تأتي تلك الظواهر للبحث عن اجابات لأسئلة مثلتها، ويرى الباحثان ان الظاهرة المدروسة لبحثنا هذا تمثلت بمفهوم انها حاجات لم تشبع من خلال التعرف على كثافة الكتلة العظمية بين فئات عمرية مختلفة للاعبي كرة القدم في بحثة الموسوم (كثافة الكتلة العظمية ومقارنتها بين الفئات العمرية لدى لاعبي كرة القدم .

3-1 هدفا البحث :

- 1- التعرف على مستوى كثافة الكتلة العظمية لدى افراد عينة البحث .
- 2- المقارنة في مستوى كثافة الكتلة العظمية بين الفئات العمرية قيد الدراسة (الناشئين والشباب والمتقدمين) المعتمدة بالبحث .

4-1 فرض البحث :

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كثافة الكتلة العظمية في الفئات العمرية بين افراد عينة البحث (الناشئين - الشباب - المتقدمين) .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبي نادي نفط ميسان بكرة القدم (ناشئين - شباب - متقدمين) لموسم 2023 - 2024

1-5-2 المجال الزمني : من 2023/11/1 الى 4 / 2 / 2024 .

1-5-3 المجال المكاني : مركز امراض الدم (الثلاسيميا) التابع الى دائرة صحة ميسان .

1-2 الدراسات النظرية :

1-1-2 كثافة (صلابة) العظام Bone Mineral Density

يعرفها (Cummings et al., 2002) وهي كمية الكتلة المكونة للعظام التي تعتمد على المحتوى المعدني لها فكلما زاد هذا المحتوى زادت كثافة (صلابة) العظام وكلما قل المحتوى قلت كثافة العظام .

ويذكر (Zakaria & Mahrous, 2005) ان كثافة العظام أو كثافة العظم المعدنية تشير الى تركيز المعادن في اشكال العظام ذات البعدين أو ثلاثة إبعاد أو المقطع المحدد من العظم كما يشير لكل نوع من أنواع قياس كثافة العظم المعدنية الحجمية اذ إن كمية المحتوى المعدني في العظم التي يتم قياسها في مقطع محدد من العظم هي كمية المعادن التي تشير إلى حصيلة المحتوى المعدني في عظام الجسم إلى المحتوى المعدني في الجهاز الهيكلي , وتتنبأ كثافة العظم المعدنية (BMD) بحصول الكسور بالاعتماد على العمر والتصوير الاشعاعي بواسطة استخدام جهاز قياس كثافة العظم (BMD) كما في الشكل(1).



الشكل(1) يوضح جهاز قياس كثافة العظم (BMD)

ويشير (Cummings et al., 2002) أن زيادة كثافة العظام (BMD) يعني زيادة قوة العظم وبذلك تقل نسبة حصول الكثافة في العظم وسبب الزيادة هو التحول في تركيب العظم كنتيجة للتغيرات الحاصلة في مستوى بعض الهرمونات ، وان ضعف كثافة العظم (BMD) يعني نقص قوة العظم مما يؤثر في ظهور الالم في مفاصل الجسم ويحصل نتيجة لنقص كمية الكالسيوم بالعظام مما يشكل خطورة كبيرة قد تؤدي إلى ضعف الكثافة ، ويذكر (Zakaria & Mahrous, 2005) إن عملية تقييم كثافة العظام المعدنية (BMD) باتجاهين تتأثر بحجم مقطع العظم فإذا كان هناك عظم كبير وعظم صغير بنفس الكثافة المعدنية فان العظم الأكبر ستبدو كثافته المعدنية أعلى إن مصطلح كثافة العظام الحجمية يشير إلى مقدار معدنة العظم في حجم عظم معين وكذلك كثافة العظام لا تعتمد على جسم العظم.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1-3 منهج البحث :

استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المقارن لحل مشكلة البحث .

2-3 مجتمع البحث وعينته :-

يذكر (Allawi & Rateb, 1999) " ان الاهداف التي يضعها الباحث لدراسة بحثه والاجراءات التي سيستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي يختارها , وان اخيار العينة يعتمد على الظاهرة المراد دراستها والامكانات المتوفرة والوقت اللازم للدراسة " , لذا اعتمد الباحثان الاسلوب العمدي في اختيار مجتمع بحثه , اذ اعتمد لاعبو نادي نفط ميسان لكرة القدم مجتمع للبحث للفئات العمرية الثلاث (الناشئين , الشباب , المتقدمين) والبالغ عددهم (78) لاعباً .

وتم اختيار عينة البحث من المجتمع المذكور بواقع ثلاثون لاعب من الفئات العمرية المذكورة , حيث بلغت نسبة العينة من المجتمع 38.46 % , ولأغراض البحث تم تصنيف وتقسيم العينة الى ثلاث مجموعات بحسب الفئات العمرية المعتمدة (الناشئين - الشباب - المتقدمين) حيث اشتملت كل مجموعة على (10) لاعبين و لغرض استكمال اجراءات البحث واجراء الفحوصات الخاصة بالدراسة .

جدول (1)

يبين وصف العينة وإجراء التجانس على افرادها ولكل فئة

ت	الوسائل الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الناشئين	العمر الزمني	سنة	15.5	0.552	1.944
	العمر التدريبي	سنة	4.2	0.221	0.308
	الطول	سم	1640	0.330	0.140
	الكتلة	كغم	57.09	1.712	0.17
الشباب	العمر الزمني	سنة	18.6	0.6590	0.997
	العمر التدريبي	سنة	8.3	0.490	1.663
	الطول	سم	1734	1.509	0.121
	الكتلة	كغم	67.32	6.221	0.086
المتقدمين	العمر الزمني	سنة	31.2	0.254	0.432
	العمر التدريبي	سنة	16.2	0.873	0.22
	الطول	سم	1812	0.235	0.16
	الكتلة	كغم	72.8	1.325	0.27

3-3 وسائل جمع البيانات والابوات المستخدمة في البحث:

❖ المراجع والمصادر العلمية العربية والاجنبية، شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، استمارة تسجيل بيانات نتائج كثافة الكتلة العظمية، جهاز قياس الوزن والطول (الميزان الطبي) ، جهاز قياس نسبة كثافة العظام (STRATOS-3D) ، كاميرا تصوير .

3-4 الفحوصات والقياسات المستعملة في البحث:

3-4-1 فحص كثافة الكتلة العظمية:

من اجل التعرف على مستويات كثافة الكتلة العظمية لأفراد عينة البحث تم استخدام جهاز (STRATOS-3D) الخاص بفحوصات كثافة الكتلة العظمية والذي يتطلب العمل علىية من خلال تعريض العظام المفحوصة المتمثلة بعظام الفخذ وعظام العمود الفقري لمكونات الجهاز الضوئية من خلال الاستلقاء على منصة الجهاز الخاصة لهذا لغرض لإعطاء البيانات المطلوبة وان هذا الفحص يتطلب ابتداءً من التعرف على وزن وطول الشخص المفحوص ، حيث قمنا بأجراء قياس اوزان افراد العينة واطوالهم اجراء فحوصات كثافة الكتلة العظمية لاعتماد عنصري الطول والوزن في معادلة كثافة الكتلة العظمية المستخدمة في جهاز الفحص كما موضح بالشكل (2)



شكل (2) يوضح فحص كثافة الكتلة العظمية

3-5 الاجراءات الميدانية للبحث :

بعد التأكد من توفر كافة الامكانيات الخاصة بتنفيذ اجراءات البحث الرئيسية قام الباحثان بإجراء الفحوصات الخاصة بعينة البحث بتاريخ 2023/11/29 حيث تم اجراء قياسات الكتلة والطول بواسطة الميزان الطبي المجهز بمسطرة مدرجة لقياس الطول لأفراد عينة البحث (الناشئين - الشباب - المتقدمين) ومن ثم تم اجراء فحوصات كثافة الكتلة العظمية

لأفراد العينة بواسطة جهاز (STRATOS-3D) , ومن المعلوم ان اجراءات البحث الخاصة بالفحوصات قد نفذت اعتباراً من الساعة التاسعة صباحاً .

3 - 6 الوسائل الاحصائية

من اجل الحصول على البيانات الخاصة بالبحث تم استعمال الحقيبة الاحصائية SPSS

جدول (2)

يبين نتائج قيمة (F) المحتسبة والجدولية ومستوى الدلالة والقيمة المعنوية لمتغير (الكتلة العظمية)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحتسبة	قيمة (F) الجدولية	Sig	القيمة المعنوية
بين المجموعات	3.534	2	1.033	22.955	2.204	0.000	معنوي
داخل المجموعات	2.294	27	0.045				
المجموع	5.828	29	-				

4 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

1-4 عرض وتحليل النتائج :

يتضح من الجدول (2) لمتغير (كثافة الكتلة العظمية) مجموع المربعات بين المجموعات والذي بلغ (3.534) وداخل المجموعات (2.294) في حين بلغ متوسط المربعات بين المجموعات (عند درجة حرية (2) (1.033) , فيما بلغ متوسط المربعات داخل المجموعات عند درجة حرية (27) (0.045) بما بلغت قيمة (F) المحتسبة (22.955) وهي اكبر من القمية الجدولية والبالغة (2.204) عند مستوى دلالة (0.000) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الفئات الثلاثة وهذا لا يبين لنا أي من الفئات الثلاثة في الافضل فيما يخص متغير الكتلة العظمية لذا لجئ الباحثان الى استخدام قانون (L.S.D) للمقارنات والجدول (3) يوضح ذلك .

جدول (3)

يبين قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) بين الأوساط الحسابية للمجموعات البحث الثلاثة لمتغير (كثافة الكتلة

العظمية)

المتغيرات	المعالجات الإحصائية			فرق الأوساط	
	المجموعات	س-	المجموعات	الفرق في الوسط	Sig
الكتلة العظمية	المتقدمين	2,410	الشباب	0.4500*	0.000
			الناشئين	0.8400*	0.002
	الشباب	1.960	المتقدمين	-	-
			الناشئين	0.3900*	0.006
	الناشئين	1.570	المتقدمين	-	-
			الشباب	-	-

يتضح من الجدول (3) لمتغير (الكتلة العظمية) حيث بلغ المتوسط الحسابي لفئة المتقدمين (2.410) فيما بلغت فرق الأوساط الحسابية بين المتقدمين والشباب (0.4500) وبمستوى دلالة (0.000) مما يدل على وجود فروق معنوية عالية بين المجموعتين ولصالح المتقدمين , في حين بلغ فرق الأوساط الحسابية بين المتقدمين والناشئين (0.8400) وبمستوى دلالة (0.002) مما يدل على وجود فروق معنوية عالية بين المجموعتين ولصالح فئة المتقدمين , في حين بلغ فرق الأوساط الحسابية بين فئة الشباب والناشئين (0.39.00) وبمستوى دلالة (0.006) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح فئة الشباب .

4-2 مناقشة كثافة الكتلة العظمية :

من خلال النظر الى النتائج الاحصائية التي اظهرتها الجداول رقم (2-3) والتي اكدت ان فروقاً معنوية اظهرتها تلك الجداول لصالح فئة المتقدمين من خلال استخدام قانون تحليل التباين بين نتائج الفئات الثلاث وقانون دراسة اقل فرق معنوي (L.S.D)

ويعزو الباحثان تلك الفروق وارجحيتها الى جملة من العوامل ترتبط جميعها بزيادة وتنشيط عمليات بناء الكتلة العظمية لدى افراد عينة البحث بتأثير عوامل العمر الزمني والعمر التدريبي .

ففي مجال العمر الزمني يرى الباحثان ان امتلاك مجموعة فئة المتقدمين عمراً زمنياً اكبر مقارنةً بالفئات الاخرى ادى الى بناء كتلة عظمية اكبر حيث اكدت اغلب الدراسات الى ان الذروة في بناء الكتلة العظمية تتركز اعتباراً من عمر (25 الى 35) سنة حيث تقع فئة المتقدمين ضمن الحدود المذكورة الامر الذي رجح تلك الفروق لصالح فئة المتقدمين حيث يتفق ذلك مع ما اشارت اليه (Bandak, 2017) " يمكن تقسيم مراحل نمو الهيكل لعظمي الى ثلاثة مراحل تتمثل المرحلة الاولى بمرحلة النمو وتقع في فترتي الطفولة والمراهقة وهي تشهد عمليات نمو سريع في بناء العظام وتتحدد من الحياة الجنينية وتنتهي في سن التاسعة عشر في حين تمثل مرحلة الذروة كمرحلة من مراحل بناء العظام وهي تتحدد بالأعمار من سن 25 الى سن 35 سنة ثم تلي ذلك مرحلة الخسارة العظمية والتي تبدأ بعد سن 35 سنة وتتسم بعمليات المحافظة والتعويض على الذروة المكتسبة للعظم " تتميز مرحلة الذروة بالمحافظة على المكتسب من كثافة في الكتلة العظمية وان العمليات البيولوجية الحاصلة في هذه المرحلة تقتصر على اعادة بناء الخلايا المتكسرة وتجديدها , وهي تتحدد بالفئة العمرية من (25 - 35) سنة " .

في حين نرى ان الذي ميز مرحلة فئتي الناشئين والشباب هي كثافة عمليات البناء التي لم تعطي للكتلة العظمية صلابتها بعد تنمو العظام في مرحلة الطفولة والمراهقة وتصبح اكثر صلابة في سن 25 عاماً الى 35 عاماً " .

كما يعزوا الباحثان تميز فئة المتقدمين في الفروق الاحصائية الى العمر التدريبي الذي يمتلكه فئة المتقدمين والتركيز في ممارسة فعالية تتسم بالخصوصية ضمن نشاطات لعبة كرة القدم ادى زيادة عمليات البناء البيولوجي الخاصة بالعظام حيث تؤثر النشاطات الرياضية من احتكاكات متكررة وقفزات متوالية الركض باتجاهات متعددة وما يشكله ذلك من عبء اضافي على العظام يولد حالة من رد الفعل البيولوجي لمواجهة تلك الاعباء وان ذلك رد الفعل في بناء الكتلة العظمية يتناسب والعمر التدريبي للأفراد ويتفق ذلك مع كل من (Enoka, 2008) " بأن تحفيز العظام على النمو يتم عن طريق الأنشطة البدنية متمثلة في الأنشطة التصادمية تلك التي يتميز بها التدريب التخصصي على الهيكل العظمي حيث أنه طريقه من طرق تحفيز نمو العظام وان ذلك النمو يتناسب والعمر التدريبي للممارسة تلك التدريبات (Mazurek et al., 2024) " كذلك يؤكد (Castill, 1993) " أن التدريبات التصادمية تعد أفضل التدريبات التي تسهم في الاحتفاظ بقوة العضلات والعظام كما أن الضغط الميكانيكي الواقع على العظام نتيجة النشاط الحركي يؤدي إلى ترسيب أملاح

الكالسيوم في خلايا العظام، وعلى هذا تعتمد كمية بناء العظام على درجة القوة وتكرارها في الأداء وفترة التدريب الممارس " . (Mahmoud et al., 2015)

ومن خلال ما تقدم يتضح ان كثافة الكتلة العظمية لدى فئة المتقدمين كانت كفتها الاحصائية هي الراجعة مقارنة بالفئات الاخرى التي تناسبت كثافة كتلة العظام عندها ايضا تأثرت بعامل العمر الزمني والعمر التدريبي .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات :

1. لم تسجل نتائج البحث فحوصات حرجة لدى افراد عينة البحث بل كانت جميع الفحوصات قيد الدراسة في حدودها الطبيعية.
2. تميزت فئة المتقدمين بصلابة كثافة الكتلة العظمية مقارنةً بفئتي الناشئين والشباب بتأثير عاملي العمر الزمني والعمر التدريبي .
3. اظهرت فئتي البحث (الشباب والناشئين) تطوراً في بناء كثافة الكتلة العظمية يتناسب و العمرين الزمني والتدريبي لهما .

2-5 التوصيات

1. استخدام نتائج الدراسة الحالية كمعيار لبناء كثافة الكتلة العظمية لدى افراد لاعبي كرة القدم .
2. اجراء الفحوصات الدورية للتأكد من سلامة العظام والتأكد من كثافتها بحسب المعايير المعتمدة .
3. اجراء دراسات اخرى ترتبط بكثافة الكتلة العظمية لفعليات رياضية مختلفة .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي نادي نفط ميسان بكرة القدم (ناشئين - شباب - متقدمين) لموسم

2024 - 2023

تضارب المصالح

يعلم المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

احمد صبري جبر ahmedsb880@gmail.com

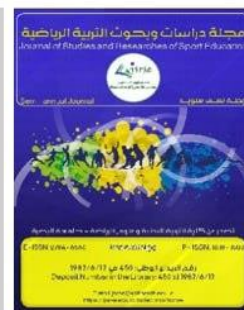
References

- Allawi, M. H., & Rateb, O. K. (1999). *Scientific research in physical education and sports psychology* (p. 217). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Bandak, S. M. (2017). *Osteoporosis, the silent danger*. Cairo.
- Castill, D. (1993). Introduction to nutrition exercises and health edition. *Leu, Louove, Research Quarterly, for Exercise and Sport*, 96(2).
- Cummings, S. R., Bates, D., & Black, D. M. (2002). Clinical use of bone densitometry: scientific review. *Jama*, 288(15), 1889–1897.
- Enoka, R. M. (2008). *Neuromechanics of human movement*. Human kinetics.
- Khalifa, M. S. A. H., & Obaid, M. S. M. A. (2024). A Comparative Analytical Study of Some Biomechanical Variables and Their Relationship to The Accuracy of The Performance of Shooting Skill from High Jumping in The Weak and Strong Leg the Players for Youth Handball. *Wasit Journal of Sports Sciences*, 18(1). [https://doi.org/ 10.31185/wjoss.443](https://doi.org/10.31185/wjoss.443)
- 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*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.378>
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>
- 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).
- Zakaria, A. R. A. B., & Mahrous, A. (2005). *Prevention is better than cure for osteoporosis patients (sports – nutrition – education)* (1st ed). Dar Al Fikr Al Arabi for Publishing.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of a rehabilitation approach using exercises and some physical therapy methods in rehabilitating players with partial rupture of the biceps brachii

Zahraa Tahseen Muhammad ¹  

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Luay kadhem mohammed ²  

Article information

Article history:

Received 15/6/2024

Accepted 21/7/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Physical therapy, rehabilitation approach, partial rupture of the biceps brachii tendon

Abstract

The aim of the research is to prepare a rehabilitation curriculum for rehabilitation of patients with partial rupture of the biceps brachii tendon. The researchers used the experimental method due to its suitability to the nature and problem of the research, using one of the forms of experimental designs known as (pre- and post-measurement design) for one group. The research sample was (5) racket players representing clubs in Basra Governorate. We concluded that the use of physical therapy and rehabilitation exercises gave a great result in rehabilitation. The researchers also recommended the necessity of using the tests that were prepared to measure physical abilities (endurance of strength characterized by speed) for partial rupture of the biceps brachii tendon



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير منهج تأهيلي باستخدام تمارين وبعض وسائل العلاج الطبيعي في اعادة تأهيل اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية

لؤي كاظم محمد²  

زهراء تحسين محمد جاسم¹  
جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,1}

المخلص

هدف البحث اعداد منهج تأهيلي لتأهيل المصابين بإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية واستعمل الباحثان المنهج التجريبي نظراً لملائمته طبيعة ومشكلة البحث مستعينين بإحدى صور التصميمات التجريبية المعروفة باسم (تصميم القياس القبلي والبعدي) للمجموعة واحدة و كانت عينة البحث هم لاعبي العاب المضرب عددهم (5) لاعبين يمثلون اندية محافظة البصرة و استنتجنا ان استخدام العلاج الطبيعي و التمارين التأهيلية اعطى محصلة كبيرة في التأهيل وكذلك أوصى الباحثان ضرورة استخدام الاختبارات التي تم اعدادها في قياس القدرات البدنية (تحمل القوة المميزة بالسرعة) لإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/6/15

القبول : 2024/7/21

التوفر على الانترنت: 15, يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

العلاج الطبيعي، منهج تأهيلي، التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد ألعاب المضرب من الألعاب المهمة والمنتشرة في كثير من بلاد العالم، وهناك أثر تصاعدي في زيادة عدد ممارستها، ويرجع ذلك إلى أنه 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 لممارسيها، ولا تقل شأنًا عن أية رياضة تنافسية أخرى لما تحتاجه من متطلبات بدنية ومهارية وخطية

أن الطب الرياضي في مجال الإصابات الرياضية يلعب الدور الرئيس في مستوى التطور للألعاب الرياضية، ويعد العلم الذي يشرح الجوانب الوظيفية والتشريحية والميكانيكية لعمل الجسم في أثناء النشاط الحركي، إذ تتطلب ألعاب المضرب ذلك واهتم الباحثون والمختصون في المجال الرياضي والعلاج الطبي وتأهيل الإصابات على حد سواء باستخدام كل ما هو جديد من وسائل وتمارين لتطوير قابلية الرياضيين ووقايتهم من إصابات الملاعب أو لعلاجهم وتأهيلهم للعودة إلى الملاعب بكامل اللياقة البدنية وقد تطور علم الإصابات الرياضية بتطور التشخيص والعلاج السريع وأصبح من العلوم الأساسية المواكبة للحركة الرياضية فضلاً عن ارتباطه بالعلوم الرياضية مثل علم التدريب الرياضي وعلم الاختبارات والقياس والبايوميكانيك، وعلم النفس والطب الرياضي حيث أدى الأخير دوراً فاعلاً في الوقاية والمحافظة على اللاعبين وطرق علاجهم وتأهيلهم للعودة سريعاً إلى الملاعب ومما لا شك فيه أن الإصابات الرياضية (إصابات الملاعب) لها أسباب وتختلف باختلاف نوع الرياضة سواء كانت فردية أم جماعية كما تختلف باختلاف طبيعة أداء اللعبة وأهمية المنافسة وتبعاً لكفاءة اللاعب البدنية أو لتدريب الخاطئ غير المدروس، وعدم اهتمام بالأحماء، وقد يكون عدم تكامل تدريب جميع المجموعات العضلية المشتركة في الأداء وغيرها، وعليه يجب أن يكون بالمقابل هناك برامج تأهيلية علمية مدروسة وتمارين بدنية شاملة لتطوير القدرات العضلية واللياقة البدنية والحركات التوافقية فضلاً عن الفاعلية الوظيفية لأجهزة الجسم وأن يخضع لتقيماً مستمراً للوصول إلى برامج منظمة تفي بالغرض والحاجة إليها إذ يتعرض الجهاز الحركي في جسمه إلى الكثير من الجهد، وعلى وجه التحديد الجهد العالي الواقع على المكونات العضلية للأطراف العليا والسفلى، (Mohammed & Mashkoor, 2006) وكذلك المفاصل الموجودة فيها، فمن البديهي أن الزيادة في نسبة أداء الفعاليات الحركية، والإجهاد تزيد من احتمالات حدوث الإصابات في هذا المفصل أو ذاك، وتعد إصابات مفصل الكتف أحد أكثر أنواع الإصابات الشائعة في الإطراق العليا وتكمن أهمية البحث في إيجاد تمارين ووسائل علاجية لغرض تأهيل إصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية وإعادة القوة العضلية إلى وضعها الطبيعي قبل الإصابة بالإضافة إلى تأهيل العضلات حول مفصل الكتف للاعبين المصابين.

2-1 مشكلة البحث

يعد علاج الإصابات الرياضية جانباً مهماً في موضوع الطب الرياضي، وتطورت بتطور التشخيص ووسائل العلاج، فالبحث في الإصابات الرياضية ومعرفة أسباب حدوثها يعد أساساً في تطوير قابلية الرياضي ووقايته من الإصابات وتجعل المدرب ملماً بطرائق تقاؤها وتوفير الأمان والسلامة في أثناء النشاط البدني ولا يمكننا من بناء أي منهج تأهيلي من دون أدوات تساعد على العلاج والتأهيل للعضلة ودراسة نتائجها على مستوى الإصابة وبعض القدرات البدنية للشخص المصاب بشكل يسهل للباحثين من وضع المناهج بالشكل الأمثل وتقنياتها بطريقة علمية تركز على طبيعة وخصائص المفصل المصاب، ومن خلال استرجاع بعض المصادر العلمية والدراسات السابقة التي أجراها الخبراء في مجال إصابات التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية قام

الباحثان بأعداد منهج لتأهيل إصابات التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية، مراعون في ذلك مبدئ التدرج في شدة التمارين (من السهل الى الصعب)

3-1 أهداف البحث

- 1- اعداد منهج تأهيلي لتأهيل المصابين بإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية
- 2- التعرف على تأثير المنهج المعد في تأهيل المصابين بإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية

4-1 فرض البحث

- 1- هناك تأثير للتمارين تأهيلية مع استخدام وسائل العلاج الطبيعي (التنس، الليزر، الموجات فوق الصوتية) في تأهيل اصابة التمزق الجزئي لدى اللاعبين المصابين في العايب المضرب.

1- 5 مجالات البحث:

- 1-5-1- المجال البشري: عينة من المصابين بإصابة (التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية) و عدهم (5) مصابين من لاعبي العايب المضرب

- 1-5-2- المجال المكاني : (مركز العمران بريهة مركز الدكتور حسين العمران)

- 1-5-3- المجال الزماني : للفترة ن 2023/10/1 ولغاية 2024/6/3

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :

اتباع الباحثان المنهج التجريبي نظراً لملائمته طبيعة ومشكلة البحث مستعينين بإحدى صور التصميمات التجريبية المعروفة باسم (تصميم القياس القبلي والبعدي) للمجموعة واحدة حيث يعرف المنهج التجريبي بأنه "هو طريق يتبعها الباحثون لتحديد مختلف الظروف والمتغيرات التي تخص ظاهرة ما والسيطرة عليها والتحكم فيها (Ali, 2015)

3-2 المجتمع وعينة البحث

إن اختيار كل من (المجتمع وعينة البحث) يمثل جانباً أساسياً ومهماً في أي بحث علمي إذ إن الاختيار الصحيح لعينة البحث هو من العوامل المهمة في إنجاح عمل الباحثون حين يقومون بتطبيق خطوات أو مفردات بحثهم، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية في بعض أندية محافظة البصرة حيث تم تحديد نوع الإصابة لديهم في البداية من خلال استمارة تحتوي على فقرات فيها الأعراض التي تسببها اصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية لذا تبين لدى الباحثان ان (8)من اللاعبين يعانون من أعراض مشابهة لأغلب الفقرات المذكورة آنفاً وبعد عرض اللاعبين على الطبيب الاختصاصي قام بأجراء الفحوصات السريرية الخاصة بنوع الإصابة تبين أن (5)من لاعبي العايب المضرب هم المصابون بإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الرأسين العضدية من الدرجة المتوسطة.

جدول (1) يوضح تجانس العينة

المتغيرات	وحدة القياس	وسط الحسابي	وسيط	المنوال	الانحراف المعياري	معامل الالتواء $3 \pm$	نوع التوزيع
العمر	سنة	19.8	20	19	0.836	-0.717	طبيعي
العمر التدريبي	سنه	9.8	10	9	0.837	-0.716	طبيعي
طول النراع	سم	76.2	76	76	0.836	0.717	طبيعي

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والابوات المستخدمة في البحث :

سرير طبي، ميزان طبي، شريط قياس الطول، ساعة توقيت، أشرطة مطاطية ،مضرب تنس ، المصادر والمراجع، الاختبارات والقياس المستخدمة، المقابلات الشخصية مع (، المدربين ، الاطباء).

4-3 الاختبارات والقياسات المستعملة في البحث:

الاختبارات المصممة من قبل الباحثان

4-اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة للعضلة المصابة

اسم الاختبار: اختبار ثني ومد الذراع على الجدار بيد واحدة (Wall-Push – Up)

الغرض من الاختبار : قياس المميزة بالسرعة للعضلة ذات الراسين العضدية.

طريقة الاداء :من وضع الوقوف الاستناد الجانبي على الحائط بالذراع المصابة وكف اليد يكون متجه الى الاعلى والذراع

السليمة تكون بجانب الشخص يتم ثني ومد الذراع المصابة بالكامل

طريقة التسجيل: تحسب عدد التكرارات خلال (15) ثانية



شكل (1) يوضح اختبار ثني ومد الذراع على الجدار بيد واحدة

اسم الاختبار : قياس تحمل القوة للعضلة ذات الراسين العضدية

الهدف: قياس تحمل العضلة المصابة باستخدام جهاز الديناموميتر المعدل (Dynamometer)

طريقة الاداء: من وضع الجلوس على مصطبة خاصة بزاوية (60) وارجاع المرفق الى الخلف و الذراع تكون بزاوية (90)

يقوم المصاب بسحب جهاز ديناموميتر و الثبات عند حد معين يحدده الشخص المصاب ويتم حساب وقت التحمل الذي استغرقه المصاب.

التسجيل : قياس نسبة التحمل حتى استنفاد الجهد.



شكل (2) يوضح اختبار لقياس مطاولة القوة للعضلة المصابة

المعاملات العلمية للاختبارات المعدلة:

1-الصدق :

ويعرف بأنه " الدرجة التي يقيس بها الاختبار الشيء المراد قياسه (Farahat, 2001) ، وبغية الحصول على صدق الاختبارات تم عرض هذه الاختبارات على مجموعة من الخبراء ، وأكدوا جميعهم صلاحيتها، كما تم استخدام الصدق الذاتي عن طريق جذر الثبات .

2- ثبات الاختبارات:

يعد الثبات من المقومات الأساسية للاختبار الجيد إذ يفترض أن يعطي الاختبار النتائج نفسها تقريبا إذا ما أعيد استخدامه أو عقده مرة أخرى في أوقات مختلفة (Abdelhadi, 2001) لذلك قام الباحثان بأجراء الاختبارات في يوم (الخميس) الموافق (2024/2/1) على عينة التجربة الاستطلاعية وبعد مرور ثمانية أيام تم إعادة الاختبار في يوم (الخميس) الموافق (2024/2/8) ، ومن ثم معالجة نتائج الاختبارين إحصائيا ، وذلك باستخدام قانون الارتباط بيرسون فجاءت النتائج بأن تكون جميع معاملات الارتباط جيدة وموثوق بها كما في الجدول (2) .

جدول (2)

يبين قيمة (R) والدلالة الاحصائية لنتائج ثبات الاختبارات القوة المميزة بالسرعة و تحمل القوة

المتغيرات	قيمة (R) المحسوبة	Sig	الدلالة الاحصائية
القوة المميزة بالسرعة	0.829	0.003	معنوي
تحمل لقوة	0.848	0.001	معنوي

3- موضوعية الاختبارات:

قام الباحثان بالتحقق من موضوعية الاختبارات وذلك بحساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج محكمين، إذ أظهرت النتائج أنَّ هناك علاقة ارتباط عالية في الاختبارات جميعها مما يؤكد موضوعيتها، والجدول (2) يبين معاملات الصدق والثبات والموضوعية للاختبارات المستخدمة

. 3-5الاختبارات القبلية:

بعد أن أجرا الباحثان التجربة الاستطلاعية الأولى والاتفاق مع الكادر المساعد على متطلبات الاختبارات القبلية في يوم (الاحد) المصادف (2024/2/25) في تمام الساعة (4) عصرا في مركز (العمران) تم الشروع بإجراء الاختبارات

والقياس القبلية لأنواع القوة لأفراد عينة البحث المصابين بإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية لمفصل الكتف وتم تدوين البيانات الخام لكي يتم معالجتها إحصائي

3-6 التجربة الرئيسية

قام الباحثان بأعداد منهج تأهيلي مرافق لعمل العلاج الكهربائي حيث تم استخدام هذه الأجهزة لتسخين مفصل الكتف وذلك من خلال استخدام الأمواج فوق الصوتية لمدة (5) دقيقة وجهاز الليزر (10) دقيقة و جهاز التنس لمدة (5) دقيقة ذلك بحسب تعليمات المعالجين الطبيعيين في المركز التخصصي للطب الرياضي والعلاج الطبيعي وتنخفض المدة تدريجيا عند التقدم في الوحدات، كما اشتمل المنهاج التأهيلي على تمارين بدنية خاصة بتأهيل إصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية والتي هي عبارة عن تمارين سلبية وتمارين إيجابية وتمارين بدون وزن وتمارين باستعمال وزن الجسم وتمارين باستعمال اشربة مطاطية وتمارين باستعمال اثقال بأوزان حيث يتكون البرنامج التأهيلي من (8) أسابيع حيث بدء المنهج يوم 2024/3/3 يوم الاحد مقسمة على ثلاث مراحل هي:

1-المرحلة الأولى: تتكون المرحلة الأولى من (3) أسابيع يكون في كل أسبوع ثلاث وحدات تأهيلية، استخدم الباحثان في هذه المرحلة تمارين النقل الثابت والمرونة لإعادة القدرات البدنية لوضعها الطبيعي لمفصل الكتف وكذلك أجهزة التحفيز والموجات فوق الصوتية والليزر

2- المرحلة الثانية: تتكون المرحلة الثانية من (3) أسابيع يكون في كل أسبوع منها (3) وحدات تأهيلية في هذه المرحلة تم استخدام التمارين الثابتة والمرونة والمتحركة إضافة إلى الأثقال بوزن (21 - 3 كيلو غرام) وكذلك أشربة المطاط المغلقة والمفتوحة بالتدرج وكل حسب ما مؤشر وكذلك تم استخدام جهاز التحفيز الكهربائي والموجات فوق الصوتية الليزر

3-المرحلة الثالثة: تتكون هذه المرحلة من أسبوعين وفي كل أسبوع (4) وحدات فيها تمارين الأداء الفني التي تم اعدادها من قبل الباحثان وتنفيذها بواسطة المدرب لعينة البحث وبإشراف مباشر من الباحثان للحفاظ على انسيابية تطبيق الوحدات المكمل للبرنامج التأهيلي وتجنب وقوع الأخطاء و حدوث الإصابات مرة أخرى، وفي هذه المرحلة لم يُستخدم الأجهزة الخاصة بالعلاج الطبيعي وتم استخدام تمارين مرونة العضلات وتمارين الاحماء والتمارين البدنية

3-7 الاختبارات البعيدة

قام الباحثان بأجراء الاختبارات البعيدة على افراد عينة البحث بعد انتهاء المدة المحددة للمنهاج المقترح يوم الاربعاء 2024/5/1 الساعة (4) عصرا في مركز(العمران) وبنفس الظروف المكانية والزمانية التي اجريت فيها الاختبارات القبلية وذلك حرصا من الباحثان للوصول الى بيانات دقيقة لكي يتم معالجتها إحصائيا

3-8 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية spss

4-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

عرض وتحليل ومناقشة النتائج الاختبارات القبلي والبعدي في المتغيرات البننية (القوة المميزة بالسرعة. تحمل القوة)

جدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة والقيمة و الدلالة و نسبة التطور الاحتمالية لنتائج قياس (القوة المميزة بالسرعة. تحمل القوة)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الخطأ المعياري	قيمة T المحسوبة	القيمة الاحتمالية	الدلالة	نسبة التطور
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
1	القوة المميزة بالسرعة	الثانية	2.400	0.547	14.600	0.547	0.374	32.606	0.000	معنوي	83.561
2	تحمل القوة	عده	6.200	1.303	29.600	0.486	0.678	34.501	0.000	معنوي	79.054

مناقشة النتائج

ويرى الباحثان ان الارتقاء بمستوى اللاعبين المصابين لابد من التأهيل، لأنه الوسيلة الوحيدة التي توصلهم إلى الشفاء التام والعودة للملاعب بأسرع وقت ممكن، ولابد أيضاً، من اتباع الوسائل والأساليب العلمية النافعة والمفيدة في التأهيل لأنه إذ لا يكفي أن يتمرن الرياضي كيفما اتفق كي يرتقي مستواه ويعود سريعاً بل يجب أن يتمرن بشكل علمي مبرمج وصولاً إلى تحقيق أفضل النتائج، وتعتبر المتغيرات البدنية وخاصة (القوة المميزة بالسرعة و تحمل القوة) إحدى الصفات الأساسية لمكونات الاعداد البدني في عملية التأهيل نظراً لما تؤديه هذه الصفات من دور مهم في الانشطة الرياضية، ويتضح من جدول (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلي والبعدي في متغير القوة المميزة بالسرعة مما يشير ان المنهج التأهيلي المستخدم له تأثير ايجابي ويعزو الباحثان هذا التحسن الى تنوع التمارين التأهيلية عند اعدادهم لمنهجهم التأهيلي حيث اعتمد الباحثان على مجموعة مختارة من التمرينات التأهيلية والتي كان لها دور كبير في التقليل من درجة الالم في الطرف المصاب، واعطاء الدعم والثبات الكافي للعضلات عند اجراء التمارين التأهيلية، مما ساعد المصابين على العمل بدون خوف او تردد. وهذا يتفق مع ما توصلت له دراسة (Walid, 2002) من ان اشتغال المنهج التأهيلي على تمرينات القوة العضلية وممارستها بصورة منتظمة ومرتجة يؤدي الى حدوث تغيرات مختلفة في العضلات مثل زيادة المقطع العرضي للعضلة وزيادة حجم الألياف السريعة وزيادة حجم وقوة الاوتار والاربطة وكثافة الشعيرات الدموية

ويرى الباحثان ان البرنامج التأهيلي يعمل على زيادة عناصر اللياقة البدنية عامة وهذا ما اكده دراسة (Ahmed, 2011) من ان البرامج التأهيلية عامة تعمل على تحسين عناصر اللياقة البدنية عامة لعضلات الجسم المختلفة. ويعزو الباحثان هذا الفرق المعنوي بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي في تحمل القوة ، نتيجة تأثير المنهج التأهيلي وما احتواه من تمرينات مركزة ومتنوعة استخدموها في منهجهم التأهيلي والالتزام التام من قبل العينة في تطبيق هذه التمرينات ساعد على تحسن العضلات المحيطة بمفصل الكتف ، ويؤكد (Gamal, 2019) كلما زاد عدد مرات التمرينات التأهيلية الأسبوعية زاد بذلك معدل نمو القوة وكان معدل هبوط القوة أسرع بعد مرحلة

انتهاء التمرينات والعكس صحيح وإن عدد مرات التمرينات الأسبوعية لها دور كبير في تقدم مستوى القوة العضلية، ويجب إن لا نغفل على شدة التمرينات لأن نمو القوة يتوقف على عدد مرات تكرار التمرينات الأسبوعي وكذلك شدة التمرينات. كما أن التحسن الحاصل في القوة يتبعه تحسن واضح في الاوتار والاربطة، اذ يذكر (Hammad, 2020) من ايجابيات اكتساب القوة العضلية تحسين قوة العضلات والاورتار والاربطة

ويرى الباحثان أن استخدام التمارين الرياضية المتنوعة ، واوضاع الجسم ساهم وبشكل كبير في تطوير القوة لدى عينة البحث ، هذا ما اكده (Jamal, 2012) انه يجب اعطاء تكرارات للاعبين بالقدر الذي يحتاجون اليه وان هذا القدر المناسب للتمرينات يساهم في زيادة القوة لديهم ويحسن من الانقباضات العضلية (Mazurek et al., 2024) ويعزوا الباحثان أن التطور الحاصل في كفاءة الجهاز العضلي، وقدرة العضلات على انتاج القوة بصورة مباشرة سببه استخدام التمرينات العلاجية بصورة منتظمة وهذا ما اكده (Salama, 2002) ان التدريب العضلي المستمر يعمل على زيادة تدفق الدم للعضلات الأمر الذي يؤدي الى زيادة كفاءتها (Hamad et al., 2022)

5 - الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات

- بعد عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وللاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث استنتج الباحثان التالي :
- 1- ان وسائل العلاج الطبيعي المستخدمة من قبل الباحثان (الليزر . التنس . الموجات فوق الصوتية) لعبت دورا مهما في تطوير القدرات البدنية الحاصل نتيجة (اصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية) .
 - 2- وجود فرق في الاختيارات التي تم اعدادها من قبل الباحثان في المتغيرات البدنية (القوة المميزة بالسرعة وتحمل القوة) و لصالح الاختبارات البعدية.
 - 3- ان استخدام العلاج الطبيعي و التمارين التأهيلية اعطى محصلة كبيرة في التأهيل .

5-2 التوصيات:

- 1-يوصي الباحثان في ضرورة استخدام الاختبارات التي تم اعدادها في قياس القدرات البدنية (تحمل القوة المميزة بالسرعة) لإصابة التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية .
- 2-يجب استشارة الطبيب الاختصاص من قبل الباحثين في نوع الاصابة و اتباع الارشادات و التوجيهات الطبية لما له من اثر في اختصار الوقت و الجهد و الوصول الى مرحلة الشفاء و بسرعة .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في عينة من المصابين بإصابة (التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية) و عدهم (5) مصابين من لاعبي العاب المضرب

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

زهراء تحسين محمد <https://orcid.org/0009-0009-5029-4012>

References

- Abdelhadi, N. (2001). *An introduction to educational measurement and evaluation and its use in the field of classroom teaching*. Amman, Jordan: Dar Wa'el for Publication.
- Ahmed, M. A. G. T. (2011). *A proposed rehabilitation program for the wrist of tennis players* [Unpublished PhD thesis]. Helwan University.
- Ali, A. F. (2015). Basics of scientific research and statistics in physical education. *Najaf: Dar Al-Diyaa Printing*, 29.
- Farahat, L. A.-S. (2001). *Mathematical Cognitive Measurement* (p. 19). Al-Kitab Publishing Center.
- Gamal, M. A. (2019). *Physical rehabilitation of the knee joint after surgical intervention to treat rupture of the anterior cruciate ligament and knee cartilage* [Master's thesis]. Helwan University.
- Hamad, S. H., Ali, B. A., & Sabbar, Hassan Jijan. (2022). The effect of arm coordination exercises on some mental abilities and performance of offensive foil skills in fencing. *Sohag Journal for Young Researchers*, 2(4), 59–64.
- Hammad, M. I. (2020). *Physical Fitness for Health and Sports* (1st ed, p. 291). Dar Al-Kotob Al-Hadith.
- Jamal, S. F. (2012). *Strength, Ability and Modern Sports Training*. Dijlah Publishing House.
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4).
<https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>
- Mohammed, M. G., & Mashkoor, N. H. (2006). The arch of the foot and its relationship to self-control and performance level on the balance beam. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19.
- Salama, B. E. (2002). Sports Health and Physiological Determinants of Sports Activity. *Arab Thought House, Cairo*.
- Walid, H. H. (2002). *The effect of a proposed exercise program to prevent some ankle joint injuries in football players* [Unpublished master's thesis]. Minya University.

الوحدات التأهيلية للبرنامج المقترح

الاسبوع : الاول

التأريخ: 2024/3/3

زمن الوحدة: (40 - 45)

الوحدة (1)

اليوم : الاحد

د

هدف الوحدة :تأهيل التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية و اعادة القدرات البدنية

الاسبوع	ت-التمرين	التكرار	الزمن التقريبي	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	الزمن الكلي
الاول	T.N.E.S		10			
	Laser		10			
	1	2	25 ثا	1 د	1.25 د	
	2	2	25 ثا	1.30د	1.25 د	
	3	2	30 ثا	1.30د	1.25 د	
	4	3	25 ثا	1.30د	1.25 د	
	7	3	30 ثا	1.25د	—	
المجموع			25.25د	9.50د	5.40د	40.55 د

التأريخ: 2024/3/5

الاسبوع : الاول

زمن الوحدة: (40 - 45) د

الوحدة : (2)

اليوم : الثلاثاء

الاسبوع	ت-التمرين	التكرار	الزمن التقريبي	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	الزمن الكلي
الاول	T.N.E.S		10			
	Laser		10			
	Us		5			
	1	2	25 ثا	30 ثا	1 د	
	2	2	30 ثا	30 ثا	1 د	
	6	3	30 ثا	30 ثا	1د	
	7	3	25 ثا	30 ثا	1.30د	
	5	3	40 ثا	30 ثا	—	
المجموع			31.35 د	4 د	4.30د	40. 5 د

الاسبوع : الاول
 التاريخ: 2024/3/7
 اليوم : الخميس
 الوحدة : (3)
 زمن الوحدة : (40 - 45) د
 هدف الوحدة : تأهيل التمزق الجزئي لوتر العضلة ذات الراسين العضدية و اعادة القدرات البدنية

الاسبوع	ت-التمرين	التكرار	الزمن التقريبي	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	الزمن الكلي
الاول	T.N.E.S		د7			
	Laser		د10			
	Us		د5			
	1	2	ثا30	د 1.30	د 1.30	
	2	2	د1	د 1.30	د 1.30	
	3	2	د 1	د 1	د 1.30	
	11	2	ثا 30	د 1.30	د 1.30	
	12	2	ثا40	د 1	—	
المجموع			د 29. 20	د 6.30	د 9.20	د41.50



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The impact of a functional training program based on anaerobic energy systems on several functional variables and body components for people who value overall health, both with and without intermittent fasting

Diyar Ramadan Hussein ¹ 

University of Duhok / College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Azad Ahmed Khaled ² 

Article information

Article history:

Received 24/7/2024

Accepted 21/8/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Functional training method, anaerobic energy systems, intermittent fasting, functional variables, body components

Abstract

The research aims to prepare a functional training program based on the anaerobic energy system. The researchers used the experimental method for two experimental groups with pre- and post-measurements. The research sample consisted of (24). The statistical package (SPSS 19) was used. The researchers reached the most important results: The latest training method using functional training according to the two anaerobic energy systems with intermittent fasting showed a clear improvement in all functional variables (respiratory endurance and resting pulse) and body components (muscles, fats, fat percentage and weight). The researchers also recommended relying on functional exercises prepared according to the two anaerobic energy systems as basic data when training participants in gyms.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير برنامج تدريب وظيفي يعتمد على أنظمة الطاقة اللاهوائية على العديد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم للأشخاص الذين يقدررون الصحة العامة سواء مع الصيام المتقطع أو بدونه

✉ أزد احمد خالد²

✉ يار رمضان حسين¹

جامعة دهوك/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{1,2}

المخلص

يهدف البحث الى إعداد برنامج تدريب وظيفي يعتمد على نظام الطاقة اللاهوائية ، قام الباحثان باستعمال المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبيتين مع قياسين القبلي والبعدي ، أما عينة البحث فقط تكونت من (24) ، وقد تم استعمال الحقيبة الاحصائية ال (SPSS 19) ، قد توصل الباحثان إلى أهم النتائج (أحدث المنهج التدريبي باستخدام التدريبي الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية بالصيام المتقطع تحسناً واضحاً على جميع المتغيرات الوظيفية (تحمل الدوري التنفسي والنبض عند الراحة) وعلى مكونات الجسم (العضلات والدهون ونسبة الدهون والوزن) ، وكذلك أوصى الباحثان الاعتماد على التمرينات الوظيفية المعدة وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية كمعطيات أساسية عند تدريب المشتركين في القاعات الرياضية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/7/24

القبول : 2024/8/21

التوفر على الانترنت: 15,يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

منهاج التدريب الوظيفي ، نظامي الطاقة اللاهوائية ، الصيام المتقطع ، المتغيرات الوظيفية ، مكونات الجسم

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

ويعتبر التدريب الوظيفي (FUNCTIONAL-TRAINING) أحد أساليب التدريب الحديثة والمتطورة ، والهدف من التدريبات الوظيفية عموماً هو الوصول إلى أفضل مستوى بدني يساعد في أداء الأنشطة اليومية بكل كفاءة ، فالتدريبات الوظيفية ببساطة تعمل على الوصول إلى أعلى مستوى ممكن من الربط الحركي بين أجزاء الجسم خلال محاور الحركة المختلفة والذي يساعد في تطوير مستوى الأداء وتحسين حاله البدنية التي تساعد على التمكن من الأداء بشكل أكثر فعالية ، ويتميز التدريب الوظيفي بالتركيز على التدريبات المركبة لتحقيق أكبر عدد من الأهداف الرياضية في أقل وقت ممكن وبشكل يساعد على تقوية العضلات والقلب وإرتفاع مستوى التحمل. (Mustafa, 2020) (Al-Saeed & Pain, 2017) ويوضح (Mimi Dexter ، 2016) أنه يكون التركيز في الصيام المتقطع على متى وكما مرة تأكل (تواتر الوجبة) وليس على ما تأكله ، وإن من فوائد الصيام المتقطع يجعل الشهية طبيعية فتصحح الشهية وتقل الرغبة في تناول الطعام والميل أكثر لتناول الطعام الصحي . (Mimi, 2016)

1-2 أهمية البحث :

وتأتي أهمية هذه الدراسة نظراً لتمييز التدريب الوظيفي بالتركيز على التدريبات المركبة بمشاركة عدة عضلات في التمرين الواحد لتحقيق أكبر عدد من الأهداف في أقل وقت ممكن والتي تشابه حركات الحياة اليومية وتركز على الحركة بدلاً من العضلات ، فإنه يتطلب مشاركة الجهاز العصبي العضلي بأكمله نظراً لأن التدريب الوظيفي عادةً ما تنطوي الحركات الوظيفية على كتلة عضلية كبيرة وتحكم عصبي عضلي متزايد ، والذي يساعد الوصول إلى أعلى مستوى ممكن من الربط الحركي بين أجزاء الجسم خلال محاور الحركة المختلفة .

1 - 3 مشكلة البحث :

لجأ معظم الناس والمدربين والنوادي الرياضية في العالم الى أداء التمارين الوظيفية باستخدام وزن الجسم وأدوات التدريب الوظيفي بشكل منفرد ومن خلال منصات التواصل الاجتماعي أو الذهاب الى الحدائق العامة لغرض زيادة النشاط والحفاظ على اللياقة البدنية وتحسين الحالة الصحية العامة ، كما أن للصيام المتقطع أكثر من استراتيجيات للصيام منها وفق تقييد الطاقة المتقطع أو وفق توقيت تناول الطعام التغذية المقيدة بالوقت ، مما حث الباحثان الى إجراء هذا البحث (للتعرف على تأثير منهج بالتدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية بالصيام المتقطع وبدونه في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم لمحبي الصحة العامة) .

1 - 4 أهداف البحث :

- 1- إعداد برنامج للتدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية .
- 2- الكشف عن تأثير برنامج التدريب الوظيفي يعتمد على نظام الطاقة اللاهوائية بالصيام المتقطع في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم لمحبي الصحة العامة .
- 3- الكشف عن تأثير برنامج التدريب الوظيفي يعتمد على نظام الطاقة اللاهوائية بدون الصيام المتقطع في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم لمحبي الصحة العامة .

1 - 5 فرضيات البحث :

- 1- وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم لمجموعة التجريبية الأولى (التدريب الوظيفي المعتمد على نظام الطاقة اللاهوائية بالصيام المتقطع) ولصالح الاختبارات البعدية .

2- وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم لمجموعة التدريبية الثانية (التدريب الوظيفي المعتمد على نظام الطاقة اللاهوائية بدون الصيام المتقطع) ولصالح الاختبارات البعدية .

3- لا توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين لكل من المجموعة التدريبية الأولى (التدريب الوظيفي المعتمد على نظام الطاقة اللاهوائية بالصيام المتقطع) والمجموعة التدريبية الثانية (التدريب الوظيفي المعتمد على نظام الطاقة اللاهوائية بدون الصيام المتقطع) في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم .

1-6 مجالات البحث :

1-6-1 المجال البشري : أشتمل على عينة من الذكور بأعمار تراوحت بين (30-40) سنة لمشاركي قاعة نادي سنحاريب الرياضي

1-6-2 المجال الزمني : من 2021 الى 2024 .

1-6-3 المجال المكاني : تم تطبيقه في قاعة نادي سنحاريب الرياضي للياقة البدنية .

1-7 تحديد المصطلحات :

التدريب الوظيفي (FUNCTIONAL-TRAINING) :

يعرفها ستالي (STALEY) بأنها " تمارين تؤدي بأدوات مختلفة ، صممت لخلق بيئة أكثر تحدياً بغرض إشراك أكبر عدد من العضلات الصغيرة والعميقة التي تعمل على إلتزان الجسم " . (Feito et al., 2018)

الصيام المتقطع :

وهي استراتيجيات غذائية التي يتم فيها تغيير نمط تقييد الطاقة وفق تقييد الطاقة المتقطع أو وفق توقيت تناول الطعام التغذوية المقيدة بالوقت بحيث يخضع الأفراد لفترات متكررة من الصيام . (Antoni et al., 2017)

3 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1-3 منهج البحث :

قام الباحثان باستخدام المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبيتين مع قياسين القبلي والبعدي .

2-3 مجتمع البحث وعينه:

أشتمل مجتمع البحث على المشاركين الذكور البالغ أعمارهم من (30-40) سنة في قاعة نادي سنحاريب الرياضي والبالغ عددهم (30) مشتركاً ، أما عينة البحث فقط تكونت من (24) مشتركاً بنسبة (80%) من مجتمع البحث حيث تم تقسيمهم عن (طريق القرعة) الى مجموعتين متساويتين مجموعة باستخدام التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية مع بالصيام المتقطع ومجموعة باستخدام التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية بدون الصيام المتقطع بواقع (12) مشتركاً لكل مجموعة ، وتم استبعاد (6) مشتركين الذين شاركوا في التجربة الاستطلاعية .

3-3 التصميم التجريبي :

استعمل الباحثان التصميم التجريبي للمجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي وبتصميم مجموعتان تجريبيتان (الأولى والثانية) بحيث تكون المجموعتان متكافئتين في جميع ظروفها ماعدا متغير الصيام المتقطع .

3-4 تجانس وتكافؤ :

3-4-1 تجانس العينة :

من أجل ضبط المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث لجأ الباحثان في التحقق من تجانس عينة البحث كلها معاً التي تتعلق بالقياسات المورفولوجية وهي (الطول ، وزن الجسم ، العمر الزمني) ، والجدول (1) يبين ذلك .

جدول (1)

تجانس أفراد عينة البحث في الطول والوزن

م	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	الطول	سم	174.08	2.483	1.42
2	الوزن	كغم	84.47	6.426	7.70
3	العمر	سنة	35.00	1.021	2.91

من خلال جدول (1) نلاحظ بأن قيم معامل الاختلاف هي أصغر من (30) وهذا يدل على أن العينة متجانسة ول أعلى أظهرت النتائج بأن العينة متجانسة .

3-4-2 تكافؤ مجموعتي البحث :

لكي يتمكن الباحثان من أن يعزو ما يحدث من فروق في نتائج الاختبارات البعدية للمتغيرات قيد البحث الى تأثير العامل التجريبي لمنهاج التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية بالصيام المتقطع وبدونه في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم ، لجأ الباحثان الى التحقق من تكافؤ المجموعتين وذلك باستخدام اختبار (t-test) للعينات المستقلة للمتغيرات قيد البحث ، والجدول (2) يتبين من ذلك .

الجدول (2)

تكافؤ المجموعتين التجريبيتين في المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم قيد البحث

الوسائل الإحصائية	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الأولى ن=12		المجموعة الثانية ن=12		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	الدلالة
			س	± ع	س	± ع			
متعدد المراحل you-you test	تحمل دوري التنفسي	مل/ك/د	38.8 0	0.44	38.77	0.43	1.00	0.34	غير معنوي
عند الراحة	النبض	ن/ق	71.3 3	1.72	71.00	3.61	0.29	0.77	غير معنوي
كتلة العضلات		كغم	33.7 2	3.73	34.83	2.33	0.86	0.40	غير معنوي
كتلة الدهون		كغم	21.9 8	3.35	26.21	3.46	2.97	0.01	معنوي
نسبة الدهون		100 %	26.9 9	4.24	29.88	2.98	2.33	0.04	معنوي

* عند مستوى دلالة $0.05 \geq$

يتبين من الجدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبيتين (الأولى والثانية) في جميع المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم إذ أن قيم مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05) ما عدى متغير (الدهون والنسبة الدهن) لمتغيرات مكونات الجسم وهذا يشير الى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات .

3-5 وسائل جمع المعلومات والأدوات والأجهزة المستعملة :

3-5-1 الاجهزة والأدوات المستعملة :

جهاز التجديف (Rowing) من شركة (Xebex) الأمريكية العدد (2) ، جهاز الدراجة (Airplus Bike) من شركة (Xebex) الأمريكية العدد (2) ، جهاز التزلج (Skierg) من شركة (Xebex) الأمريكية العدد (2) ، جهاز مشغل ومكبر الصوت (Legacy Audio) العدد (1) ، تلفزيون بحجم (65 بوصة) العدد (1) ، جهاز لابتوب من نوع (Hp) العدد (1) ، جهاز هاتف محمول من نوع (Iphone) العدد (2) ، جهاز لقياس مكونات الجسم من نوع (In Body H20) العدد (1) ، جهاز (My Zone) لقياس عدد دقات القلب العدد (3) ، ساعة إلكترونية كبيرة العدد (1) ، حاسبة إلكترونية يدوية العدد (2) ، ساعات توقيت صغيرة العدد (4) ، كرات طبية (Medicine Ball) من (1 إلى 5 كغم) العدد (2) ، كرات الحائط (Wall Ball) من (3 إلى 8 كغم) العدد (2) ، بساط الجمناستك (Gymnastics mat) العدد (6) ، حبال مطاطية (Resistance Band Power Band) العدد (12) ، حبال المقاومة (Battle rope) العدد (4) ، حبل المقاومة بوزن الجسم (مدرب تعليق) (Suspension Trainer) العدد (4) ، حامل الدبني والبينج (Half Rack) العدد (2) ، عقلة (pull-up) العدد (2) ، بار المتوازي (Dip Bar) العدد (2) ، بار الدبني متعدد الأوزان (Squat Bar) العدد (4) ، سيت دامبلز (Hex dumbbell) من (4 إلى 5،22 كغم) ، أقراص متعدد الأوزان (Bumper Plates) العدد (44) ، قفل أقراص البار (Compression Strap) العدد (8) ، حاملة أقراص الوزن (Target stand 50 mm) العدد (2) ، مصطبة متعدد الزوايا (Multi bench) العدد (4) ، مطاط حماية أعلى الظهر لدبني (Polsterrolle – Nackenschutz – L) العدد (4) ، مطاط أرضية القاعة (Gymfloor-1m) العدد (45) ، حبل القفز (Jump Rope) العدد (6) ، شواخص العدد (20) ، أقماع العدد (16) ، شريط لاصق العدد (2) ، صافرات العدد (2) ، شريط قياس بطول (20 متر) العدد (1) ، شريط قياس بطول (3 متر) العدد (2) ، عصي بطول (1 متر) العدد (2) .

3-6 إجراءات البحث الميدانية :

3-6-1 تحديد المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم :

قام الباحثان بوضع المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم في استمارة لعرضها على مجموعة من السادة المختصين في مجال التدريب الرياضي وفلسجة التدريب والقياس والتقييم وبأخذ نسبة آراءهم لأكثر من (75%) والملحق رقم (2) يوضح ذلك ، ومن خلال ذلك توصل الباحثان إلى متغيرات قيد البحث ويتبين من الجدول (3) اتفاق السادة المختصين على اثنان من المتغيرات الوظيفية وأربعة من متغيرات مكونات الجسم.

الجدول (3)

آراء السادة المختصين حول مدى مناسبة المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم

م	المتغيرات	رأي المختص		نسبة الاتفاق	القبول
		موافق	غير موافق		
المتغيرات الوظيفية					
2	تحمل دوري التنفسي	8	1	%88.88	*
3	مطاولة السرعة	3	6	%33.33	
4	أقصى معدل لضربات القلب	4	5	%44.44	
5	معدل ضربات القلب أثناء الراحة	8	1	%88.88	*
7	حامض اللاكتات	3	6	%33.33	
8	نسبة التبادل التنفسي	4	5	%44.44	
9	ضغط الدم الانقباضي والانبساطي	5	4	%55.55	

10	بروتين الدهني عالي الكثافة	5	4	%55.55	
11	بروتين الدهني منخفض الكثافة	4	5	%44.44	
12	بروتين الدهني ذات كثافة منخفضة جداً	9	8	%33.33	
13	تراي جليسيريد (الدهون الثلاثية)	9	8	%44.44	
14	الكوليسترول	9	8	%44.44	
متغيرات مكونات الجسم					
1	الوزن	9	0	%100	*
2	العضلات	9	0	%100	*
3	الدهون	8	1	%88.88	*
5	كتلة الجسم	6	3	%66.66	
6	الماء	5	4	%55.55	
7	العظام	4	5	%44.44	

يتبين من الجدول (3) :

إن نسبة الاتفاق لأراء المختصين حول مدى مناسبة المتغيرات الوظيفية ما بين (33.33% إلى 88.88%) ، وبناءً على ذلك تم موافقة السادة المختصين على متغيرين فقط وهم (تحمل دوري التنفسي - معدل ضربات القلب أثناء الراحة) ، وكما تراوحت النسبة المئوية لأراء المختصين حول مدى مناسبة المتغيرات مكونات الجسم قيد البحث ما بين (44.44% إلى 100%) ، وبناءً على ذلك تم موافقة السادة المختصين على جميع المتغيرات مكونات الجسم ما عدى متغير (كتلة الجسم - الماء - العظام) .

3-6-2 تحديد الاختبارات للمتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم :

بعد الاطلاع الباحثان على العديد من المصادر والمراجع العربية والأجنبية والاطارح والدراسات المشابهة لاختبار الاختبارات المناسبة وكيفية تطبيقها على عينة قيد البحث توصل الباحثان إلى أهم الاختبارات الوظيفية ومكونات الجسم لمتغيرات قيد البحث :

وقد قام الباحثان بوضع اختبارات لمتغيرات قيد البحث في استمارة لعرضها على مجموعة من السادة المختصين في مجال التدريب الرياضي وفلسجة التدريب والقياس والتقويم وبأخذ نسبة آراءهم لأكثر من (75%) والملحق رقم (3) يوضح ذلك ، ومن خلال ذلك توصل الباحثان إلى أهم الاختبارات المناسبة لمتغيرات قيد البحث ويتبين من الجدول الاتي اتفاق السادة المختصين على الاختبارات لمتغيرات قيد البحث ، والجدول الاتي (4) يتبين من ذلك .

الجدول (4)

أراء السادة المختصين حول مدى مناسبة الاختبارات الوظيفية

م	المتغيرات	الاختبارات - والقياس	رأي المختص		نسبة الاتفاق	القبول
			موافق	غير موافق		
1	تحميل دوري التنفسي	متعدد المراحل (you-you test)	14	3	%82.35	*
2	النبض	معدل ضربات القلب أثناء الراحة	14	3	%82.35	*

يتبين من الجدول (4) :

إن نسبة الاتفاق لأراء المختصين حول مدى مناسبة الاختبارات الوظيفية ومكونات الجسم قيد البحث ما بين (77.77% 100%)، وبناءً على ذلك تم موافقة السادة المختصين على أنسب الاختبارات للمتغيرات قيد البحث .

3-6-2-1 الاختبارات : قام الباحثان باستخدام الاختبارات الأتية :

1- الاختبارات الوظيفية:

- اختبار متعدد المراحل (you-you test) لاستخراج ال (VO2Max). (DAVID H. FUKUDA, 2019).
- قياس معدل النبض وقت الراحة . (Al-Baqal, 2022)

2- اختبارات مكونات الجسم:

- قياس تحليل مكونات الجسم عبر جهاز (In Body H20) .

3-7-2 الأسس العلمية للاختبارات :

3-7-2-1 أولاً : الصدق :

أ- الصدق الظاهري:

يعد الصدق من أهم معايير جودة الاختبار إذ يشير إلى الحقيقة أو مدى الدقة التي تقيس بها أداة القياس أو الظاهرة التي وضع من أجل قياسها وقد كسبت الاختبارات المعينة أحد أنواع الصدق وهو صدق المحتوى أو المضمون عندما تم عرضه على مجموعة من المختصين ، ويعد الصدق واحد من مؤشرات التي يجب توفرها في أداة لاختبار المعتمدة في قياس أي من الصفات والظواهر الرياضية ويقصد بصدق الاختبار أن يقيس الاختبار فعلاً القدرة أو الاتجاه أو السمة أو الاستعداد التي وضع الاختبار لقياسه (Al-Yasiri, 2010) وقد كسبت الاختبارات المعنية أحد أنواع الصدق صدق المحتوى أو المضمون واستعمل الباحثان الصدق الظاهري من خلال عرض الاختبارات على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين يتضح ذلك في الجدول (4) أن الاختبار حصلت على نسبة الاتفاق لأكثر من (75%) للاختبارات قيد البحث ، والملحق رقم (3) يوضح ذلك.

ب- الصدق الذاتي :

ويعني صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقة الخالية من أخطاء الصدفة وبذلك تصبح الدرجات الحقيقة للاختبار هي الميزان أو المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار فاصلة وثيقة بين الثبات والصدق من حيث ثبات الاختبار يؤسس على ارتباط الدرجات الحقيقة للاختبار بنفسها إذا أعيد الاختبار على نفس المجموعة من الأفراد (العينة) ، ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات (الصدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات) حيث يبين في الجدول (5) . (Faiza & Ghada, 2019)

3-7-2-2 ثانياً : الثبات :

يجب أن يتمتع الاختبار بدرجة عالية من الدقة والأتقان والاتساق والموضوعية لما وضع من أجله الاختبار (AI-Janabi, 2018)

قام الباحثان بحساب معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق على عينة من المجتمع قوامها (6) مشتركين، وبتاريخ (2022/9/29) للتطبيق الأول ، وبعدها بأسبوع تم تطبيق الثاني للاختبار، حيث تم تطبيق هذه الاختبارات تحت نفس ظروف وشروط التطبيق الأول ، ويتضح ذلك في الجدول رقم (5) أن قيمة الصدق الذاتي للاختبارات قيد البحث كانت ما بين (0.93 إلى 0.98) .

الجنول (5)

معامل ثبات الاختبارات الوظيفية المقترحة قيد البحث

م	المتغيرات	وحدة القياس	معامل الثبات بيرسون	الصدق الذاتي	مستوى الدلالة
1	تحمل دوري التنفسي	متعدد المراحل (you-you test)	مل/ك/د	0.91	معنوية
2	النبض عند الراحة	عدد دقات القلب عند الراحة	ن/ق	0.91	معنوية

* عند مستوى دلالة $0.05 \geq$

يتضح من جدول (5) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين قياسات التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات الوظيفية ومكونات الجسم قيد البحث مما يشير إلى ثبات الاختبارات قيد البحث .

7-3 التجريبتين الاستطلاعتين :

1-7-3 التجربة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (6) مشتركين وذلك في الفترة من 2022/9/29 إلى 2022/10/6 بهدف التعرف على:

1. ملائمة الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .
2. تحديد المكان المناسب للاختبارات .
3. مدى فهم المشتركين لمواصفات أداء الاختبار .
4. التأكد من مدى استعداد وفهم كادر العمل المساعد لأجهزة وأدوات الاختبار وتسجيل النتائج .
5. تحديد الأخطاء التي قد تحصل أثناء تنفيذ الاختبارات القبلية والبعدية .

2-7-3 التجربة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية على منهج التدريب الوظيفي وتمارين قيد البحث وذلك في الفترة من 2022/10/8 إلى 2022/10/13 وذلك بهدف التعرف على :

1. ملائمة محتوى المنهج التدريبي المقترح لمستوى أفراد عينة البحث .
2. مراعات الاسس العلمية من حيث تشكيل الشدة والحجم والراحة .
3. التأكد من فهم المشتركين لكيفية سير الوحدة التدريبية .
4. مدى مناسبة التمارين الوظيفية لمستوى المشتركين .
5. مدى فهم المشتركين لمواصفات أداء التمارين الوظيفية .
6. مدى مناسبة الأجهزة والأدوات المستخدمة في البرنامج وكيفية استخدامها من قبل المشتركين .

8-3 المنهج التدريبي:

قام الباحثان باختيار التمارين الوظيفية لمنهج التدريب قيد البحث من خلال تحليل محتوى المصادر المتوفرة والملحق رقم (4) يتبين من ذلك (Santana, 2016) , (Santana, 2019) (Thurgood (Tumminello, 2016) & Paternoster, 2013)

كما قام الباحثان بإعداد وتنظيم منهج بالتدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين لتطوير بعض المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم من خلال تحليل محتوى المصادر المتوفرة من أجل تحقيق أهداف قيد البحث.

1-8-3 الخطة الزمنية للمنهج التدريبي والصيام المتقطع :

- 1- تضمن المنهج التدريبي على (45) وحدة تدريبية لكلى المجموعتين.
- 2- كما أستغرق تنفيذ المنهج التدريبي (9) أسابيع ، وزعت خلالها الوحدات التدريبية بواقع (5) وحدات تدريبية خلال الأسبوع لكلى المجموعتين .
- 3- وقد تم إجراء الصيام المنقطع وفق توقيت تناول (الطعام التغذية المقيدة بالوقت) على المجموعة التجريبية الأولى وبشكل (8 - 16) ساعة ، من خلالها تمتنع المجموعة عن الأكل لمدة (16) ساعة وبعدها يتناولون وجباتهم الغذائية الثلاثة لمدة (8) ساعات كالتالي (الوجبة الغذائية الأولى تبدأ من الساعة (11) صباحاً والثانية في الساعة (3) ظهراً والثالثة في الساعة (7) ليلاً ، أما المجموعة التجريبية الثانية فكانت تتناول أيضاً (3) وجبات في اليوم بدون تحديد زمن أكل الوجبات الغذائية

3-8-2 تجربة البحث النهائية:

بعد إجراء التجريبتين الاستطلاعتين وتلافي الصعوبات والمعوقات التي تواجه البحث تم إجراء التجربة الرئيسية من (2022/10/22) ولغاية (2022/12/24) على المجموعتين، وتم تطبيق منهاج بالتدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائية على المجموعتين مع اختلاف أن المجموعة التجريبية الأولى تقوم بالصيام المنقطع والمجموعة التجريبية الثانية لا تقوم بالصيام المنقطع ، مراعيًا فيها مكونات الحمل التدريبي، والقابلية البدنية الوظيفية لعينة البحث والأدوات وشكل التدريب المستخدم لتكون قادرة على تطوير المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم لتحقيق أغراض وأهداف قيد البحث، كالاتي :

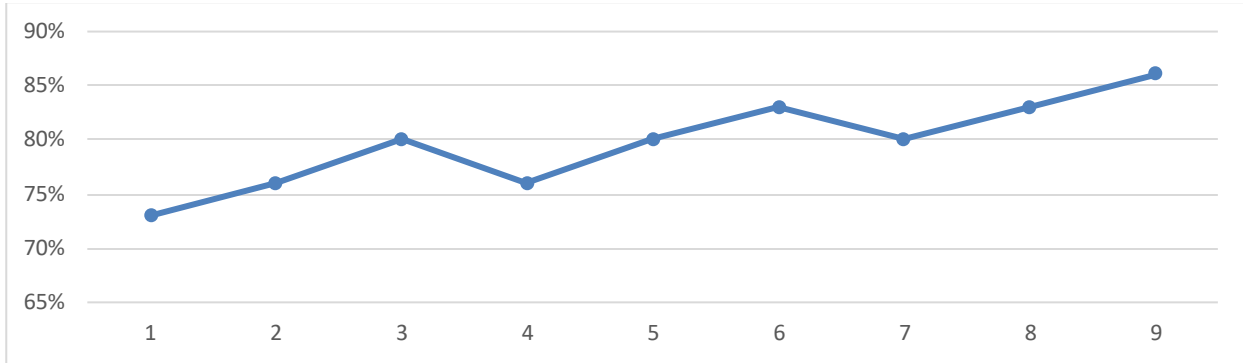
- يتكون المنهاج التدريبي من (9) دورات صغيرة مقسمة على (3) دورات متوسطة .
- وبتشكيل حمل (1:2) في كل دورة متوسطة .
- وتحتوي كل دورة صغرى على (5) وحدات تدريبية .
- وقد أجريت الوحدات التدريبية في الدورات الصغرى في أيام (السبت ، الاحد ، الاثنين ، الاربعاء ، الخميس).
- وقد تم إجراء الأحماء العام والخاص في جميع الوحدات التدريبية لكافة عضلات الجسم العاملة وتستغرق (15) دقيقة وعند الانتهاء تم إجراء التمارين التهدئة والاسترخاء للعضلات العاملة واستغرق حوالي (5) دقائق.
- تم التحكم بالشدة والراحة كالاتي:

- 1- (لمطاوله القوة) التي تمثل بعدد التكرارات بشدة بين (65% إلى 75%) من التكرارات مستخرجاً من خلال أعلى تكرار في زمن معين (حساب أعلى تكرار خلال دقيقة واحدة) ، وتم من خلالها أداء التمرين بالشدة من (100%) وقد اتبع الباحثان مبدأ التدرج بالحمل ، وتم إجراء وحدتين لمطاوله القوة من الدورة الصغيرة الأولى إلى الدورة الصغيرة الرابعة .
- 2- و(القوة القصوى) التي تمثل وزن المرفوع وبعد استخراج (أقصى قوة) من اختبار (حد الأقصى للتكرار) وقد اتبع الباحثان مبدأ التدرج بالحمل ومبدأ فردية التحميل لكل مشترك حيث تم تحديد الشدة ابتداء من (70% إلى 90 %) وذلك حسب المعادلة التالية:

(الوزن المطلوب استخدامه من خلال شدة معينة = أحسن إنجاز * الشدة المطلوبة / 100) وبزيادة حمل (2-4) كغم للجزء العلوي من الجسم و (5) كغم للجزء السفلي من الجسم، وبراحة ثابتة بين التكرارات ب (30) ثانية وبراحة (3) دقائق حرّاً بين التمارين ، كما تم إجراء وحدتين للقوة القصوى من الدورة الصغيرة الخامسة إلى الدورة الصغيرة التاسعة .

3- و(لتحمل اللاهوائي المتوسط الزمن) التي تمثلت زمن الأداء بين (75% إلى 85%) و(التحمل اللاهوائي القصير الزمن) التي تمثلت زمن الأداء بين (85% إلى 95%) ، حيث تم تحكم بالشدة من خلال زمن نظام العمل لكل متغير حسب نظام الطاقة اللاهوائي، وبتحكم حمل من خلال (كثافة التمرين) بين العمل والراحة.

- كما تم تنفيذ التمرينات المنهاج التدريب الوظيفي بشكل أسلوب التدريب الدائري .
- وتم استخدام الراحة السلبية بين التكرارات والمجميع .



شكل (1) يوضح تقنين شدة الحمل التدريبي على الأسابيع

9-3 الاختبارات القبلية والبعدية :

1-9-3 الاختبارات القبلية :

تم إجراء القياس والاختبارات القبلية ، بتاريخ (15 إلى 2022/10/18) ويتسلسل الاتي (يوم الاول وخلال المساء بتمام الساعة (06:00) مساءً تم قياس النبض عند الراحة ومكونات الجسم وخلال يوم الثالث تم إجراء اختبار تحمل دوري التنفسي في القاعة الداخلية لنادي سنحاريب الرياضي .

2-9-3 الاختبارات البعدية :

تم إجراء القياس والاختبارات البعدية ، بتاريخ (26 إلى 2022/12/28) وينفس تسلسل الاختبارات القبلية ، إذ راعى الباحثان قدر ما أمكن الظروف التي تم فيها إجراء الاختبارات القبلية من حيث تسلسل الاختبارات وأزمنتها .

10-3 الوسائل الاحصائية المستخدمة:

استعمل الباحثان الحقيبة الاحصائية ال (SPSS 19)

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها :

1-4 عرض وتحليل ومناقشة النتائج للفرضية الأولى والثانية :

1-1-4 عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية الأولى والثانية بين الاختبارين القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم .

الجنول (6)

الأوساط الحسابية الانحرافات المعيارية وقيم (ت) للمتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم القلبية والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى

م	المتغيرات		وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (T)	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
				س	ع±	س	ع±			
1	تحمل النوري التنفسي	متعدد المراحل (you-you test)	مل/ك/د	38.80	0.44	40.74	0.58	9.46	0.00	معنوي
2	النبض	عند الراحة	ن/د	71.33	1.72	67.75	5.17	2.80	0.01	معنوي
3	الوزن	كتلة الجسم	كغم	81.48	6.15	80.85	6.30	2.67	0.02	معنوي
4	العضلات	كتلة العضلات بالجسم	كغم	33.72	3.73	35.12	3.88	5.80	0.00	معنوي
5	الدهون	كتلة الدهون بالجسم	كغم	21.98	3.35	20.25	3.59	6.29	0.00	معنوي
6	نسبة الدهون	النسبة المئوية للدهون بالجسم	%100	26.99	4.24	25.04	4.62	5.22	0.00	معنوي

قيمة (t) أمام نسبة الخطأ (0.05) وعند درجة الحرية (11)

يتبين من جدول (6) وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بالصيام المتقطع) في جميع المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم وذلك لصالح القياس البعدي ، حيث بلغت قيمة (t) المحتسبة وذلك بمقدار (9.46 - 2.80 - 2.67 - 5.80 - 6.29 - 5.22 - 4.69)

الجنول (7)

الأوساط الحسابية الانحرافات المعيارية وقيم (ت) للمتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم القلبية والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية

م	المتغيرات		وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (T)	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
				س	ع±	س	ع±			
1	تحمل النوري التنفسي	متعدد المراحل (you-) (you test)	مل/ك/د	38.97	0.43	41.70	2.02	4.57	0.00	معنوي
2	النبض	عند الراحة	ن/د	71.00	3.61	67.25	4.53	8.74	0.00	معنوي
3	الوزن	كتلة الجسم	كغم	87.46	5.44	85.01	7.05	3.10	0.01	معنوي
4	العضلات	كتلة العضلات بالجسم	كغم	34.83	2.33	37.05	1.54	7.56	0.00	معنوي
5	الدهون	كتلة الدهون بالجسم	كغم	26.21	3.46	21.61	4.96	4.92	0.00	معنوي
6	نسبة الدهون	النسبة المئوية للدهون بالجسم	%100	29.88	2.98	25.12	4.16	5.06	0.00	معنوي

قيمة (t) أمام نسبة الخطأ (0.05) وعند درجة الحرية (11)

يتبين من جدول (7) وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بدون الصيام المتقطع) في جميع المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم وذلك لصالح القياس البعدي

4-1-2 مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى والثانية في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم :

ويعزو الباحثان هذا إلى فاعلية المنهاج التدريب الوظيفي بالصيام المتقطع وما يحتويه من تمارين مقترحة لأهداف الموضوع من أجله ، وكذلك تقنين تلك التدريبات علمياً وفقاً للأسس والمبادئ العلمية وذلك بما يناسب متطلبات المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم واستخدام الأجهزة والأدوات التدريب الوظيفي المتنوعة وطريقة التدريب المستخدمة والشكل التدريبي المستخدم للمجموعة التجريبية الأولى .

بالنسبة لمتغير (تحمل الدوري التنفسي والنبض عن الراحة) يعزو الباحثان التطور الحاصل في قدرة إستهلاك الأكسجين (Vo_{2max}) إلى الاستجابة الفسيولوجية نتيجة استخدام التمارين الوظيفية وفق نظام التدريب اللاهوائي من خلال تمارين (التحمل اللاهوائي القصير الزمن و التحمل اللاهوائي المتوسط الزمن) والتي تتميز بتدريبات قصيرة وبشدة عالية مما يؤدي إلى زيادة ضخ الدم أثناء التمرين وزيادة حجم الضربة فأنخفض متوسط ضربات القلب وهذا يدل على أن المنهج التدريبي الوظيفي وفق نظام الطاقة اللاهوائي حقق هدفه (Hussein & Khaled, 2024). وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Abdel Rahman, 2000) على أن التكاليف التدريبية في الحالة الوظيفية للجهاز التنفسي ودرجة تحسن مستوى الوظائف التنفسية تكون أسرع بالتدريب على الشدة (اللاهوائية) عن التدريب منخفض الشدة (الهوائي) وأن التمارين اللاهوائية تؤدي إلى بعض المكاسب الهوائية حيث أن الهوائي واللاهوائي لا يحدثان كلاً بمعزل عن الآخر كل ما هنالك أن التمرين يستهدف أحدهما في المقام الأول ويأتي الثاني كهدف ثانوي غير مقصود ، وإن ممارسة التمارين اللاهوائية تحسن من كفاءة وسعة الرئتين وتؤثر بصورة إيجابية على القلب والدورة الدموية حيث تؤدي إلى انخفاض معدل ضربات القلب أثناء الراحة ، وتعمل على اتساع الدورة الدموية وزيادة قدرة القلب على دفع المزيد من الدم ، وبصفة عامة فإن برامج التمارين اللاهوائية لها تأثير إيجابي على إكتساب اللاعب اللياقة القلبية التنفسية والصحة العامة . (Abdel Rahman, 2000) (Hammad et al., 2022)

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره (Posnakidis et al., 2022) أن التدريب الوظيفي عالي الكثافة هو شكل حديث من التمارين التي تعمل على تحسين العديد من جوانب اللياقة البدنية والصحة العقلية ، تشمل برامجها بين التمارين عالية الكثافة والتمارين الوظيفية ويمكنها تحسين أداء التمارين الهوائية واللاهوائية وتؤثر هذه التمارين متعددة المفاصل مثل (الجري ، والتجديف ، والقفز مع الدفع ، وما إلى ذلك) المضمنة في برنامج التدريب الوظيفي عالي الكثافة بشكل إيجابي على العديد من معايير اللياقة البدنية والصحة واستهلاك الطاقة .

بالنسبة لمكونات الجسم يعزو الباحثان التطور الحاصل إلى كثرة وحدات التدريبية خلال الدورات المتوسطة للمنهاج التدريبي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائي والتي بدورها تعمل على زيادة تدفق الدم وتوسيع الأوعية الدموية وزيادة أستقلاب الطاقة وزيادة درجة حرارة الجسم وكثرة تراكم اللاكتات مما يؤدي إلى فقدان الكثير من السعرات الحرارية أثناء وبعد الحصة التدريبية ، ومن خلال اعتماد هذه المجموعة على الطريقة الغذائية التي تسمى (الصيام المتقطع وفق تقيد الوقت) والتي بدورها تعمل على تعديل مستوى هرمون الأنسولين في الجسم وبهذا يتم تخزين الطاقة بشكل أفضل في الخلايا العضلية مما يساعد على زيادة الهرمونات الذكورية وبالتالي زيادة الكتلة العضلة وتقليل الدهون في الجسم، وهذا ما يشير إليه (Brisebois et al., 2018) بأن التدريب الوظيفي عالي الكثافة الذي يتم إجراؤه لمدة ثلاثة أيام في الأسبوع دون تعديل النظام الغذائي لا يقل بشكل كبير من كتلة الدهون لدى البالغين غير النشطين بدنياً، إذا كان هدف المشارك هو فقدان الدهون، فقد تكون هناك حاجة إلى ممارسة تمارين إضافية وتغييرات في المدخول الغذائي.

كما وتشير (شربات وآخرون ، 2021) بأنه تؤثر التمرينات الهوائية مع الصيام المتقطع تأثير إيجابي علي مؤشر كتلة الجسم و وزن الدهون والعضلات كما تؤثر تأثيراً إيجابياً علي متغيرات الجسم الفسيولوجية مثل (الدهون الثلاثية - الكوليسترول البروتين الدهني مرتفع الكثافة - البروتين الدهني منخفض الكثافة البروتين الدهني ذو الكثافة المنخفضة جداً) (Elgohary, 2022) .

وهذا ما تتفق مع دراسة (Posnakidis et al., 2022) حيث يشير إلى أن إدراج تمارين مقاومة عالية التحميل إلى برنامج تدريب وظيفي عالي الكثافة (HIFT) أدى إلى زيادة في تحسن مكونات الجسم التي تم الحصول عليها مثل زيادة كتلة العضلات وإنخفاض الدهون في الجسم وتحسين إضافي في القوة القصوى وكان البرنامج آمناً وقد يكون مناسباً للأشخاص الذين يسعون إلى زيادة كتلة العضلات وقوتها ، إلى جانب فوائد اللياقة القلبية التنفسية والتحمل العضلي .

كما توضح نتائج دراسة (Brisebois et al., 2018) بأن التدريب الوظيفي عالي الكثافة الذي تم إجراؤه لمدة ثلاثة أيام في الأسبوع دون تعديل النظام الغذائي لا يقل بشكل كبير من كتلة الدهون لدى البالغين غير النشطين بدنياً ، إذا كان هدف المشارك هو فقدان الدهون ، فقد تكون هناك حاجة إلى زيادة ممارسة تمارين إضافية مع تغييرات في المدخول الغذائي

وبذلك يتحقق الفرضيتان الأولى والثانية :

4-4 عرض وتحليل ومناقشة النتائج للفرضية الثالثة :

4-4-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم:

الجدول (8)

الأوساط الحسابية الانحرافات المعيارية وقيم (ت) للمتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم البعديّة للمجموعة التجريبية الأولى والثانية

م	المتغيرات		وحدة القياس	مجموعة التجريبية الأولى		مجموعة التجريبية الثانية		قيمة (T)	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
				س	ع±	س	ع±			
1	تحميل لوري التنفسي	متعدد المراحل (you-you test)	مل/ك/د	40.74	0.583	41.70	2.02	1.59	0.12	غير معنوي
2	النبض	عند الراحة	ن/د	67.75	5.17	67.25	4.53	0.25	0.80	غير معنوي
3	الوزن	كتلة الجسم	كغم	80.85	6.30	85.01	7.05	1.52	0.14	غير معنوي
40	العضلات	كتلة العضلات بالجسم	كغم	35.12	3.88	37.05	1.54	1.60	0.12	غير معنوي
5	الدهون	كتلة الدهون بالجسم	كغم	20.25	3.59	21.61	4.96	0.76	0.45	غير معنوي
6	نسبة الدهون	النسبة المئوية للدهون بالجسم	%100	25.04	4.62	25.12	4.16	0.04	0.96	غير معنوي

قيمة (t) أمام نسبة الخطأ (0.05) وعند درجة الحرية (22)

يتبين من جدول (8) عدم جود فروق معنوية في الاختبارات البعديّة بين المجموعة التجريبية الأولى (التدريب الوظيفي بالصيام المتقطع) والمجموعة التجريبية الثانية (التدريب الوظيفي بدون الصيام المتقطع) في جميع المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم ، كما إنحصرت قيم (t) ما بين (0.04 : 1.59) .

4-4-4 مناقشة نتائج الأختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثاني في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم:

يتبين من جدول (8) عدم وجود فروق معنوية عند مستوى (0.05) بين الأختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية الأولى باستخدام (التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائييين بالصيام المتقطع) والمجموعة التجريبية الثانية باستخدام (التدريب الوظيفي بدون الصيام المتقطع) في جميع المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم ، كما إنحصرت قيم (t) ما بين (0,25 : 1,59) للمتغيرات الوظيفية ، وأنحصرت قيم (t) لمتغيرات مكونات الجسم ما بين (0,04 : 1,60) ، وهذا ما يؤكد جدول رقم (10) والذي يتبين من نسب التغير بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التدريب الوظيفي بالصيام المتقطع) و (التدريب الوظيفي بدون الصيام المتقطع) والفرق بينهما حيث بلغت نسبة الفارق بين المجموعتين ما بين (0,27 % إلى 15,08 %) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية (التدريب الوظيفي بدون الصيام المتقطع) حيث تفوقت على المجموعة التجريبية الأولى (التدريب الوظيفي بالصيام المتقطع) في جميع المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم .

أما بالنسبة لمتغير (تحمل الدوري التنفسي ومعدل ضربات القلب أثناء الراحة) يعزو الباحثان التطور الحاصل لدى مجموعتي البحث بأنه لم ترتقي إلى مستوى المعنوية بسبب نتيجة استخدام نفس المنهاج التدريب الوظيفي وفقاً لنظام الطاقة اللاهوائي للمجموعتين مع إختلاف في استخدام الطريقة الغذائية والتي كانت (بالصيام المتقطع للمجموعة التجريبية الأولى وبدون الصيام في المجموعة التجريبية الثانية) ، حيث يعزو الباحثان بأنه من خلال تأثير وحدات (مطاوله القوة) و وحدات (التحمل اللاهوائي القصير الزمن و التحمل اللاهوائي المتوسط الزمن) ذات الشدة العالية والزمن القصير المتقطع والذي قد يعمل على الجهازين اللاهوائي والهوائي ، حيث أن الطاقة المخزونة في العضلات (الكلايوجين) تعمل لعمل فترة زمنية قصيرة وبشدة عالية وبذلك يكون عمل الأيض اللاهوائي في حالة عدم وجود الأوكسجين ، ومن خلال العمل اللاهوائي عالي الشدة يتشكل الحمض اللبني فيدخل اللاعب بحالة الدين الأوكسجيني ، ومن خلال فترة الراحة بين مجموعات التدريب يعمل القلب والرئتين على تعويض هذا الدين الأوكسجيني بتحليل الحمض اللبني ، وفي هذه اللحظة يعمل الجهاز الطاقة الهوائي ، فيستخدم الأوكسجين لتحويل الكاربوهيدرات إلى طاقة ، وهذا ما أشار إليه كلاً من (Bompa & Buzzichelli, 2019) عند توصيفهم للصفات البدنية أنه ناتج تنمية تحمل الدوري التنفسي يأتي عن طريق تنمية (مطاوله السرعة ومطاوله القوة) .

كما يعزو الباحثان التطور الحاصل في متغير معدل النبض أثناء الراحة من خلال استخدام منهاج التدريب الوظيفي وفقاً لنظام الطاقة اللاهوائي بالصيام المتقطع وبدونه ، والذي يعمل على إشراك كتلة عضلية كبيرة وبشدة عالية مما يرتفع معدل ضربات القلب في التمرينات الوظيفية مثل (الدراجة والتزلج والتجديف إلخ ..) ، وبسبب إنتظام العينة في التدريبات والذي أدى إلى تحسن في المتغيرات الوظيفية منها القلب وذلك من خلال تحسن في إنخفاض معدل ضربات القلب أثناء الراحة لدى مجموعتين التجريبيتين ولكن لم ترتقي إلى مستوى المعنوية ، وهذا ما أتفق مع دراسة (DeBlauw et al., 2021) أن التدريب الوظيفي عالي الكثافة الموجه بقلب معدل ضربات القلب الفردي يؤدي إلى تحسينات مماثلة في الصحة واللياقة البدنية مثل التدريب المحدد مسبقاً بجهد أقل وأدى إلى وجود تحسن لدى جميع المشاركين بشكل ملحوظ في معدل ضربات القلب أثناء الراحة .

ويعزو الباحثان التطور الحاصل في مكونات الجسم لدى مجموعتي البحث بأنه لم ترتقي إلى مستوى المعنوية بسبب نتيجة استخدام نفس المنهاج التدريب الوظيفي وفقاً لنظام الطاقة اللاهوائي للمجموعتين مع إختلاف في استخدام الطريقة الغذائية والتي كانت (بالصيام المتقطع للمجموعة التجريبية الأولى وبدون الصيام المتقطع للمجموعة التجريبية الثانية) ، وتعتبر هذه النتيجة جيدة من حيث إنخفاض كمية كتلة الدهون ، في الجسم لدى مجموعتي البحث ، كما أنه إنخفاض

كتلة الدهون في أي برنامج تدريبي ممكن أن يكون من (4 إلى 6 كغم) خلال هذه المدة التي تدرب عليها المجموعتين وخصوصاً بدون تحديد كمية الكربوهيدرات في البرنامج الغذائي لأن (الكربوهيدرات) تعتبر العنصر الغذائي الأساسي في عملية خفض كتلة الدهون مع البرنامج التدريبي ، وهذا ما حدث في نتيجة هذا البحث وخصوصاً لدى المجموعة التجريبية الثانية بدون استخدام الصيام المتقطع ، وهذا ما تتفق مع دراسة (DeBlauw et al., 2021) أن التدريب الوظيفي عالي الكثافة الموجه بتقلب معدل ضربات القلب الفردي يؤدي إلى تحسينات كبيرة في كتلة الدهون والقدرة على العمل .

كما ويعزو الباحثان التطور الحاصل في زيادة كمية كتلة (العضلات) لدى مجموعتي البحث تعتبر جيدة كون المشتركين غير ممارسين وإن بناء الكتلة العضلية تتطلب الوصول إلى شدة تدريبية أقل من الأقصى أي أن يكون في حدود دخول الجهاز العصبي مع الجهاز العضلي لكي يتم التضخم ، وهذا ما أشار إليه كلاً من (Bompa & Buzzichelli, 2019) بأنه من الأسبوع الأول إلى الأسبوع السادس يكتسب اللاعب القوة الأولية ويبدأ بعدها من الأسبوع السابع والثامن في الدخول لتضخم العضلي .

وهذا ما توصلت إليه نتيجة دراسة (Posnakidis et al., 2022) أنه باستخدام تمرين المقاومة للجزء العلوي والسفلي بمقاومة حمل عالي من برنامج التدريب الوظيفي عالي الكثافة (HIFT) تصل إلى (80%) كان كافياً لزيادة كتلة العضلية وقوتها لدى البالغين النشطين بدنياً ، مقارنة عند عدم إضافة تمارين القوة بمقاومة حمل عالي خاصاً للجزء السفلي من الجسم .

وهذا ما تتفق مع دراسة (DeBlauw et al., 2021) والتي استهدفت إلى مقارنة تأثيرات التدريب الوظيفي عالي الكثافة (HIFT) الموجهة والمحددة مسبقاً على وظيفة القلب والأوعية الدموية ومكونات الجسم والأداء ، والتي أدى إلى تحسن جميع المشاركين بشكل ملحوظ في (كتلة الخالية من الدهون ، وكتلة الدهون ، والقوة ، والقدرة على العمل، وفي معدل ضربات القلب أثناء الراحة) ولم تتم ملاحظة أي فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين .

وبذلك يتحقق الفرض الثالث والذي ينص على أنه :

لا توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين لكل من المجموعة التجريبية الأولى (التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بالصيام المتقطع) والمجموعة التجريبية الثانية (التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بدون الصيام المتقطع) في عدد من المتغيرات الوظيفية ومكونات الجسم لمحبي الصحة العامة.

1- الاستنتاجات والتوصيات:

5 - 1 الاستنتاجات:

1- أحدث المنهج التدريبي باستخدام التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بالصيام المتقطع تحسناً واضحاً على جميع المتغيرات الوظيفية (تحمل الدوري التنفسي والنبض عند الراحة) وعلى لثديتهز مكونات الجسم (العضلات والدهون ونسبة الدهون والوزن) ، وكانت جميعها دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي ولصالح البعدي .

2- أحدث المنهج التدريبي باستخدام التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بدون الصيام المتقطع تحسناً واضحاً على جميع المتغيرات الوظيفية (تحمل الدوري التنفسي والنبض عند الراحة) وعلى مكونات الجسم (العضلات والدهون ونسبة الدهون والوزن) ، وكانت جميعها دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي ولصالح البعدي .

3- لم يكن هنالك فرق معنوي بين المنهج التدريبي بإستخدام التدريبي الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بالصيام المتقطع والمنهج التدريبي بإستخدام التدريبي الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بدون الصيام المتقطع في المتغيرات الوظيفية (تحمل الدوري التنفسي والنبض عند الراحة) ومتغيرات مكونات الجسم من (العضلات والدهون ونسبة الدهون والوزن) بين القياسين البعديين لكلا المجموعتين .

5 - 2 التوصيات:

- 1- الاهتمام باستخدام منهج التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين بالصيام المتقطع وبدونه في تحسين المتغيرات الوظيفية (تحمل الدوري التنفسي والنبض عند الراحة) وتحسين مكونات الجسم (العضلات والدهون) .
- 2- الاعتماد على التمرينات الوظيفية المعدة وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين كمعطيات أساسية عند تدريب المشتركين في القاعات الرياضية .
- 3- يجب أن تركز الأبحاث المستقبلية على التدخل المباشر ل التدريب الوظيفي وفقاً لنظامي الطاقة اللاهوائيين في الألعاب الرياضية المختلفة ، وكيف يمكن دمج هذه الوحدات كجزء من خطة التدريب السنوية .
- 4- ضرورة إقامة المحاضرات والورك شوب العلمية للمدربين لتعريفهم للتدريب الوظيفي وكيفية أداء تمريناتها حديث العهد .
- 5- إجراء دراسات مشابهة على الإناث وعلى الفئات العمرية المختلفة .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في عينة من الذكور بأعمار تراوحت بين (30-40) سنة لمشاركتهم قاعة نادي سنحارب الرياضي

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

ديار رمضان حسين diyar.hussein@uod.ac

References

- Abdel Rahman, N. A. (2000). *Aerobic activities*. Al-Ma'arif facility.
- Al-Baqal, Y. M. T. A. (2022). *Sports Training Science for Colleges and Departments of Physical Education and Sports Sciences* (ISBN: 9789922983578). Al-Kashkul House for Printing and Publishing.
- Al-Janabi, A. M. A. J. (2018). *Basics of Measurement and Testing in Physical Education*. Kitab Publishing Center. noor-book.com/sue4om
- 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-Yasiri, M. J. (2010). Theoretical foundations of physical education tests. *Dar Al-Diyaa for Printing and Publishing. Al-Najaf Al-Ashraf*, 72.
- Antoni, R., Johnston, K. L., Collins, A. L., & Robertson, M. D. (2017). Effects of intermittent fasting on glucose and lipid metabolism. *Proceedings of the Nutrition Society*, 76(3), 361–368. <https://doi.org/10.1017/S0029665116002986>
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization—: theory and methodology of training*. Human kinetics.
- Brisebois, M. F., Rigby, B. R., & Nichols, D. L. (2018). Physiological and Fitness Adaptations after Eight Weeks of High-Intensity Functional Training in Physically Inactive Adults. *Sports*, 6(4), 146. <https://doi.org/10.3390/sports6040146>
- DAVID H. FUKUDA. (2019). Assessments for Sport and Athletic Performance Features 50 comprehensive tests for athletes and clients . *Human Kinetics* . <https://lccn.loc.gov/2018036040>
- DeBlauw, J. A., Drake, N. B., Kurtz, B. K., Crawford, D. A., Carper, M. J., Wakeman, A., & Heinrich, K. M. (2021). High-Intensity Functional Training Guided by Individualized Heart Rate Variability Results in Similar Health and Fitness Improvements as Predetermined Training with Less Effort. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 6(4), 102. <https://doi.org/10.3390/jfmk6040102>
- Elgohary, S. (2022). Effect of Aerobic Exercises With Intermittent Fasting on Body Composition And Some Physiological Variables Among Obese Women Practicing Sports. *The Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 42(1), 171–189. https://journals.ekb.eg/article_206222.html

- Faiza, A. J., & Ghada, M. J. (2019). *Scientific foundations for testing, measurement and evaluation*. Al-Noor Office.
https://uomustansiriyah.edu.iq/media/lectures/13/13_2021_10_26!08_09_36_PM.docx
- Feito, Y., Heinrich, K., Butcher, S., & Poston, W. (2018). High-Intensity Functional Training (HIFT): Definition and Research Implications for Improved Fitness. *Sports*, 6(3), 76.
<https://doi.org/10.3390/sports6030076>
- Hammad, S. H., Mikhliif, A. K., & Abdel, M. A. Q. (2022). The effect of competitive exercises with the stations system in developing some aspects of attention and the accuracy of performing the skill of stabbing among female students of fencing weapons. *Sport Culture*, 13(2).
- Hussein, D. R., & Khaled, A. A. (2024). The effect of a functional training curriculum according anaerobic energy systems with and without intermittent fasting on a number of physical variables for those who like general health. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 774–791. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.785>
- Mimi, D. (2016). *Intermittent Fasting for Weight-Loss and Wellness Scheduled Eating as a Healthy ,Sustainable and Free Solution*. Health & Medicine.
<https://www.slideshare.net/slideshow/intermittent-fasting-for-weight-loss-and-wellness-food-can-wait/57940791>
- Mustafa, Y. A. M. (2020). The effect of functional training on some physiological variables associated with the kumite competition in karate. *Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education*, 39(5), 359–380. <https://doi.org/10.21608/jsps.2020.92574>
- Posnakidis, G., Aphamis, G., Giannaki, C. D., Mougios, V., Aristotelous, P., Samoutis, G., & Bogdanis, G. C. (2022). High-Intensity Functional Training Improves Cardiorespiratory Fitness and Neuromuscular Performance Without Inflammation or Muscle Damage. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 36(3), 615–623.
<https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000003516>
- Santana, J. C. (2016). Funtional Training: Exercices and programming for training and performance. *Estados Unidos: Human Kinetics*.
- Santana, J. C. (2019). *JC's Total Body Transformation: The Very Best Workouts for Strength, Fitness, and Function*. Human Kinetics Publishers.
- Thurgood, G., & Paternoster, M. (2013). *Core Strength Training: The Complete Step-by-step Guide to a Stronger Body and Better Posture for Men and Women*. Dorling Kindersley Ltd.
- Tumminello, N. (2016). *Building muscle and performance: a program for size, strength & speed*. Human Kinetics.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of a rehabilitation approach for partial tear injury of the vastus medialis muscle On the range of motion of the knee and hip joints of football players

Asala Yaseen Khudhair¹ 

General Directorate of Education Basra¹

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences²

Luay kadhém mohammed² 

Article information

Article history:

Received 17/5/2024

Accepted 9/6/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

rehabilitation approach, partial tear injury of the quadriceps muscle, range of motion of the knee and hip joints, football players

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of rehabilitation exercises for partial tear of the vastus femoris muscle on the range of motion of the knee and hip joints of football players. The researchers used the single-group experimental method because it suits the nature of the problem to be solved. The research sample was advanced football players aged (20–25) years. Accordingly, the researchers concluded that the rehabilitation method for partial tear of the vastus femoris muscle helped improve and develop the range of motion of the knee and hip joints of football players. The researchers also recommended adopting the rehabilitation method for partial tear of the vastus femoris muscle because it helps improve and develop the range of motion of the knee and hip joints of football players.







مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية



spo.uobasrah.edu.iq



تأثير منهج تأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم

لؤي كاظم محمد ²  

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

اصالة ياسين خضير ¹  

المديرية العامة لتربية البصرة

المخلص

هدف البحث الى التعرف على تأثير التمارين التأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم واستعمل الباحثان المنهج التجريبي ذات المجموعة الواحدة وذلك لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها وكانت عينة البحث هم لاعبي كرة القدم فئة المتقدمين التي تتراوح اعمارهم (20-25) سنة وعليه استنتج الباحثان ان المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية ساعد في تحسين وتطوير المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم وكذلك أوصى الباحثان الى اعتماد المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية لأنه يساعد في تحسين وتطوير المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم .

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/5/17

القبول : 2024/6/9

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

منهج تأهيلي، إصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية ، المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك ، لاعبي كرة القدم

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تتطور الحياة عندما يتطور العلم والمعرفة ويتم بناء البلد بالإمكانيات العلمية والتكنولوجية المتقدمة نتيجة تقديم ما هو جديد ومفيد للإنسان ويحتاج الإنسان الى التقدم والتطور بكافة المجالات من الصحية والاجتماعية والتربوية والتعليمية وحتى الرياضية.

وفي الجانب الرياضي فان التقدم والتطور يتم الارتقاء بمستوى اللاعب البدنية والمهارية والصحية ورغم هناك اصابات رياضية ايضا يتم معالجة وفق التمرينات الرياضية والبدنية من خلال علم التأهيل بعد الإصابة.

ولهذا اخذ المجال الرياضي نصيبه من كل التطورات من خلال البحوث العلمية والتي نهضت بالواقع الرياضي وبكل مجالاته البدنية والمهارية والنفسية (Abdulrahman et al., 2020) والخطية والصحية فلا يمكن تحقيق الانجاز من دون استكمال هذه المقومات حيث اخذت المؤسسة الرياضية جزءا من هذا النتاج العلمي وعند الخوض في المجال الصحي الرياضي تجد ان التأهيل الرياضي ذو النصيب الأوفر في تحقيق المستوى الأعلى، وحين الخوض في عمار الإصابات الرياضية نجد أن التخلص من الإصابة وكيفية اعادة تأهيل الرياضي بعد حدوثها هو الشغل الشاغل في حل العلاج والتأهيل ويتضاعف ذلك المجال بالأهمية مع تطور البحوث النوعية الدقيقة لمعرفة المدرب والرياضي للإصابات الشائعة في النشاط الممارس واسباب حدوثها وتشخيصها وطرائق علاجها وتأهيلها فإنه سوف يساعد كثيرا في تجنب حدوثها أو على الأقل التخفيف من تأثيرها السلبي على اللاعب كذلك يجب على اللاعب قبل المعالج الامام بالأخطاء الفنية التي تكون السبب المباشر للإصابة والامام بمستوى وشدة الإصابة ومستويات ووسائل علاجها وتأهيلها (Mohammed & Mashkoor, 2006).

وتختلف الاصابات العضلية من حيث المستوى ودرجة الإصابة وشدها فقد تكون بسيطة أو متوسطة أو شديدة ويتفق كثير من العاملين في المجال الرياضي وخصوصا بعد التطور الحاصل في معظم الفعاليات الرياضية في العصر الحالي على تزايد واضح في عدد الاصابات الرياضية نتيجة للجهد العالي والمستمر الواقع على جسم الرياضي بسبب زيادة في الاحمال التدريبية وزيادة عدد الوحدات التدريبية وتكرار حركات معينة في هذه الانشطة للوصول الى اعلى مستوى في التدريب لتحقيق الانجاز العالي وبالأخص تلك الحركات التي تتطلب شدة متوسطة أو عالية مع تردد وتكرار عالي خلال التدريب . والإصابة الرياضية، سببها تعرض الانسجة الجسمية المختلفة إلى تأثيرات عوامل خارجية او داخلية تسبب خلا تشريحيًا ووظيفيًا مؤقتًا او دائمي وفقًا لشدة الإصابة .

"ويعمل اخصائي التأهيل الرياضي والعلاج الطبيعي على التخلص من الإصابة وتأهيل المصاب بدنياً ونفسياً" وعقلياً" ليعود لممارسة النشاط الرياضي بصورة سريعة وامنه (Hamidi & Jassim, 2022) (Mazurek et al.,) (2024)

لذا فمن هذا المفهوم والمنطلق تبرز أهمية البحث في وضع تمارين تأهيلية لعلاج اصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية وتأثيرها على انواع القوة العضلية للاعبي كرة القدم والذي من خلاله يمكن علاج العضلة المتسعة الفخذية واعادتها للوضع الطبيعي من خلال مجموعة من التمارين العلاجية التخصصية التي من شأنها تحدث التغيير الايجابي للمدى الحركي المفصلي الركبة والورك مع ملاحظة ومتابعة تأثير المنهج التأهيلي على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك لدى اللاعبين المصابين كون أن تكامل الأداء البدني للطرف السفلي يعتمد بشكل أساس على سلامة مفصلي الركبة والورك ولذا يمكن معرفة تأثير المنهج المقترح بعد تطبيقه بالمدة الزمنية والذي يتضمن مجموعة من التمارين

التخصصية الملائمة لنوع النشاط وشدة الإصابة والتأكد من منتج المنهج من خلال الاختبارات القبلية والبعدية وبالتالي يمكن الحكم على نتائجه بعد تطبيقه على كل اللاعبين الذين يعانون من تلك الإصابة .

2-1 مشكلة البحث:

ان عدم الاهتمام بالرياضيين صحيا وخصوصا بعد الإصابة سوف يقلل ممارسة الرياضة والخوض في المنافسة الرياضية بشكل كبير .

اذ تعد الاصابات الرياضية هي الشغل الشاغل في مجال العلاجية والتأهيل ويحاول الأطباء المختصون في مجال الطب الرياضي اعداد برامج التأهيل لكل الاصابات التي تواجه اللاعبين أثناء الاداء والمنافسة ، ولكل منهم وجهة نظر من حيث فترات المنهج التأهيلي والتمارين العلاجية التخصصية المستخدمة حسب شدة وحدة الإصابة، ومنها الاصابات العضلية وتحدث تلك الاصابات نتيجة الجهد العالي في الاداء كذلك الاداء الفني الخاطئ عند اداء معين ويضاف لتلك الأسباب أن الإصابة ناشئة من حالة النقص الحاصل اما في المستوى البدني أو المهاري أو النظام الصحي وحتى النفسي فأنها قد تؤدي لحدوث الاصابات، ومن تلك الاصابات هي التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية والتي تعتبر من العضلات الباسطة المفصل الركبة والضامة لمفصل الورك تعتبر التمزقات العضلية والمستويات الثلاثة من أكثر الاصابات شيوعاً والتي تصل إلى نسب كبيرة .

كما "ان ممارسة الرياضة يصاحبها دائماً" احتمالات مؤكدة لحدوث الإصابة حيث لا يوجد اسلوب تدريبي ينعدم مع فرص حدوث الإصابة فمن المهم البحث في الاساليب والطرق التي تساعد على الاقلال من حدوث الإصابة بالملاعب " (Khayun et al., 2022)

لذا من المفترض وضع المناهج التأهيلية الخاصة بها لإعادة الوضع الطبيعي للعضلة، ولهذا وجب اعداد منهج تأهيلي متكامل وحسب الامس العلمية الموضوعة من قبل المعالج المختص بما يناسب وإمكانات اللاعب ويتضمن المنهج تمارين تخصصية تعمل على علاج التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية ويتناول البحث انواع القوة العضلية لحين اعادة المصاب إلى الوضع الطبيعي لممارسة النشاط ورجوع المدى الحركي. وهذا يعتبر بحد ذاته عاملاً وسبباً للخوض في هذا البحث والسعي لعلاجها ومن هنا تتجلى مشكلة البحث في الحاجة الى وضع تمارين تأهيلية مقننة ومتكاملة وتعتمد الاسلوب التجريبي العلمي والعملية تعمل على علاج التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية والتي تؤثر على المدى الحركي لذا تم اختيار هذه المشكلة لأهميتها الكبيرة في ايجاد أفضل السبل لعلاج تلك الإصابة وعودة اللاعب بشكل مربع إلى الملاعب فضلاً عن ملاحظة تأثير التمارين التأهيلية على المدى الحركي للاعبين المصابين بكرة القدم.

3-1 أهداف البحث:

1- اعداد منهاج يتضمن تمارين تأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية وتأثيرها على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم.

2- التعرف على تأثير التمارين التأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم.

3- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين المصابين بكرة القدم.

4-1 فرضيتي البحث:

1- وجود تأثير ايجابي للتمارين التأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية على المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم.

2- وجود فروق معنوية للمنهج التأهيلي بين الاختبارات القبلية والبعدية على انواع المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك المصابين بكرة القدم.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبي كرة القدم فئة المتقدمين التي تتراوح اعمارهم (20-25) سنة

2-5-1 المجال المكاني : قاعة كولدن جم للتأهيل والعلاج الطبيعي .

3-5-1 المجال الزمني : المدة من 13 / 11 / 2023 ولغاية 28 / 2 / 2024.

تعريف المصطلحات :

- الإصابة الرياضية : " يذكر (Attia, 2016) ان الاصابة العضلية هي أي تلف للنسيج العضلي سواء كان هذا التلف مصاحباً أو غير مصاحب بتهتك الانسجة الأخرى في العضلة عند التعرض لأي تأثير خارجي سواء كان هذا التأثير ميكانيكياً أو عضوياً أو كيميائياً وعادة ما يكون هذا التأثير الخارجي مفاجئاً وشديداً"
- التمزق العضلي : " هو تمزق الألياف أو الأوتار نتيجة جهد عضلي عنيف أكبر مما تتحمله العضلة، إن أغلب إصابات التمزق تكون شائعة بصورة خاصة في الألعاب الرياضية ذات الطابع الزمني أي بمعنى تحقيق أعلى جهد وسرعة في زمن قصير، وتكون هذه الإصابات ديناميكية أي من قبل اللاعب نفسه بنفسه، وإن السبب الرئيس في هذه الحالة هو التقلص العضلي غير الاعتيادي" (Gokal, 2009)

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: استعمل الباحثان المنهج التجريبي ذات المجموعة الواحدة وذلك لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها

3-2 مجتمع البحث وعينته: حدد مجتمع البحث لاعبي كرة القدم فئة المتقدمين من عمر (20_25) وللفترة الزمنية من 1 / 3 / 2023 ولغاية 1 / 3 / 2024، كما يجب أن تكون عينة البحث ممثلة للمجتمع الأصلي تمثيلاً صادقاً وحقيقياً، وعمدت الباحثان لاختيار العينة بالطريقة العمدية واشتملت العينة على اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي للعضلة المتسعة الانسية الفخذية (إصابة الدرجة الثانية) والمتمثلة بلاعبي كرة القدم فئة المتقدمين في محافظة البصرة وقد بلغ عدد اللاعبين المصابين بهذه الإصابة في هذه الفترة (10) مصابين تم استبعاد (2) منهم لوجود إصابات أخرى اما الذين يعانون من إصابة العضلة المتسعة الانسية الفخذية عددهم (8) لاعبين وكانت اعمارهم تتراوح من (20 الى 25) سنة وتم اختيار المصابين بأوقات مختلفة ولكل واحد منهم بدأ المنهج التأهيلي والاختبارات القبلية والبعدية لوحده ، وبهذا تطلب لعلاج إصابتهم اجراء منهج تأهيلي لإعادتهم لممارسة النشاط الرياضي من جديد بعد تعرضهم للإصابة ، كما قام الباحثان بتجانس العينة كما في جدول (1)

جدول (1)

يبين التجانس بين افراد عينة البحث في القياسات المورفولوجية

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الطول	سم	170.45	2.452	1.438
الوزن	كغم	72.412	1.457	2.012
العمر	سنة	21.24	0.867	4.081
العمر التدريبي	سنة	8.451	0.562	6.65

ولغرض التأكد من تجانس افراد العينة وصحة التوزيع بين افرادها فقد استخدمت الباحثان معامل الاختلاف لنتائج المسح الميداني في قياسات (العمر، العمر التدريبي، الطول، الوزن). وهذا يعني حسن توزيع العينة وتجانسها وذلك لأن قيم معامل الاختلاف اقل من 30 % وبهذا فهي قيمة مقبولة "حيث ان قيمة معامل الاختلاف كلما اقتربت من (1%) يعني ان التجانس عالٍ وإذا زاد عن (30%) يعني ان العينة غير متجانسة" (Wadih & Hassan, 1999)

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والابوات المستخدمة :

- المقابلات الشخصية، المراجع والمصادر العربية والأجنبية، الشبكة المعلوماتية (الانترنت) ، جهاز الرنين المغناطيسي ، جهاز قياس الوزن والطول ، ومساطر جلوس ، جهاز الجينوميتر (Gonimetry) لقياس المدى الحركي الطبيعي لمفاصل الجسم ، جهاز (DYNA Foot) لقياس توازن القدمين ، جهاز لابتوب نوع (dell) ، كاميرا تصوير فوتوغرافي نوع (Sony) ، اوزان حديدية ، بارات حديد وعارضة خشبية

3-4 تشخيص الإصابة

اعتمد الباحثان على تشخيص الاصابات ودرجتها من خلال الطبيب المختص* وذلك من خلال الفحص السريري باستخدام الرنين المغناطيسي** ومن العلامات السريرية التي لوحظت أثناء الفحص هي .

- 1- ألم شديد في منطقة الإصابة خصوصاً عند تحريك القدم المصابة او الضغط على منطقة الإصابة .
- 2- صعوبة الوقوف على رجل واحدة والصعوبة أثناء المشي .
- 3- اختلال التوازن

4- تأثر مستويات المدى الحركي الطبيعي لمفصل الركبة والورك ولكل الحركات .
حيث يكون لهذه العلامات الدور الفعال في عملية التشخيص الدقيق ومن خلال الفحص السريري وأشعة الرنين تم تحديد درجة الإصابة وهي من النوع (الثاني) .

3-5 تحديد متغيرات البحث :

تم تحديد المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك المناسبة لقياس التطور بعد التأهيل للإصابة.

3-6 القياسات والاختبارات المستخدمة :

3-6-1 اختبار المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة المد Extension (Al-Najjar, 1996)

الغرض من الاختبار : يهدف الاختبار الى قياس المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة المد .

الابوات المستخدمة : جهاز جونيوميتر ، بساط لرقود المختبر .

وصف الاختبار : يكون القائم بالقياس الى جانب المختبر (المصاب) وهو في حالة الجلوس الطويل على البساط ويوضع جهاز الجونيوميتر على احد الجوانب لمنطقة القدم المصابة (الوحشية) ثم يطلب من المصاب مد الرجل المصابة الى الامام وتحرك الذراع المتحركة للجهاز مع الخط المحوري المنصف للرجل المصابة وتبقى الاخرى ثابتة بوضعها الاول وتقرأ الزاوية بين ذراعي جهاز الجونيوميتر وهي تمثل زاوية المد Extension لمفصل الركبة .
التسجيل : "يشير مؤشر جهاز الجونيوميتر الى قياس المدى الحركي لمفصل الركبة للمختبر بالدرجات (0-180)" وكما موضح في الشكل (1) .

* الطبيب المختص: أ.م. د مدحت محمد مهدي، اختصاص جراحة العظام والمفاصل والكسور في مستشفى البصرة العام.

** الطبيب المختص: أ.م. د نبيل عبد اللطيف، اختصاص الاشعة والرنين المغناطيسي ، في مجمع السعفة الطبي في منطقة بريهه في البصرة.



شكل (1) توضح طريقة قياس المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة المد

3-6-2 اختبار المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة الثني (Al-Najjar, 1996) Flexio

الغرض من الاختبار : يهدف الاختبار الى قياس المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة الثني .

الانوات المستخدمة : جهاز جونيوميتر ، بساط لرقود المختبر .

وصف الاختبار : يكون القائم بالقياس الى جانب المختبر (المصاب) وهو في حالة الجلوس على السرير ثم يطلب من المصاب ثني الرجل المصابة الى الداخل وتتحرك الذراع المتحركة مع حركة المفصل للداخل وبصورة موازية لخط المنصف الطولي للرجل المصابة مع بقاء الذراع الاخرى ثابتة على وضعها الاول وتقرأ الزاوية بين ذراعي الجهاز وهي تمثل زاوية الثني Flexion لمفصل الركبة.

التسجيل : يشير مؤشر الجونيوميتر الى قياس المدى الحركي لمفصل الركبة للمختبر بالدرجات وكما موضح في الشكل (2) .



شكل (2) توضح طريقة قياس المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة الثني

3-6-3 اختبار المدى الحركي لمفصل الورك في حالة المد : (Hassanein, 1995)

الغرض من الاختبار : يهدف الاختبار الى قياس المدى الحركي لمفصل الورك في حالة المد .

الانوات المستخدمة : جهاز جونيوميتر .

وصف الاختبار : يقوم المصاب بالاستلقاء على البطن بصورة مستوية ثم يقوم المعالج بوضع مركز جهاز الجونيوميتر على حافة عظمة الورك بدرجة الصفر ثم يطلب من المصاب مد او رفع القدم المصابة للأعلى لحد الشعور بالألم مع تحريك احد اذرع الجونيوميتر والذراع الاخرى ثابتة ويسجل مقدار الزاوية بين ذراعي الجهاز وبهذه الحالة تمثل المدى الحركي لمفصل الورك في حالة المد

التسجيل : "يشير مؤشر جهاز الجونيوميتر الى قياس المدى الحركي لمفصل الورك للمختبر بالدرجات, وكما في الشكل (3) .



شكل (3) توضح طريقة قياس المدى الحركي لمفصل الورك في حالة المد

3-6-4 اختبار المدى الحركي لمفصل الورك في حالة الثني: (Hassanein, 1995)

الغرض من الاختبار : يهدف الاختبار الى قياس المدى الحركي لمفصل الورك في حالة الثني .
الابوات المستخدمة : جهاز جونيوميتر .

وصف الاختبار : يقوم المصاب بالاستلقاء على الظهر بصورة مستوية والقدمان ممدودتان ثم يقوم المعالج بوضع مركز جهاز الجونيوميتر على حافة عظمة الورك بدرجة الصفر ثم يطلب من المصاب رفع او قبض القدم للأعلى من مفصل الورك لحد الشعور بالألم مع تحريك احد اذرع الجونيوميتر والذراع الاخرى ثابتة ويسجل مقدار الزاوية بين ذراعي الجهاز وبهذه الحالة تمثل المدى الحركي لمفصل الورك في حالة الثني .

التسجيل : "يشير مؤشر جهاز الجونيوميتر الى قياس المدى الحركي لمفصل الورك للمختبر بالدرجات, وكما في الشكل (4) .



شكل (4) توضح طريقة قياس المدى الحركي لمفصل الورك في حالة الثني

3-6-5 اختبار باتريك: Patrick test : للتقريب والتباعد لمفصل الورك .

الغرض من الاختبار : يهدف هذا الاختبار الى قياس امكانية التقريب والتباعد للرجل المصابة من مفصل الورك
الابوات المستخدمة : - جهاز الجونيوميتر

وصف الاختبار : للتقريب يكون وضع المصاب جانباً والقدمان الواحدة فوق الاخرى ثم يطلب منه رفع القدم السليمة للأعلى ويوضع حزام بين القدمين قرب الورك ويطلب من المصاب رفع القدم المصابة للأعلى وصولاً للقدم السليمة وتقاس الزاوية بين الركبتين . المدى الطبيعي للتقريب (20 - 30 درجة) كما في الشكل (5) .

اما للتباعد حيث يقف المصاب الوقوف بجانب الجدار او بجانب سرير الفحص او بين عصا جهاز المتوازي وبشكل افقي بشكل كامل على القدم السليمة ويطلب منه تباعد القدم المصابة وقياس الزاوية المدى الطبيعي للتباعد (40- 45 درجة) كما في الشكل (6) .



شكل (6) توضيح اختبار التبعيد



شكل (5) توضيح اختبار التقريب

3-6-6 اختبار (Patrick test) الدوران للجانبين (للداخل والخارج)

الغرض من الاختبار : قياس امكانية دوران الطرف المصاب للداخل والخارج .
اجراءات القياس : يقاس دوران الورك للجانبين من خلال الوقوف مع دوران الرجل المصابة للجانبين بالتعاقب.
الابوات المستخدمة: جهاز الجينوميتر .
وصف الاختبار:

الدوران الخارجي للورك/الدوران الخارجي والركبة بزاوية 90 درجة حيث يقوم المصاب بالاستلقاء على البطن على سرير الفحص ويوضع جهاز الجينوميتر امام الركبة بدرجة الصفر ثم يطلب من المصاب دوران القدم المصابة للخارج وتحريك احد اذرع الجينوميتر للخارج وبقاء الذراع الاخرى ثابتة وتسجيل الزاوية بين ذراعي الجهاز (المدى الحركي لدوران الورك للخارج (40-50 درجة)) كما في الشكل (7) .



شكل (7) توضيح اختبار الدوران للخارج

الدوران الداخلي للورك/الدوران الداخلي والركبة بزاوية 90 درجة حيث يقوم المصاب بالاستلقاء على البطن على سرير الفحص ويوضع جهاز الجينوميتر امام الركبة بدرجة الصفر ثم يطلب من المصاب دوران القدم المصابة للداخل وتحريك احد اذرع الجينوميتر للداخل وبقاء الذراع الاخرى ثابتة وتسجيل الزاوية بين ذراعي الجهاز (المدى الحركي لدوران الورك للداخل (35-45 درجة)) كما في الشكل (8) .



شكل (8) توضيح اختبار الدوران للدخل

7-3 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية والخاصة بالمنهج التأهيلي حيث أجريت في (13 / 11 / 2023) وفي الساعة الرابعة مساءً وعلى قاعة العلاج الطبيعي في (مركز المدينة لكمال الاجسام والعلاج الطبيعي) لمعرفة التمرينات المستخدمة في المنهاج التأهيلي على (1) من الرياضيين المصابين بإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية ومن غير افراد عينة البحث الخاضعين للمنهج التأهيلي ، وكانت التجربة تهدف الى التأكد حول امكانية اللاعبين المصابين من تطبيق التمارين التأهيلية المقترحة

8-3 التجربة الميدانية:

1-8-3 القياسات والاختبارات القبلية: اجريت بتاريخ 2023/12/4

2-8-3 البرنامج التأهيلي :

قام الباحثان بأعداد تمرينات تأهيلية بأجهزة :

1-جهاز الكريوثيرابي

2- دايمناك

3-فارادك

كذلك تمرينات بدنية متنوعة وتمرينات تخصصية كما في ملحق (1) وتم برمجة هذه التمرينات ببرنامج تأهيلي لمدة ثلاث اشهر وبواقع وحدتين علاجية وتأهيلي وباعتماد قابلية المصاب على الاداء والتكرارات المطلوبة مع مراعاة الراحة وتم البدء بالتمرينات بتاريخ 2023/12/5 وانتهت بتاريخ 2024/2/27.

3-8-3 القياسات والاختبارات البعديّة. اجريت بتاريخ 2024/2/28

9-3 الوسائل الاحصائية : استخدم نظام spss

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبلية والبعديّة وقيم (T) المحتسبة والجدولية في اختبارات المدى

الحركي لمفصلي الركبة والورك لعينة البحث

القياسات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الخطأ القياسي	قيمة T المحتسبة	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			

المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة المد	درجة	158.16	1.452	162.42	2.542	1.045	4.076	معنوي
المدى الحركي لمفصل الركبة في حالة الثاني	درجة	120.42	1.498	123.45	1.785	0.886	3.419	معنوي
المدى الحركي لمفصل الورك في حالة المد	درجة	7.525	0.854	9.452	0.956	0.557	3.459	معنوي
المدى الحركي لمفصل الورك في حالة الثاني	درجة	112.47	1.784	115.74	1.669	0.865	3.780	معنوي
التقريب لمفصل الورك	درجة	10.74	0.956	13.745	0.876	0.885	3.395	معنوي
التباعد لمفصل الورك	درجة	32.54	0.974	34.745	0.995	0.569	3.875	معنوي
الدوران للداخل لمفصل الورك	درجة	25.462	0.795	27.674	0.996	0.586	3.774	معنوي
الدوران للخارج لمفصل الورك	درجة	30.451	0.834	33.421	0.845	0.647	4.59	معنوي

قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (7) واحتمال خطأ (0.05) = 1.89

من خلال عرض جدول (2) للاختبارات والقياسات في متغيرات المدى الحركي لمفصل الركبة والورك والتي تبين لنا هنا تطور في القياسات التتابعية أي ان التمرينات الموضوعة ووسائل المساعدة ساعدت المصابين على الاحتفاظ والتحسين بمستواهم خلال فترة الإصابة اذ ترى سميرة خليل (1990) "الرياضة العلاجية تعطي تأثيرا ايجابيا ويمكن استخدامها في مئات الحالات حيث تستعمل في علاج الامراض الداخلية والعصبية والجراحية والاصابات وغيرها" (S. K. Muhammad, 1990)

وقد عملت الباحثان منهج علاجي يحتوي على حمل بدني مقفن ساعد على التدرج بالحمل والتطور وهذا ما يتفق مع (Abu El-Ela, 1996) "يؤدي استخدام حمل التدريب بصورة صحيحة وسليمة الى انجاح عملية التدريب وبذلك يرتفع مستوى الاداء وتتحقق النتائج المرجوة"

بينما يؤكد صادق دربول "إن من الأسس التي تسهم في تطور الافراد وتحسين الجانب الحركي لهم هو التدرج في الشدة وما يصاحبها من متغيرات منسجمة بين التركيز والحمل الخارجي" (Sadiq, 2007)

كما اتفق الباحثان في عملها للبرنامج العلاجي التطوري مع (Othman, 1990) اذ يشير الى "انه يجب ان يتمكن المدرب من النجاح في وضعه للمنهج التدريبي الذي يراعي فيه مكونات الحمل المستخدم ومدى مناسبته للهدف الموضوع من اجله المنهاج وان استخدام حمل التدريب المقنن والمبني على اسس علمية والذي يتناسب مع كفاءة اللاعبين وامكانياته يؤدي الى الارتقاء بالمستوى الرياضي".

وقد راعى الباحثان الوسائل العلاج الطبيعي التي تعمل على تأهيل وتحسين الجانب العضلي للمفصل والمدى الحركي والذي يخضعه في ممارسة نشاطه بدون معوقات وهذا يعتمد على التخطيطي العلاجي التدريبي الصحيح وهذا ما يوضحه يوضح سلامة المنهج البدني وهذا يتفق مع (H. A. Muhammad, 1986) إذ "يعتبر التخطيط بالنسبة لعمليات التدريب الرياضي من الأسس الهامة لضمان رفع المستوى الرياضي كما إن العناية بحسن اختيار انواع التمرينات المستخدمة على كاهل الفرد الرياضي تحقق رفع المستوى الرياضي"

أن هذه التمارين والتي ركزت على المدى الحركي والقوة بشكل مباشر للمفصل وتدرجيا للحركة الطبيعية وذلك من خلال وضع تمرينات مبنية على أسس علمية تناسب المدى الحركي والقوة وطبيعة العضلات العاملة على المفصل وتأثيرها الميكانيكي خاصة وهذا ما أكد عليه صريح الفضلي بأن "أنسجة الجسم بشكل عام تمتلك قدرة فريدة في قابليتها على التمدد القصوى والانقباض، وهي بذلك تتأثر بحالات التأهيل إذا ما تعرض الرياضي إلى زيادة تدريجية في الأحمال البدنية"

ما أكدته (Al-Ali & Shaghati, 2010)، أن هذه " التغييرات في التمرينات داخل جرعة التدريب تسهم في تدريب العضلات في ظروف فسيولوجية متنوعة و مختلفة مما لا شك أنها تضيف نوعا جديدا من التأثيرات الفسيولوجية لاختلاف حالتها عند أداء التمرين بأساليب متنوعة ومنظمة "

" ان التمرينات التأهيلية تهدف الى اعادة التأهيل الرياضي الى تعويض الفرد عما فقده من عناصر اللياقة البدنية والوصول به الى المستوى الاقصى لحالته الطبيعية" (Hafez, 2021)

وترى (Farak, 2012) " تنمية القوة العضلية من خلال التمرينات تؤدي الى زيادة الكتلة العضلية وتقوية الانسجة الضامة وتحسين تركيب العظم."

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

- 1- المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية ساعد في تحسين وتطوير المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم .
- 2- التمرينات التأهيلية وباستخدام التنوع من اجهزة وتمرينات تخصصية ساعدت في تقليل الضمور العضلي ورفع مستوى المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك.

5-2 التوصيات :

- 1- اعتماد المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية لأنه يساعد في تحسين وتطوير المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك للاعبين كرة القدم .
- 2- التأكيد على الاستعانة بالتمرينات التأهيلية وباستخدام التنوع من اجهزة وتمرينات تخصصية وذلك لتقليل الضمور العضلي ورفع مستوى المدى الحركي لمفصلي الركبة والورك.

الشكر والتقدير

انقدم بالشكر والتقدير الى كل من مد يد العون لي في اتمام هذا البحث من كادر مساعد ومن الكادر الطبي والعينة المصابة لتحملهم عناء تطبيق المنهج وكذلك المركز الصحي للسماح لي بتطبيق التمرينات والمنهج .

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

اصاله ياسين خضير <https://orcid.org/0009-0007-5879-4754>

References

- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Abu El-Ela, A. F. (1996). *Load training and athlete health*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Ali, H. A., & Shaghati, A. F. (2010). Strategies, Methods, and Techniques of Sports Training. *Al-Noor for Printing and Reproduction, Baghdad*.
- Al-Najjar, I. M. (1996). *A proposed curriculum for the rehabilitation of acute spinal injuries* [Master's thesis]. University of Baghdad.
- Attia, A. A. S. (2016). *Sports Injuries* (1st ed, p. 14). Modern Book Center.
- Farag, N. M. (2012). *The effect of using some Pilates exercises on the health-related components of physical fitness for female students of the Faculty of Physical Education* [Mansoura, unpublished master's thesis]. Mansoura University.
- Gokal, B. A. (2009). *Principles and basics of sports medicine* (2nd edition, p. 113).
- Hafez, D. R. L. A. S. M. (2021). The effect of rehabilitation exercises using dead sea salts dissolved in hot water tub in the rehabilitation of the injury of partial rupture of the calcaneofibular ligament and relieve the degree of pain in the ankle joint. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 68.
- 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. (1995). *Evaluation and Measurement in Physical Education* (p. 454). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Khayun, Z. N., Dakhel, R. L., & Abdul-Ridha, A. A. (2022). A study of the reality of sports injuries for players of Premier League football clubs. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 113–127. <https://www.iasj.net/iasj/article/240137>
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>

Mohammed, M. G., & Mashkoor, N. H. (2006). The arch of the foot and its relationship to self-control and performance level on the balance beam. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19.

Muhammad, H. A. (1986). *Science of Sports Training*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.

Muhammad, S. K. (1990). *Therapeutic Sports* (p. 60). Dar Al-Hikma Press.

Othman, M. (1990). Encyclopedia of athletics. *Training of Arbitration Education*, 1, 1.

Sadiq, D. (2007). *The effect of different load formations in the small training circuit on some functional, physical and skill variables in football* [Master's thesis]. University of Basra.

Wadih, Y., & Hassan, M. (1999). *Statistical applications and computer uses in physical education research* (pp. 160–161). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.

ملحق (1)

التمرينات التأهيلية ونموذج من الوحدات التدريبية

اولا : التمرينات والاجهزة المستخدمة في الاسبوعين الاول والثاني :

1-جهاز الكرايوثرابي2- دايمناك3-فارادك

ثانيا : التمرينات البننية والتأهيلية العامة

ت	شرح التمرين	صورة توضيحية	الملاحظات
1	من وضع الوقوف ثني الركبة (سكوات) على لوح خشبي مائل		
2	شوتتك امامي : الجلوس على الجهاز مع رفع القدم المصابة ومدّها للأمام وارجاعها لوضعها الطبيعي		
3	من الوقوف والمسافة بين الرجلين اكبر من منكبين الكتف وسحب الرجل المصابة باستخدام حبل مطاط للداخل		
4	من وضع الجلوس ع الركبة والرجل المصابة بزاوية 90 درجة ثني الركبة حيث تسحب الرجل الى الداخل (يثبت المطاط بالسريير والطرف الاخر حول الفخذ قريب من الركبة)		

		5 من وضع الاستلقاء وضع رول فوم تحت الرجل مع ضغط الرجل باتجاه السرير لأداء التقلص الثابت لعضلات
--	---	---

برمجة التمرينات

اولا : برمجة التمرينات بالأجهزة

الزمن الكلي: 51 - 52 دقيقة

الاسبوع : الاول ، الثاني

الايام : الاحد ، الثلاثاء ، الخميس

رقم التمرين	زمن الاداء	عدد التكرارات	زمن الراحة		زمن الكلي
			بين التكرارات	بين المجاميع	
الكرايوثيرابي	5 د	1	1 د	1 د	7 د
دايمناك	10 د	1	1 د	1 د	12 د
فارادك	10 د	1	1 د	1 د	12 د
تينس	10 د	1	1 د	1 د	12 د

ثانيا : برمجة التمرينات البننية والتأهيلية العامة

الزمن الكلي: 52-54 دقيقة

الاسبوع : الثالث الرابع

الايام : الاحد ، الثلاثاء ، الخميس

رقم التمرين	زمن الاداء	تكرار الاداء	المجموعات	زمن الراحة		الزمن الكلي
				بين التكرارات	بين المجاميع	
1	40 ثا	10	2	30 ثا	1 د	15.23 د
2	30 ثا	10	2	30 ثا	1 د	11.5 د
3	30 ثا	10	2	30 ثا	1 د	11.5 د
4	40 ثا	10	2	30 ثا	1 د	15.23 د



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



An analytical study of the role of professional contracts for female players that prevent the implementation of professional regulations in women's football in sports clubs in Iraq

Israa Nazim Muhammad ¹ 

Abdul Haleem Juber Nazzal ²  

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Article information

Article history:

Received 8/5/2024

Accepted 1/6/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Professional player contracts,
women's sports, professional
regulations, women's football

Abstract

The research aimed to build a scale for the role of professional contracts for female players that prevent the implementation of the professional regulations in women's football in sports clubs in Iraq. The researchers used the descriptive approach with the survey method to suit the nature of the research. The research community consists of the administrative bodies in the Iraqi sports clubs that meet the requirements for each governorate according to the Ministry of Youth and Sports' letter, which number (264) clubs. The sample was chosen intentionally and consisted of (528) administrators, as the total number of those who underwent the experiment was (235). The researchers concluded that most sports clubs are still not convinced of their role in serving both sexes. That is, males and females. The most important recommendations of the researchers are a national strategy to advance women's sports with the aim of supporting women's health and psychology and reducing the psychological pressures they are exposed to in life



website





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



دراسة تحليلية لدور عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

عبد الحليم جبر نزال²  

اسراء ناظم محمد¹ 

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{1,2}

المخلص

هدف البحث الى بناء مقياس لدور عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في وأستعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة البحث، ويتكون مجتمع البحث 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 أجمالي الذين خضعوا للتجربة (235) واستنتج الباحثان أن اغلب الأندية الرياضية مازالت غير مقتنعة بدورها في خدمة الجنسين -أي الذكور والإناث اما اهم توصيات الباحثان فهي استراتيجية وطنية للارتقاء بالرياضة النسوية بهدف دعم صحة ونفسية المرأة والتقليل من الضغوطات النفسية التي تتعرض لها في الحياة.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/5/8

القبول : 2024/6/1

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

عقود لحراف اللاعبات، الرياضة النسوية. لائحة الاحتراف، كرة القدم النسوية

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعيش العالم في السنوات الأخيرة عصراً جديداً يحفل بالعديد من المتغيرات والتحديات الإدارية والتي فرضتها الثورة التكنولوجية الحديثة، حيث أصبح التميز في الأداء هو العامل المؤثر الحاسم للتطور في جميع نواحي الحياة، حيث تميز هذا العصر بالمعرفة التي نعيشها بسمات جديدة تجعله عصراً مختلفاً عن كل ما سبق، فأدت ثورة المعرفة في الأداة إلى ظهور مفهوم التميز بمعنى انجاز نتائج غير مسبوقة تتفوق بها عن كل من ينافسها بجانب الجودة الفائقة والتي لا تترك مجالاً للخطأ كي يتحقق تنفيذ الأعمال تنفيذاً صحيحاً وتاماً من أول مرة فالإدارة الحديثة أصبحت لزاماً عليها ان تتميز بالقدرة على التكيف مع التغير المستمر والتطور المتنامي في مختلف مجالات الحياة ومنها إدارة المجال الرياضي في مختلف المجتمعات، وذلك من خلال اكتسابها لأنماط تنظيمية مرنة ومتزنة ومتداخلة وبما يتناسب مع طبيعة العمليات والأدوار التي تؤديها، تقدم الدول في الرياضة يعكس مدى التقدم في استخدام الإدارة الرياضية الحديثة في أنشطتها الرياضية، إذ كلما ارتقى مستوى الإدارة فيها كلما تحسن مستوى الرياضي (MANDOOBMAKKIATI & ABED, 2024)، وإذا أصبحت الإدارة احترافاً وعملاً تخصصياً ونظاماً يجب ان تكون مبنية على أساس متين من مسؤولية الأداء (MANDOOB et al., 2024)، والمديرون المحترفون هم الذين يمارسون هذا النظام ويقومون بهذه الأعمال التخصصية ويؤدون هذه المهام. ان تجربة الاحتراف الداخلي لم تحقق هدفها ونتج عنها مشاكل عديدة سبب عدم تطبيق الاحتراف بالشكل الصحيح مع احتواء اللائحة التنظيمية على العديد من الثغرات واصبح الجانب المادي للاعب العراقي في مقامة اهتماماته وليس النادي الذي يلعب له كما ان بعض المسؤولين عن كرة القدم العراقية قدموا بتطبيق الاحتراف ونفذه دون دراسة كافية املا في تحقيق مكاسب سريعة للكرة العراقية حيث كان يمكن تحقيق ذلك لو انهم درسوا الاحتراف جيداً وارسوا قواعده ومهدوا التربة لغرسه ثم بعد ذلك تم تنفيذه على مراحل من خلال تطبيقه على فترات للمتابعة والتعديل طبقاً للمستجدات الحديثة على نظام الاحتراف من دون متطلبات ومتغيرات طبقاً للوائح الاتحاد الدولي كرة القدم وتكمن أهمية البحث أن النساء لديهن توجه نحو ممارسة الرياضة بشكل محترف (A. M. D. A. H. J. Nazzal, 2014)، فضلاً عن ذلك سيكون هناك دوري محترف للنساء يفرض على الاتحاد العراقي عما قريب كما تم فرض دوري المحترفين للرجال في الموسم 2015.

وهنا تكمن مشكلة البحث ان واقع الاحتراف الكروي الذي تعيق تحقيقه من وجهة نظر اللاعبين في العراق ، ولا يزال الاهتمام بكرة القدم النسوية بالعراق خجولاً، بسبب النظرة المجتمعية التي تعتبر هذه الرياضة ذكورية بامتياز، كما أن الأندية الرياضية لا تعمل على توفير على الدعم اللازم لتأهيل الفتيات الراغبات في ممارسة هذه الرياضة ويفتقر العراق إلى الأطر التقنية والمدرية على التعامل مع واقع كرة القدم النسوية، كما ينقصه التنظيم والملاعب ووسائل النقل والتجهيزات. وهناك مشكل آخر تعانيه كرة القدم النسائية بالعراق، فبعض الأندية الرياضية ترى في التوجه لرعاية كرة القدم النسوية ترفاً، ويفترض توجيه الاهتمام والإنفاق على فرق الرجال التي تدر شهرة ومالاً، لكن الصحيح، هو أن رعاية الرياضة النسوية واجب وطني يفترض أن ينهض به جميع الفاعلين والذين لهم دور في القرار الرياضي وان المسؤولين والقيادات في المجال الرياضي لديهم توجه يقوم على ضرورة دعم المرأة في المجال الرياضي، إلا أن الأندية الرياضية مازالت غير مقتنعة بدورها في خدمة الجنسين -أي الذكور والإناث- وهو ما ينعكس على عدم ايمانها بأهمية الرياضة النسائية وتطويرها ودعمها، وغالباً ما تكون أولويات تلك الاتحادات مرتبطة بالذكور، وبالتالي لا يزال الدعم المقدم منخفض مقارنة بإقبال النساء على الرياضات المختلفة.

1-2 الهدف من الدراسة :

1- بناء مقياس لدور عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

2- التعرف على مستوى دور عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق

3-1 مجالات البحث.

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 أجمالي الذين خضعوا للتجربة (235) اداري بنسبة (44.5%) و (20) اداري للتجربة الاستطلاعية ونتيجة لهذا قسمت العينة إلى قسمين الأولى 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 .

الاجراءات

"يحتاج الباحثان 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 , 2010) .

واستخدم الباحثان الوسائل والأدوات الآتية: المصادر والمراجع العربية والأجنبية شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) والملاحظة من خلال ملاحظة الباحثان ومتابعتهم للطلبة حدا 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 عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق.

الغرض من بناء المقياس :

قبل بناء أداة البحث (المقياس) يجب تحديد الغرض من بناء هذه الاداة تحديداً واضحاً وماهي الحاجة لهذه الاداة ، وأن من اهداف الدراسة بناء مقياس عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق ومن ثم أعداد مقياس 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 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 عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق (22) 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 (شاكر مبدّر) ان اسلوب (ليكرت) يُعد من أفضل الطرائق في التنبؤ بالسلوك والظاهرة (Shaker, 1990)

عرض فقرات المقياس على المحكمين :

بعد أعداد المقياس بصيغتهما الأولية ، قام الباحثان بما يلي :

أولاً: عرض المقياس عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق (15) فقرة مقترحة ، على مجموعة من الخبراء والمحكمين البالغ عددهم (16) محكماً من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الإدارة 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 ، أذ 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 علما 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 (5) فقرات وبذلك اصبح مقياس عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق (10) فقرات 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) .

فقد وضعت خمسة بدائل واستجابة متدرجة والجدول (6) يبين ذلك،

جدول (6)

يبين أوزان بدائل فقرات المقياس

اتفق دائما	اتفق غالبا	اتفق احيانا	اتفق نادرا	لا اتفق ابدا
5	4	3	2	1

مؤشرات صدق وثبات المقياس :

صدق المقياس:

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 أو 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) إذ 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 عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق (0.89) وهو مؤشر ثبات عال للمقياس .

التطبيق النهائي للمقياس :

بعد استكمال كل متطلبات وإجراءات تصميم المقياس أصبح المقياس عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق (10) 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 درجة خاصة به .

4. عرض نتائج مقياس عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف وتحليلها ونتائجها:**جنول (2)**

يبين الوسط النظري والوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ مقياس عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف وتحليلها ونتائجها

المقياس	عدد فقرات البُعد	الوسط النظري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الخطأ Sig
عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف	10	30	26.4792	3.7562	0.000

يبين الجدول (2) أن عدد فقرات المقياس عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف (10) فقرات ، وبوسط نظري (30) ، بينما كان الوسط الحسابي لعينة البحث (26.4792) وانحراف معياري (3.7562) ، ووجد إن الوسط النظري اكبر من الوسط المحسوب أي وجود فروق ولصالح الوسط النظري، وهذا يدل على ان مستوى عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف دون المتوسط ويعزو الباحثان ذلك الى ان الاحداث المتلاحقة والتطورات السريعة في مجالات الحياة المتعددة والحياة الرياضية خصوصاً لذلك هناك قلق ينتاب الكثير من اللاعبين الذين يخشون ان تؤدي هذه التحولات المتسارعة والمرتبطة بالتطور السريع الى التأثير عليهم وعدم وجود القانونيين المتخصصين في صياغة عقود الاحتراف وتطبيق القواعد القانونية العامة لعقود اللاعبين الوعي القانوني لدى اللاعبين والمدربين والأندية لمفهوم الاحتراف ومعنى وجود لائحة الاحتراف تخص أوضاع اللاعبين وانتقالاتهم والعمل على بيان الطريقة المناسبة وفق معايير علمية في تحديد سعر اللاعب والاذخ بالاعتبار فترة الانتقال (الصيفي - الشتوي) والعقود تحدد بوضوح مسؤوليات الفريق واللاعبات تجاه بعضهم البعض وكيفية التفاعل والتزام اللاعب المحترفة بتطبيق بنود الاحتراف الرياضي حسب ما هو متفق عليه. ومدى تأثر اللاعب بطبيعة العقود ومدتها على استقرار اللاعبين واستمرارهم في الفريق وعدم وضوح الشروط القانونية المتضمنة في عقود الاحتراف والتي تساعد في حماية مصالح اللاعبين وعد تضمين عقود الاحتراف شروطاً واضحة ومعقولة تضمن استقرار اللاعبين وتطويرهم المستمر.

أن المستوى الذي وصلت إليه كرة القدم النسوية لا زال متخلفاً عن دول العربية فضلاً عن الاسيوية، وبسبب اهتمام الاتحاد الدولي بكرة القدم النسوية واعتبارها مكوناً أساسياً في منظومة الاحتراف وعنصرها إضافياً على مستوى المشاهدة بالملاعب الرياضية، فهي تعاني من تخلف الفكر القانوني وعقود الاحتراف فالتخطيط الجيد لاستغلال الاموال المتاحة واستثمارها وتوسع مصادر التمويل وتطوير أنظمة التسويق ووجود التوازن للقيم المادية لعقود اللاعبين والمدربين تتناسب وميزانية النادي كلها عوامل تحافظ على استمرار النادي في المنافسة في الدوري وتحقيق الاهداف المرجوة ، وهذا ما يشير اليه عبدالحليم جبر" ان الادارة الرياضية الحديثة والمبنية على أسس علمية متخصصة في الترويج الإعلامي والاحتراف الرياضي أصبحت إحدى المجالات الأكثر جاذبية لرؤوس الأموال واهتمام القوى الاقتصادية أذ تحولت من

مجرد نشاط يمارسه الهواة وتستمتع به جماهير المتفرجين إلى صناعة تقوم على اساس انتاج واستثمار يدر مئات المليارات من الدولارات على الأندية المحترفة ، بل انه كأسلوب يمثل قوة دفع لتطوير مهارات اللاعبين وتحسين وضعية الأندية واللاعبين". (Abdulrahman et al., 2020)

كما يرى الباحثان على الإدارات ان تهتم الإدارات بالتخطيط لتنفيذ مجموعة من الأهداف التي تحددها الإدارة بشكل واضح وتقوم بمتابعة الإجراءات التنفيذية على أرض الواقع والتأكد من مطابقتها للأهداف وفقا للسياسات والاستراتيجيات المتفق عليها وكذلك فهي تعمل على حل المشكلات التي تظهر أثناء التنفيذ كما في دراسة (Mukhaif et al., 2023) ان الاحتراف في كرة القدم يعود على اللاعبين ماديا ومعنويا ، و تكون سببا في تحسن الأداء و الإبداع لدى اللاعبين ، و تحسن النتائج ، و ظهور نجوم في الملاعب الرياضية ، لكن لكي ينجح هذا الاحتراف ، و تتحقق أهدافه على الرياضة و الرياضيين ينبغي وجود المشرفين و اللجان المختصة المسؤولة عن نظام الاحتراف ، و أن يكون لديها كفاءة عالية في تقديم الأفكار الجيدة و الوعي الرياضي و التربوي الجيد و التي تطور الاحتراف ، و أن تكون لجانا لديها الوعي الرياضي في صناعة الاحتراف من خلال إصدار اللوائح و القوانين الجيدة ، و تطبيقها ، فإن هذا الاحتراف يكون سببا رئيسا في الإثارة و التنافس الرياضي الشريف بين اللاعبين و يكون عاملا جيدا في تألق الكثير من النجوم و المواهب الرياضية التي عرفت الشهرة عن طريق العطاء و الإبداع ، و أمتعت الجماهير ، و ذلك عندما وجدت الفرصة المناسبة. و إننا . اليوم . في عصر الاحتراف الرياضي نستطيع بجهود الشخصيات الرياضية الحكيمة لدينا ، و الكفاءات الجيدة أن نطور الاحتراف إلى الأفضل ونضع اللوائح و الأنظمة التي تخدم الرياضة في وطننا العزيز.

لذلك هناك رؤية مختلفة من قبل عينة البحث المتمثلة بالهيئات الإدارية التي يجب ان تمتلك مهارات إدارية وهي من الممتطلبات الأساسية في كل مستويات الإدارة (Hamed & Ahmed, 2023)، وتتمثل المهارات الفنية في المعرفة والإجراءات والأساليب المرتبطة بنوع النشاط ، أما المهارات الفكرية فهي ترتبط بالرؤية المستقبلية والخطط وتوقع ما يمكن ان يحدث في حالة تغيير أي جزئية من جزئيات العمل وهذا ما أكدته (Nazza, 2008) كون الإداري صانع القرار في هذا الهرم وأنماطه الشخصية والظروف التي في ظلها يصنع القرار ومن هنا ينظر العديد الى المشكلات من زوايا متعددة غير متماثلة الامر الذي يعني ان الوصول الى اتفاق حول طبيعة المشكلة يمثل مسألة صعبة وهذا ما لمسناه من تباين لأنواع مستويات حل المشكلات واتخاذ القرارات للمشكلات التي تواجه الأندية الرياضية وقد لاحظنا وحسب التصنيف السابق التباين في المستويات وهذا ما يؤكد الاختلاف الحاصل في طبيعة ادراك المشكلة من قبل أفراد العينة (Mahmoud et al., 2015).

4. الاستنتاجات

الاستنتاجات:

- 1- تم التوصل الى بناء مقياس لدور عقود الاحتراف للاعبات التي تحول دون تطبيق لائحة الاحتراف في كرة القدم النسوية بالأندية الرياضية في العراق
- 2- أن اغلب الأندية الرياضية مازالت غير مقتنعة بدورها في خدمة الجنسين -أي الذكور والإناث-
- 3- عدم ايمان الأندية الرياضية بأهمية الرياضة النسائية وتطويرها ودعمها، وغالبا ما تكون أولويات تلك الاتحادات مرتبطة بالذكور،
- 4- ان رؤية الأندية اتجاه الرياضة النسوية هو ما ينعكس على الواقع وبالتالي لا يزال الدعم المقدم منخفض مقارنة بإقبال النساء على الرياضات المختلفة
- 5- عدم توفر القاعات والملاعب الخاصة بالمرأة وعدم توافر التمويل الخاص بأنشطة القسم النسوية.

6- من الأمور التي تتحكم في مسألة تمكين المرأة رياضياً، ضعف تمثيلها في إدارات الأندية الامر الذي لا يتعدى واحد الى الكل.

التوصيات:

- 1- إستراتيجية وطنية للارتقاء بالرياضة النسوية بهدف دعم صحة ونفسية المرأة والتقليل من الضغوطات النفسية التي تتعرض لها في الحياة،
- 2- ادخال تعديلات جذرية على لائحة الاحتراف الجزئي فإنها تعمل من جهة أخرى على دفع الاتحادات المختلفة لزيادة دعمها للأنشطة النسائية وتطوير الرياضيات التي تشهد اقبالا من المرأة.
- 3- الرؤية الواضحة التي تتضمن رياضة الموهوبات وذوي الإعاقة والرياضة المدرسية والجامعية والتنشيط الإعلامي

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية العراقية.

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

اسراء ناظم محمد Ashaalyasen@gmail.com

REFERENCES

- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- 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.
- 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.
- Hamed, N., & Ahmed, 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. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023.
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- 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.
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- MANDOOB, M., ABDALHALEEM, N., & YOUSIF, K. A. (2024). *AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING* (Vol. 23).
<https://idpr.org.uk/index.php/idpr/article/view/135>
- 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.
- 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*.
- Nazzal, A. H. J. (2008). An analytical study of the most important problems facing sports federations in Basra Governorate, construction and application. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 22, 126–172. <https://www.iasj.net/iasj/article/54051>
- 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.
- Raysan Khuraibit. (1987). *Research Methods in Physical Education*. Dar Al-Kutub Directorate for Printing and Publishing.
- 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



The Effect of Using Peer Teaching Strategy on Learning the Chest Pass Skill in Basketball for Students Aged 10–12 Years

Hassan Mohammed Baqir  
Dhi Qar Education Directorate

Article information

Article history:

Received 20/9/2024

Accepted 17/10/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Peer Teaching, Chest Pass Skill,

Basketball, Cooperative Learning



Abstract

The study aimed to identify the effect of peer teaching strategy in learning the skill of chest passing in basketball for students. The researcher used the experimental method in the style of the control and experimental groups, as the research sample was primary school students. He also used a modern strategy that differs from the strategy followed previously, with an analysis of the differences between the pre- and post-tests of the experimental and control groups. The researcher concluded that the development achieved in the level of students in the experimental group was due to the continuity and commitment of students to the educational units in addition to following the principle of gradual learning of the skill. The researcher recommended emphasizing the importance of using the peer teaching strategy because of its positive effect in increasing students' desire to continue performing.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير استخدام استراتيجية التدريس بالأقران في تعلم مهارة المناولة الصدرية في كرة السلة للتلاميذ بعمر (10- 12)

حسن محمد باقر¹  

المديرية العامة لتربية ذي قار

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/9/20

القبول: 2024/10/17

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

التدريس بالأقران، مهارة المناولة الصدرية، كرة السلة، التعلم التعاوني.

الملخص

هدفت الدراسة الى التعرف على أثر استراتيجية التدريس بالأقران في تعلم مهارة المناولة الصدرية في كرة السلة للتلاميذ واستعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين الضابطة والتجريبية اذ كانت عينة البحث هم تلاميذ الصف ابتدائي كذلك استعمل استراتيجية حديثة تختلف عن الاستراتيجية المتبعة سابقا مع تحليل الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة، واستنتج الباحث ان التطور الحاصل في مستوى تلاميذ المجموعة التجريبية سببه استمرار والتزام التلاميذ بالوحدات التعليمية بالإضافة الى اتباع مبدأ التدرج في تعلم المهارة وأوصى الباحث التأكيد على أهمية استخدام استراتيجية تدريس الأقران لما لها الأثر الايجابي في زيادة رغبة التلاميذ في الاستمرار بالأداء .

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

تمثل الاستراتيجية في الوقت الحاضر إحدى العناصر المهمة التي تعتمد عليها المنظمات التربوية إذ أن بلورة المواقف التعليمية لتلك الاستراتيجيات التنفيذية التي يتبعها المدرس في الساحة المدرسية وتؤكد على الدور النشط للتلميذ في التعلم إضافة إلى أجراء العديد من النشاطات والتجارب العلمية التي تؤدي بدورها إلى حدوث تعلم قائم على الفهم والاستيعاب والتذكر والتطبيق والتقويم على الرغم من أن جهد المعلم يشكل جزءاً مهماً في العملية التعليمية ألا أنه لا يستطيع تنفيذ كل ما يطلب منه إلا إذا توافر المناخ والإمكانات الداعية والوقت الكافي لكونه الوسيط المهم والرئيسي في تزويد التلميذ بالمعارف والخبرات والمهارات المطلوبة (Othman & Al-Zuhairi, 2021)، واستراتيجيات الأقران هو إحدى طرائق التدريس التي تدرس التلميذ بوساطة زملائه في الصف الدراسي أو المدرسة حيث له دور فعال في تنمية مهارات التلميذ في معظم الجوانب الأكاديمية لاسيما إذا توجه التلميذ الذي يقوم بعملية التدريس إلى كيفية التعامل مع التلميذ المتعلم وأن تعليم الأقران يكون عن طريق التأثير بالأقران المتساوين للمتعلم في السن والمهارة عن طريق المنافسة والتحفيز والثواب من المعلم وهي طريقة إيجابية وفعالة من طرائق التعليم الناجحة إذ أنها تعمل على إثراء الجانب التفاعلي لدى التلميذ ومن ثم تساعده في التحصيل الفعال.

وتعد لعبة كرة السلة إحدى الألعاب الجماعية التي تعتمد على عدة مهارات أساسية والتي تعتبر الدعامة القوية لتنفيذ الأداء وإن لكل فعالية مهارات خاصة بها تختلف عن الفعاليات الأخرى كما يوجد داخل الفعالية الواحدة اختلافاً بين مهارة ومهارة أخرى وإن الألعاب الرياضية يتميز بعضها عن بعض بأنواع المهارات الأساسية الخاصة بها، لذلك كان على كل لاعب يمارس اية فعالية رياضية ان يتعرف على مهاراتها وان يتقنها بدرجة عالية حتى يتمكن من معرفة خطط اللعب والتعاون مع افراد الفريق بشكل يمكنه من تنفيذ النواحي الهجومية او الدفاعية والتي تسهل على الفريق احراز الفوز والتقدم (Sabet & Ali, 2012)، وان اتقان المهارات يعني الحصول على افضل النتائج مع الاقتصاد في بذل الجهد وان الافتقار في إتقانها يعني افتقار الفريق الى عملية توظيف هذه المهارات من اجل تحقيق نتائج ايجابية. اما مهارة المناولة الصديرة فهي

من المهارات الأساسية في كرة السلة وتعد الأساس في بناء اللعبة ولكلا الفريقين فكلما كانت عملية المناولة ناجحة وبشكل دقيق كانت امكانية نجاح اللاعب والفريق معاً، لذلك نلاحظ ان غالبية الفرق المتقدمة وبالتالي معظم فرق الناشئين خاصة يفقدون كثيراً من النقاط بسبب ضعف هذه المهارة لذلك نجد ان هذه المهارة هي من المهارات المهمة في كرة السلة وان مهارة المناولة الصديرة تتطلب صفات بدنية وخطية ومهارية ونفسية متنوعة كغيرها من المهارات الأساسية الأخرى ، اذ يجب ان يتمتع اللاعب المرسل والمستقبل معاً للمناولة بالقوة وسرعة رد الفعل لأحراز النقاط وبالتالي الفوز. (Hammad et al., 2022)

ومن خلال ما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في التعرف على أثر استراتيجية التدريس بالأقران وتعلم مهارة المناولة الصديرة في كرة السلة للتلاميذ ، وهذا ما دعا الباحث الى القيام بهذه الدراسة التجريبية إسهاماً منه في تطوير العملية التعليمية وذلك من خلال إعداد وحدات تعليمية باستراتيجية تدريس الاقران لغرض الارتقاء بمستوى التلاميذ وتحقيق أفضل النتائج.

1 . 2 مشكلة البحث

من خلال ممارسة الباحث لمجال التعليم وإسهامه في تعليم المهارات في كرة السلة فقد لاحظ ان هناك ضعفاً بشكل عام في مهارات كره السلة لا سيما عند التلاميذ من الصف الخامس ابتدائي و ذلك يعود إلى ان كثير منهم لا يستطيعون تأدية و

تعلم مهارة المناولة الصدرية بسبب حالات من الملل وعدم وجود اثارة وتشويق لدافعيتهم للتعلم وإعطاء الدور الإيجابي للتعلم لكي يكون محور العملية التعليمية لذلك ارتأى الباحث إلى إجراء دراسة يضع فيها حلول لهذه المشكلة باستعمال استراتيجية التدريس بالأقران.

1.3 أهداف البحث

1. التعرف على اثر استراتيجية التدريس بالأقران في تعلم مهارة المناولة الصدرية في كرة السلة للتلاميذ.
2. التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تعلم مهارة المناولة الصدرية في كرة السلة للتلاميذ .

1.4 فروض البحث

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في استراتيجية التدريس بالأقران في تعلم مهارة المناولة الصدرية في كرة السلة للتلاميذ.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في استراتيجية التدريس بالأقران في تعلم مهارة المناولة الصدرية في كرة السلة للتلاميذ.

1.5 مجالات البحث

- 1.5.1 المجال البشري : تلاميذ الصف الخامس ابتدائي، مدرسة ببادر الخير الابتدائية للبنين
- 1.5.2 المجال المكاني : مدرسة ببادر الخير الابتدائية للبنين.
- 1.5.3 المجال الزمني : المدة من (14 / 11 / 2023) إلى (10 / 01 / 2024) .

1.6 تحديد المصطلحات

- استراتيجية الأقران: هي " قيام المتعلمين بتعليم بعضهم البعض وقد يكون القرين المعلم من نفس مستوى العمر أو الفصل للتعلم أو المجموعة أو يعلوهم عمراً أو مستوى دراسياً". (Faraj, 2005)

3. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3.1 منهج البحث :

استعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين الضابطة والتجريبية (ذات الاختبار القبلي والبعدي) لملائمة مشكلة البحث كما مبين في الجدول (2) .

الاختبارات القبلية	المجموعات	المتغير المستقل	الاختبارات البعدية	المجموعات
مهارات كره السلة	المجموعة الضابطة	المنهج المتبع	مهارات كره السلة	المجموعة الضابطة
مهارات كرة السلة	المجموعة التجريبية	استراتيجية تدريس الأقران	مهارات كرة السلة	المجموعة التجريبية

2.3 مجتمع البحث وعينته

اختار الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية التي تتمثل بتلاميذ الصف الخامس الابتدائي والبالغ عددهم (167) تلميذا من مدرسة (ابتدائية بيار الخير للبنين) للعام الدراسي (2024/2023) موزعين على (خمسة شعب) (أ ، ب ، ج ، د ، هـ) لتمثل المجتمع الاصلي.

اما عينة العينة فهي النموذج الذي يجرى عليه البحث وعلى الباحث ان يختار عينة بحثه بحيث تكون ممثلة للمجتمع الاصلي تمثيلا حقيقيا ويجب ان تتوفر في هذه العينة شرط رئيسي هو امكانية تعميم نتائجها على المجموعة الاصلية التي اختبرت عنها وبلغت العينة (55) تلميذا موزعين على شعبتي (أ. ج) ، اذ مثلت الشعبة (أ) المجموعة الضابطة وبواقع (28) تلميذ والشعبة (ج) مثلت المجموعة التجريبية وبواقع (27) تلميذا.

وقد استبعد الباحث عدد من تلاميذ عينة البحث وهم :

- التلاميذ الراسبين اللذين سبق لهم دراسة هذه المهارة من قبل وعددهم (3).
- التلاميذ غير ملتزمين بالدوام عن اداء الاختبارات ، اذ بلغ عددهم (2).
- التلاميذ المشاركين في التجربة الاستطلاعية ، اذ بلغ عددهم (28) تلميذ .

وبذلك اصبح عدد افراد التطبيق النهائي (50) تلميذ اذ تقدر النسبة المئوية للعينة ب(29.940 %) من مجتمع الأصل وكلما كانت النسبة كبيره كلما نحصل على نتائج دقيقه " اذ يزداد ثبات النتائج تبعا لزيادة عدد أفراد العينة (Muhammad & Al-Ubaidi, 2004) والجدول (3) يوضح عدد أفراد العينة والنسبة المئوية حسب مجموعات البحث .

الجدول (3)

يبين عدد أفراد العينة والنسبة المئوية حسب مجموعات البحث

المجموعات	العدد الكلي	المستبعدون	العينة	النسبة المئوية
المجموعة الضابطة (المنهج المتبع)	25	3	25	89.28
المجموعة التجريبية (استراتيجية تدريس الاقران)	25	2	25	92.59

من أجل إرجاع الفرق إلى العامل التجريبي الذي يؤثر في المجموعة التجريبية قام الباحث بإجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبارات مهارات كرة السلة (مهارة المناولة الصدرية) باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة ، وتحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حريه (48)

وأظهرت النتائج أن قيم (ت) المحسوبة هي أصغر من قيم(ت) الجدولية ولجميع الاختبارات وهذا يدل على عدم التكافؤ بينهما وكما موضح في الجدول رقم (4)

جدول (4)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات المبحوثة

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع			
المنافسة الصورية	1 ' 7400	0' 348	1 ' 7200	0 ' 348	0 ' 191	0 ' 850	غير معنوي

3 . 3 الوسائل والأجهزة والأنوات المستخدمة في البحث :

■ كاميرا تصوير ، جهاز حاسوب الكتروني (Lenova) عدد (1) ، ساعة توقيت لقياس الزمن ، اقراص (cd) ، ملعب ، كرات سلة عدد (6) ، ساعة توقيت ، شريط قياس ، صافره عدد (1) ، أقلام جاف لتسجيل بيانات الطول والوزن والملاحظات ، بوستر كبير لتوضيح طريقة الأداء الفني والمهاري ، المصادر والمراجع العربية والأجنبية ، شبكة الأنترنت الدولية .

4 . 3 تحديد المهارات المستعملة بالبحث:

لقد قام الباحث باعتماد مهارات كرة السلة على وفق مفردات المنهج المقرر والمخصص للمرحلة الابتدائية وعلى هذا الاساس اختار الباحث المهارة والتي تدرس خلال هذه المدة وفقا لتسلسل المنهج المعد لأجراء الدراسة عليها وهي مهارة (المنافسة الصورية في كرة السلة) .

5 . 3 التجارب الاستطلاعية :

وهي " دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته " وقد اكتملت التجربة الاستطلاعية على مجموعة مستبعدة من عينة البحث الأساس والمكونة من شعبة (د) وعددها (28) تلميذ وفي ساحة مدرسة (ابتدائية ببادر الخير للبنين)

التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة بالاختبارات المهارية :

لقد قام الباحث بتطبيق التجربة الاستطلاعية للاختبار المستعمل بالبحث ، في يوم الثلاثاء الموافق (2023-11-14) في الساعة التاسعة صباحا لأجل توضيح الاختبار وعرضه للتلاميذ ، طبقت التجربة الاستطلاعية لهذه الاختبارات لأجل التعرف على ما يأتي :

- المعوقات التي من الممكن ان تواجه الباحث اثناء تنفيذ الاختبارات والعمل على ايجاد الحلول لها
- مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة .
- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة عند تنفيذ الاختبارات .
- تنظيم عمل الفريق المساعد وتوضيح التعليمات والإرشادات المتعلقة بأجراء الاختبارات .
- الوقت المستغرق الذي يحتاجه الباحث عند تنفيذ الاختبارات

جدول (5)

يبين قيم معامل الثبات ومعامل الموضوعية للاختبارات المهارية

الاختبارات	معامل الثبات	الدلالة	معامل الموضوعية	الدلالة
مهارة المنافسة	0, 864	معنوي	0, 926	معنوي

بلغت قيمة ر الجدولية (0, 317) تحت مستوى دلالة (0, 05) ودرجة حريه (26)

- التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بالوحدات التعليمية باستراتيجية تدريس الأقران:

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية للوحدات التعليمية المستعملة بالبحث وذلك في يوم الخميس الموافق (16-11-2023) في الساعة التاسعة صباحا على وفق استراتيجية تدريس الاقران على تلاميذ التجربة الاستطلاعية المتكونة من تلاميذ شعبة (د) وهم (28) تلميذ وذلك من اجل:

اولا : الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي تواجه الباحث عند تنفيذ الدرس على وفق استراتيجية التدريس بالأقران.

ثانيا : التأكد التام من الوقت الذي يستغرقه تنفيذ الوحدة التعليمية على وفق استراتيجية التدريس بالأقران.

و لقد قام الباحث بتطبيق التجربة الرئيسية على بعض من (عينة البحث) تلاميذ الصف الخامس ابتدائي في ملعب ساحة المدرسة بكرة السلة .

6.3 الاختبارات القبليّة :

طبقت الاختبارات القبليّة في يوم الاثنين ، المصادف (20 / 11 / 2023 م) على ملعب كره السلة في ساحة مدرسة (ابتدائية ببادر الخير للبنين) ، وقد تم تصوير الاداء الفني للمهارات لمجموعتي البحث وقد راعت الباحثة عند تطبيق الاختبارات النقاط الآتية :

1. شرح كيف يتم تنفيذ الاختبارات لجميع أفراد العينة بالطريقة نفسها .
2. عملية اجراء الاختبارات لجميع أفراد العينة في المكان نفسه.
3. عملية تثبيت فريق العمل المساعد في الاختبارات جميعها ولجميع الأفراد .

1.6.3 الوحدات التعليمية لاستراتيجية تدريس الاقران:

طبقت الوحدات التعليمية على عينة البحث وهم تلاميذ الصف الخامس الابتدائي للعام الدراسي للعام الدراسي (2023/2024) من قبل معلم الرياضة وبحضور الباحث بعد الاتفاق مع معلم المادة عملية التطبيق وعلى وفق استراتيجية تدريس الأقران على تلاميذ المجموعة التجريبية ،اما تلاميذ المجموعة الضابطة يطبق لهم المنهاج المستعمل والمعتمد عليه بالمدرسة من قبل معلم المادة .

وقد قام الباحث بأجراء هذه التجربة في يوم الاربعاء بتاريخ (22 / 11 / 2023) الساعة (9) صباحا على عينة التجربة الاستطلاعية بعد إعطاء وحدتين تعريفيتين لهذه العينة ليكونوا قادرين على معرفة مفهوم استراتيجية تدريس الأقران ، وقد اختار الباحث وحدة تعليمية من المنهاج المعد وكانت الوحدة الأولى مختاره من ضمن الوحدات التعليمية الخاصة بمهارة المناولة الصدرية بكرة السلة.

وان الهدف من أجراء هذه التجربة الاستطلاعية هو لمعرفة ما يأتي : (Al-Rahawi, 2006)

- 1 . المعوقات التي من الممكن أن تواجه الباحثة عند تنفيذ المنهاج المعد على وفق استراتيجية التدريس بالأقران.
 - 2 . مدى ملائمة المنهج المعد لمستوى أفراد العينة وإقبالهم على التمارين التي يتضمنها المنهج .
 - 3 . مدى تفهم واستجابة أفراد العينة لمحتويات الوحدة التعليمية المعدة على وفق استراتيجية تدريس الأقران.
 - 4 . الوقت الملائم المخصص لأقسام الوحدة التعليمية وإمكانية تنفيذها
 - 5 . تحديد عدد تمارينات القسم الرئيسي التي يمكن تأديتها في الوحدة التعليمية الواحدة
- وكان من نتائج هذه التجربة التوصل إلى ما يأتي :

- ملائمة المنهج المعد على وفق استراتيجية تدريس الأقران لمستوى العينة
- قدرة التلاميذ على الفهم والاستجابة لمحتويات الوحدة التعليمية

3.6.3 الاختبارات البعديّة :

وبعد الانتهاء من تنفيذ تجربة البحث الرئيسة أجريت الاختبارات البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية حيث قام الباحث في يوم الأربعاء المصادف (10 / 01 / 2024 م) في تمام الساعة (9) صباحاً بأجراء الاختبارات البعديّة لاختبارات مهارات كرة السلة للمجموعتين الضابطة والتجريبية وقد تمت جميع الاختبارات في ملعب ساحة مدرسة (ابتدائية ببادر الخير للبنين) واتباع الباحث طريقة أداء الاختبارات القبليّة نفسها وبالشروط نفسها وتحت الظروف المكانية والزمانية .

3 - 7 الوسائل الإحصائية

تم استخدام الحقيبة الإحصائية spss

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4 - 1 عرض النتائج وتحليلها

4-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية وتحليلها

الجدول (7)

يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارة المناولة الصدرية قيد البحث

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س- ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
	س-	ع	س-	ع					
مهارة المناولة الصدرية	1' 7400	0' 391	8' 020	0' 4013	6' 2800	0' 3485	9. 098	0' 000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة 0. 05 ودرجة حريه 24

وعند مقارنة مستوى الخطأ البالغ (0.000) هو اصغر من مستوى الدلالة البالغة (0.05) وتحت درجة حريه 24 وهذا معناه ان هناك فروق معنويه بين الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة المناولة الصدرية بالنسبة للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي

4 - 1- 2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة وتحليلها

4-1-2-2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة في اختبارات مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة للمجموعة الضابطة وتحليلها

الجدول (8)

يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في مهارة المناولة الصدرية قيد البحث

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
	س-	ع	س-	ع					
مهارة المناولة الصدرية	7200 1'	348 0'	5500 6'	4208 0'	8300 4'	5289 0'	45' 656	0'000	معنوي

دال تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة حريه 24

وعند مقارنة مستوى الخطأ (0.000) بمستوى الدلالة (0.05) تبين بان هناك فروق معنويه بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في مهارة المناولة الصدرية بالنسبة للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي .

4-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها

4- 1- 3- 1 عرض نتائج الاختبارات البعيدة في اختبارات مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها.

الجدول (9)

يبين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة

قيد البحث الاختبارات البعيدة

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	الدالة الإحصائية
	س-	ع	س-	ع			
مهارة المناولة الصدرية	8.020	0.4013	6.5500	0.4028	12.640	0.000	معنوي

4- 2- 1 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في اختبارات مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة للمجموعة التجريبية ومن خلال عرض نتائج الجدول (7) يتبين لنا ان الفروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية في مهارات كرة السلة للمجموعة التجريبية , ويرى الباحث ان التطور الحاصل في مستوى التلاميذ سببه استمرار والتزامهم بالوحدات التعليمية بالإضافة الى اتباع مبدأ التدرج في تعلم المهارات ويعزو الباحث ذلك التقدم إلى تناسب التمرينات المستخدمة في الوحدات التعليمية مع قدرات التلاميذ ومستوياتهم بالإضافة للتنوع والتشويق في التمرينات المستخدمة في المنهج التعليمي.(Othman, 2022)

من خلال عرض نتائج الجدول(8) يتبين لنا ان الفروق معنوية بين الاختبارات البعدية في مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية , ويعزو الباحث هذا التطور الى استخدام استراتيجية التدريس بالأقران في أعداد الوحدات التعليمية والتي كانت مناسبة وملائمة مع قدرات التلاميذ ومستوياتهم علاوة على التنوع والتشويق في التمرينات المستخدمة في المنهج التعليمي وهذا ما تؤكد (Dhiab, 2007) بان "التمارين اذا احسن انتقاؤها ووضع برامجها واستخدامها وتقويمها تستطيع ان تشوق اللاعب وتثير همته وتوسع خبراته وتساعد في الفهم وتساعد في تعليم المهارات وفي تنمية الاتجاهات "(Khairullah & Othman, 2023)

وكذلك يؤكد (Al-Hila, 1999) اذ انه (عند تنفيذ المنهاج يشكل فعال فان الأداء العام للطالب يتحسن كثيرا) ومن الأسباب الأخرى لتفوق المجموعة التجريبية هو ان هذه التمارين تتيح الفرصة للتلاميذ في الحصول على مساعدة الزملاء بالإضافة إلى ان العمل الجماعي يكون ممتعا للمتعلمين (Abdelkader, 2023) من خلال التعاون في كل مجموعه فضلا عن علاج نقاط الضعف بطريقة جماعية فمن خلال التعاون يستطيع التلاميذ كسر حاجز الخوف بينهم وبين زملاءهم وهذا ما يؤكد (Al-Abasrah, 2011) " ان المتعلم يؤدي المهارة مع اقرانه ويشاهد جماعته يؤدون هذه المهارة فبهذا يؤدي الى تعلم افضل من خلال تعزيز الأداء بالمشاهدة وتصحيح الأخطاء "(Othman, 2013)

ويرى الباحث ان السبب لتفوق المجموعة التجريبية هو ان استراتيجية التدريس بالأقران تمتاز بالاستثمار الأمثل لزمان وعدد تكرار الحركة التي يؤديها التلاميذ بالإضافة إلى تدوير أفراد المجموعة داخل المجموعة عكس عقرب الساعة ويكون التبادل بالأدوار بين المؤدي والملاحظ وبإيعاز من المعلم وهذا ما يؤكد (Wajih, 2000) "بان أهمية تكرار الأداء المهاري واستخدام النماذج الحركية أمام المتعلمين يساعد على تعلم المهارة وتثبيتها "

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات

1. تفوق المجموعة التجريبية في نتائج الاختبارات البعدية بسبب التمارين التي تتيح الفرصة للتلاميذ في الحصول على مساعدة زملاءهم.

2. ان التطور الحاصل في مستوى تلاميذ المجموعة التجريبية سببه استمرار والتزام التلاميذ بالوحدات التعليمية بالإضافة الى اتباع مبدأ التدرج في تعلم المهارة.
3. إن المنهج التعليمي المستخدم (استراتيجية تدريس الأقران للمجموعة التجريبية) و(المنهج المتبع للمجموعة الضابطة) هي مناهج فاعلة في تعلم مهارة المناولة بكرة السلة .

5- 2 التوصيات

1. التأكيد على أهمية استخدام استراتيجية تدريس الأقران لما لها الأثر الايجابي في زيادة رغبة التلاميذ في الاستمرار بالأداء .
2. ضرورة استخدام استراتيجية تدريس الاقران في اجراء بحوث ودراسات وفي العاب جماعي اخرى.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في تلاميذ الصف الخامس ابتدائي، مدرسة بيار الخير الابتدائية للبنين

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

حسن محمد باقر <https://orcid.org/0009-0008-2750-8951>

References

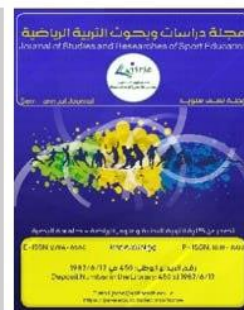
- Abdelkader, A. K. (2023). The effect of the strategy of thinking, pairing and participating in teaching some grips in the wrestling game for students. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 15(57).
- Al-Abasrah, W. R. (2011). *Probing and Creative Thinking* (1st ed, p. 256).
- Al-Hila, M. M. (1999). *Educational Design – Theory and Practice* (1st ed, p. 65). Dar Al-Masarah for Publishing, Distribution and Printing.
- Al-Rahawi, A. S. A. J. (2006). *The effect of peer teaching strategy on cognitive academic achievement and retention of teaching methods material among students of the College of Physical Education* [Master's thesis]. University of Mosul.
- Dhiab, R. T. (2007). *Using suggested exercises to transfer the learning effect of the preferred and non-preferred hand for the skill of shooting in basketball* [Master's thesis]. University of Diyala.
- Faraj, A. L. bin H. (2005). *Teaching Methods in the Twenty-First Century* (1st ed, p. 49). Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.
- Hammad, S. H., Mikhilif, A. K., & Abdel, M. A. Q. (2022). The effect of competitive exercises with the stations system in developing some aspects of attention and the accuracy of performing the skill of stabbing among female students of fencing weapons. *Sport Culture*, 13(2).
- Khairullah, R. A., & Othman, I. A. (2023). EFFECT OF SAT EDUCATIONAL MODEL ON CREATIVE ENERGY AND DISTINGUISHED WITH SPEED OF FEMALE STUDENTS. *European Journal of Humanities and Educational Advancements*, 4(7).
<https://www.scholarzest.com/index.php/ejhea/article/view/3708>
- Muhammad, J. S., & Al-Ubaidi, M. A. B. (2004). *Curricula of Educational Research Methods for Students of Higher Institutes and Colleges* (1st ed, p. 170). Benghazi, National Library.
- Othman, I. A. (2013). The effect of (the exchange and training) methods in learning the technical performance of the handstand and human-wheel movements in Gymnastics. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 37.
- Othman, I. A. (2022). Pervasive learning and its impact on cognitive development and learning of freestyle swimming skills in sports sciences students. *Sport Tk-Revista Euroamericana De Ciencias Del Deporte*, 26.
- Othman, I. A., & Al-Zuhairi, N. A. (2021). The effect of self-review strategy according to Biggs model in learning free swimming skills and cognitive achievement. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 31(2), 351–363.

- 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, M. (2000). *Learning and Scheduling Exercise* (p. 143). Ministry of Education, National Library.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of a rehabilitation approach for partial tear injury of the vastus medialis muscle on some types of muscular strength of football players

Asala Yaseen Khudhair¹  

Luay kadhém mohammed²  

General Directorate of Education Basra¹

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences²

Article information

Article history:

Received 3/5/2024

Accepted 1/6/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Rehabilitation method, partial tear injury, quadriceps muscle, muscle strength

Abstract

The aim of the research was to: identify the effect of rehabilitation exercises for partial tear injury of the vastus femoris muscle on the types of muscle strength of football players. The experimental approach was used and a rehabilitation approach was developed for the injured and pre-post measurements. The research sample was advanced football players aged (20–25) years. The researchers concluded that the rehabilitation approach for partial tear injury of the vastus femoris muscle helped improve and develop types of muscle strength of football players. It was recommended: adopting the rehabilitation approach for partial tear injury of the vastus femoris muscle because it helps improve and develop types of muscle strength of football players.







مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية



spo.uobasrah.edu.iq



تأثير منهج تأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية على بعض انواع القوة العضلية للاعبين كرة القدم

لؤي كاظم محمد²  

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

اصالة ياسين خضير¹  

المديرية العامة لتربية البصرة

المخلص

هدف البحث الى: التعرف على تأثير التمارين التأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية على انواع القوة العضلية للاعبين كرة القدم. وتم الاستعانة بالمنهج التجريبي وتم وضع منهج تأهيلي للمصابين والقياسات القبلية البعدية، وكانت عينة البحث هم لاعبي كرة القدم فئة المتقدمين التي تتراوح اعمارهم (20-25) سنة، واستنتج الباحثان ان المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية ساعد في تحسين وتطوير نواع القوة العضلية للاعبين كرة القدم، وتم التوصية: اعتماد المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية لأنه يساعد في تحسين وتطوير نواع القوة العضلية للاعبين كرة القدم.

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/5/3

القبول: 2024/6/1

التوفر على الانترنت: 15 يناير، 2025

الكلمات المفتاحية:

منهج تأهيلي، إصابة التمزق الجزئي، لعضلة الفخذية، القوة العضلية.

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

هذا الكون وما يشهده من أحداث وتغيرات وتطورات علمية في الوقت الحاضر فأنتها جاءت نتيجة تطبيق الأسس العلمية والتكنولوجية الحديثة وهذا التطور ما هو الانتاج استثمار الجهود والامكانيات عن طريق التجربة والبحث والأخذ بنتائج البحوث التي تحقق الأهداف المرغوبة وبهذا أخذ التطور الدور الأبرز والحيز الأكبر في أحداث التغيير في كل مظاهر الحياة العامة وأخذ المجال الرياضي تصيبه من كل التطورات من خلال البحوث العلمية والتي نهضت بالواقع الرياضي وبكل مجالاته البدنية والمهارية والنفسية والخططية (Mahmoud et al., 2015) والصحية فلا يمكن تحقيق الانجاز من دون استكمال هذه المقومات حيث اخذت المؤسسة الرياضية جزءا من هذا النتاج العلمي وعند الخوض في المجال الصحي الرياضي تجد ان التأهيل الرياضي ذو النصيب الأوفر في تحقيق المستوى الأعلى، وحين الخوض في عمار الإصابات الرياضية نجد أن التخلص من الإصابة وكيفية اعادة تأهيل الرياضي بعد حدوثها هو الشغل الشاغل في حل العلاج والتأهيل ويتضاعف ذلك المجال بالأهمية مع تطور البحوث النوعية الدقيقة لمعرفة المدرب والرياضي للإصابات الشائعة في النشاط الممارس واسباب حدوثها وتشخيصها وطرائق علاجها وتأهيلها فإنه سوف يساعد كثيرا في تجنب حدوثها أو على الأقل التخفيف من تأثيرها السلبي على اللاعب كذلك يجب على اللاعب قبل المعالج الامام بالأخطاء الفنية (Mohammed & Mashkoor, 2006) التي تكون السبب المباشر للإصابة والامام بمستوى وشدة الإصابة ومستويات ووسائل علاجها وتأهيلها

وتختلف الاصابات العضلية من حيث المستوى ودرجة الإصابة وشدتها فقد تكون بسيطة أو متوسطة أو شديدة ويتفق كثير من العاملين في المجال الرياضي وخصوصا بعد التطور الحاصل في معظم الفعاليات الرياضية في العصر الحالي على تزايد واضح في عدد الاصابات الرياضية نتيجة للجهد العالي والمستمر الواقع على جسم الرياضي بسبب زيادة في الاحمال التدريبية وزيادة عدد الوحدات التدريبية وتكرار حركات معينة في هذه الانشطة للوصول الى اعلى مستوى في التدريب لتحقيق الانجاز العالي وبالأخص تلك الحركات التي تتطلب شدة متوسطة أو عالية مع تردد وتكرار عالي خلال التدريب والإصابة الرياضية ، سببها تعرض الانسجة الجسمية المختلفة إلى تأثيرات عوامل خارجية او داخلية تسبب خلا تشريحيا ووظيفيا مؤقتا او دائما وفقا لشدة الإصابة .

" ويعمل اخصائيو التأهيل الرياضي والعلاج الطبيعي على التخلص من الإصابة وتأهيل المصاب بدنيا " ونفسيا" وعقليا" ليعود لممارسة النشاط الرياضي بصورة سريعة وامنه (Hamidi & Jassim, 2022)

لذا فمن هذا المفهوم والمنطلق تبرز أهمية البحث في وضع تمارين تأهيلية لعلاج اصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية وتأثيرها على انواع القوة العضلية للاعب كرة القدم والذي من خلاله يمكن علاج العضلة المتسعة الفخذية واعادتها للوضع الطبيعي من خلال مجموعة من التمارين العلاجية التخصصية التي من شأنها تحدث التغيير الايجابي للمدى الحركي المفصلي الركبة والورك مع ملاحظة ومتابعة تأثير المنهج التأهيلي على بعض الصفات البدنية لدى اللاعبين المصابين كون أن تكامل الأداء البدني للطرف السفلي يعتمد بشكل أساس على سلامة مفصلي الركبة والورك ولذا يمكن معرفة تأثير المنهج المقترح بعد تطبيقه بالمدة الزمنية والذي يتضمن مجموعة من التمارين التخصصية الملائمة لنوع النشاط وشدة الإصابة والتأكد من منتج المنهج من خلال الاختبارات القبلية والبعدية وبالتالي يمكن الحكم على نتائجه بعد تطبيقه على كل اللاعبين الذين يعانون من تلك الإصابة

2-1 مشكلة البحث:

الاصابات الرياضية هي الشغل الشاغل في مجال العلاجية والتأهيل ويحاول الأطباء المختصون في مجال الطب الرياضي اعداد برامج التأهيل لكل الاصابات التي تواجه اللاعبين الشاء الاداء والمنافسة ، ولكل منهم وجهة نظر من حيث فترات المنهج التأهيلي والتمارين العلاجية التخصصية المستخدمة حسب شدة وحدة الإصابة، ومنها الاصابات العضلية وتحدث تلك الاصابات نتيجة الجهد العالي في الاداء كذلك الاداء الفني الخاطئ عند اداء معين ويضاف لتلك الأسباب أن الإصابة ناشئة من حالة النقص الحاصل اما في المستوى البدني أو المهاري أو النظام الصحي وحتى النفسي فأنها قد تؤدي لحدوث الاصابات، ومن تلك الاصابات هي التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية والتي تعتبر من العضلات الباسطة المفصل الركبة والضامة لمفصل الورك تعتبر التمزقات العضلية وبالمستويات الثلاثة من أكثر الاصابات شيوعاً والتي تصل إلى نسب كبيرة .

كما " ان ممارسة الرياضة يصاحبها دائماً" احتمالات مؤكدة لحدوث الإصابة حيث لا يوجد اسلوب تدريبي ينعدم مع فرص حدوث الإصابة فمن المهم البحث في الاساليب والطرق التي تساعد على الاقلال من حدوث الإصابة بالملاعب " (Khayun et al., 2022)

لذا من المفترض وضع المناهج التأهيلية الخاصة بها لإعادة الوضع الطبيعي للعضلة، ولهذا وجب اعداد منهج تأهيلي متكامل وحسب الامس العلمية الموضوعية من قبل المعالج المختص بما يناسب وامكانيات اللاعب ويتضمن المنهج تمارين تخصصية تعمل على علاج التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية ويتناول البحث انواع القوة العضلية لحين اعادة المصاب إلى الوضع الطبيعي لممارسة النشاط. وهذا يعتبر بحد ذاته عاملاً وسبباً للخوض في هذا البحث والسعي لعلاجها ومن هنا تتجلى مشكلة البحث في الحاجة الى وضع تمارين تأهيلية مقننة ومتكاملة وتعتمد الاسلوب التجريبي العلمي والعمل على علاج التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية والتي تؤثر على انواع القوة العضلية لذا تم اختيار هذه المشكلة لأهميتها الكبيرة في ايجاد أفضل السبل لعلاج تلك الإصابة وعودة اللاعب بشكل مربع إلى الملاعب فضلاً عن ملاحظة تأثير التمارين التأهيلية على انواع القوة العضلية للاعبين المصابين بكرة القدم .

3-1 أهداف البحث:

1- اعداد منهاج يتضمن تمارين تأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية وتأثيرها على انواع القوة العضلية للاعبي كرة القدم.

2- التعرف على تأثير التمارين التأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية على انواع القوة العضلية للاعبي كرة القدم.

3- التعرف على الفروقات بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية على انواع القوة العضلية للاعبين المصابين بكرة القدم.

4-1 فرضيتي البحث:

1- وجود تأثير ايجابي للتمارين التأهيلية لإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية على انواع القوة العضلية للاعبي كرة القدم.

2- وجود فروق معنوية للمنهج التأهيلي بين الاختبارات القبلية والبعدية على انواع القوة العضلية المصابين بكرة القدم.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبي كرة القدم فئة المتقدمين التي تتراوح اعمارهم (20-25) سنة

2-5-1 المجال المكاني : قاعة كولن جيم للتأهيل والعلاج الطبيعي .

3-5-1 المجال الزمني : المدة من 13 / 11 / 2023 ولغاية 28 / 2 / 2024.

تعريف المصطلحات :

- **الإصابة الرياضية :** " يذكر احمد عبد السلام ان الاصابة العضلية هي أي تلف للنسيج العضلي سواء كان هذا التلف مصاحباً أو غير مصاحب بتهتك الانسجة الأخرى في العضلة عند التعرض لأي تأثير خارجي سواء كان هذا التأثير ميكانيكياً أو عضوياً أو كيميائياً وعادة ما يكون هذا التأثير الخارجي مفاجئاً وشديداً" (Attia, 2016)
- **التمزق العضلي:** " هو تمزق الألياف أو الأوتار نتيجة جهد عضلي عنيف أكبر مما تتحمله العضلة، إن أغلب إصابات التمزق تكون شائعة بصورة خاصة في الألعاب الرياضية ذات الطابع الزمني أي بمعنى تحقيق أعلى جهد وسرعة في زمن قصير، وتكون هذه الإصابات ديناميكية أي من قبل اللاعب نفسه بنفسه، وإن السبب الرئيس في هذه الحالة هو التقلص العضلي غير الاعتيادي" (Gokal, 2009)

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

استعمل الباحثان المنهج التجريبي ذات المجموعة الواحدة وذلك لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها .

22- مجتمع البحث وعينه:

حدد مجتمع البحث لاعبي كرة القدم فئة المتقدمين من عمر (20_25) وللفترة الزمنية من 1 / 3 / 2023 ولغاية 1 / 3 / 2024، كما يجب أن تكون عينة البحث ممثلة للمجتمع الأصلي تمثيلاً صادقاً وحقيقياً، وعمد الباحثان لاختيار العينة بالطريقة العمدية واشتملت العينة على اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي للعضلة المتسعة الانسية الفخذية (إصابة الدرجة الثانية) والمتمثلة بلاعبي كرة القدم فئة المتقدمين في محافظة البصرة وقد بلغ عدد اللاعبين المصابين بهذه الإصابة في هذه الفترة (10) مصابين تم استبعاد (2) منهم لوجود إصابات أخرى اما الذين يعانون من إصابة العضلة المتسعة الانسية الفخذية عددهم (8) لاعبين وكانت اعمارهم تتراوح من (20 الى 25) سنة وتم اختيار المصابين بأوقات مختلفة ولكل واحد منهم بدأ المنهج التأهيلي والاختبارات القبلية والبعدية لوحده ، وبهذا تطلب لعلاج اصابتهم اجراء منهج تأهيلي لإعادتهم لممارسة النشاط الرياضي من جديد بعد تعرضهم للإصابة ، كما قام الباحثان بتجانس العينة كما في جدول (1)

جدول (1)

يبين التجانس بين افراد عينة البحث في القياسات المورفولوجية

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الطول	سم	170.45	2.452	1.438
الوزن	كغم	72.412	1.457	2.012
العمر	سنة	21.24	0.867	4.081
العمر التدريبي	سنة	8.451	0.562	6.65

ولغرض التأكد من تجانس افراد العينة وصحة التوزيع بين افرادها فقد استخدمت الباحثان معامل الاختلاف لنتائج المسح الميداني في قياسات (العمر، العمر التدريبي، الطول، الوزن). وهذا يعني حسن توزيع العينة وتجانسها وذلك لأن قيم معامل الاختلاف اقل من 30 % وبهذا فهي قيمة مقبولة "حيث ان قيمة معامل الاختلاف كلما اقتربت من (1%) يعني ان التجانس عالٍ وإذا زاد عن (30%) يعني ان العينة غير متجانسة" (وديع ، 1999 ، 160).

3-2 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والابوات المستعملة:

- المقابلات الشخصية، المراجع والمصادر العربية والأجنبية، الشبكة المعلوماتية (الانترنت) ، جهاز الرنين المغناطيسي ، جهاز قياس الوزن والطول . ومسطب جلوس ، جهاز الجينوميتر (Gonimetry) لقياس المدى الحركي الطبيعي لمفاصل الجسم ، جهاز (DYNA Foot) لقياس توازن القدمين ، جهاز لابتوب نوع (dell) ، كاميرا تصوير فوتوغرافي نوع (Sony) ، اوزان حديدية ، بارات حديد وعارضة خشبية

4-2 تشخيص الإصابة

اعتمدت الباحثان على تشخيص الاصابات ودرجتها من خلال الطبيب المختص* وذلك من خلال الفحص السريري باستخدام الرنين المغناطيسي** ومن العلامات السريرية التي لوحظت أثناء الفحص هي .

- 1- ألم شديد في منطقة الإصابة خصوصاً عند تحريك القدم المصابة او الضغط على منطقة الإصابة
- 2- صعوبة الوقوف على رجل واحدة والصعوبة أثناء المشي .
- 3- اختلال التوازن

4- تأثر مستويات المدى الحركي الطبيعي لمفصل الركبة والورك ولكل الحركات .
حيث يكون لهذه العلامات الدور الفعال في عملية التشخيص الدقيق ومن خلال الفحص السريري وأشعة الرنين تم تحديد درجة الإصابة وهي من النوع (الثاني) .

5-2 تحديد متغيرات البحث :

تم تحديد انواع القوة العضلية المناسبة لقياس التطور بعد التأهيل للإصابة.

6-2 الاختبارات المستخدمة

2-6-1 اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين (دبني كامل) (Arak, 2007)
من وضع الوقوف 15 ثانية):

الغرض من الاختبار : يهدف الاختبار الى قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين .
الابوات المستخدمة : ساعة توقيت الكترونية ، بساط .

وصف الاختبار : من وضع الوقوف ، ثني الرجلين ومدهما كاملاً (دبني كامل) وحساب العدد في (15) ثانية وكما موضح في الشكل (1) .

التسجيل : تحسب عدد مرات ثني ومد الرجلين خلال (15) ثانية .

* الطبيب المختص: أ.م. د مدحت محمد مهدي، اختصاص جراحة العظام والمفاصل والكسور في مستشفى البصرة العام.

** الطبيب المختص: أ.م. د نبيل عبد اللطيف، اختصاص الاشعة والرنين المغناطيسي ، في مجمع السعفة الطبي في منطقة بريهه في البصرة.



شكل (1)

توضح اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين (بني كامل)

2-6-2 اختبار مطاولة القوة لعضلات الرجلين (بني كامل) (Bastawisi, 1999)

(من وضع الوقوف حتى استنفاد الجهد) :

الغرض من الاختبار : يهدف هذا الاختبار الى قياس المطاولة لعضلات الرجلين .

الابوات المستخدمة : ساعة توقيت الكترونية , بساط .

وصف الاختبار : من وضع الوقوف ثني الرجلين ومدهما كاملاً وحساب العدد في (حتى استنفاد الجهد) وكما موضح في الشكل (2) .

التسجيل : تحسب عدد مرات ثني ومد الرجلين (حتى استنفاد الجهد) .



شكل (2)

توضح اختبار مطاولة القوة لعضلات الرجلين (حتى استنفاد الجهد)

2-7 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية والخاصة بالمنهج التأهيلي حيث أجريت في (13 / 11 / 2023) وفي الساعة الرابعة مساءً وعلى قاعة العلاج الطبيعي في (مركز المدينة لكمال الاجسام والعلاج الطبيعي) لمعرفة التمرينات المستخدمة في المنهاج التأهيلي على (1) من الرياضيين المصابين بإصابة التمزق الجزئي للعضلة المتسعة الفخذية ومن غير افراد عينة البحث الخاضعين للمنهج التأهيلي ، وكانت التجربة تهدف الى التأكد حول امكانية اللاعبين المصابين من تطبيق التمارين التأهيلية المقترحة

2-8 التجربة الميدانية:

2-8-1 القياسات والاختبارات القبلية: اجريت بتاريخ 2023/12/4

2-8-2 البرنامج التأهيلي :

قام الباحثان بأعداد تمارين تأهيلية بأجهزة :

1-جهاز الكرايوثرابي

2- دايمناك

3-فاردك

كذلك تمارين بدنية متنوعة وتمارين تخصصية كما في ملحق (1) وتم برمجة هذه التمارين ببرنامج تأهيلي لمدة ثلاث اشهر وبواقع وحدتين علاجية وتأهيلي وباعتماد قابلية المصاب على الاداء والتكرارات المطلوبة مع مراعاة الراحة وتم البدء بالتمارين بتاريخ 2023/12/5 وانتهت بتاريخ 2024/2/27.

3-8-3 القياسات والاختبارات البعيدة. اجريت بتاريخ 2024/2/28

3-9 الوسائل الاحصائية : استخدم نظام spss لإيجاد الوسائل الاتية

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية القبلية والبعيدة وقيم (T) المحتسبة والجدولية في اختبارات القدرات البدنية لعينة البحث

الاختبارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الخطأ القياسي	قيمة T	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	عدد	6.7	0.45	8.45	0.67	0.55	3.155	معنوي
مطاولة القوة لعضلات الرجلين	عدد	27.42	0.75	30.4	0.89	0.74	4.03	معنوي

قيمة (T) الجدولية عند درجة حرية (7) واحتمال خطأ (0.05) = 1.89

من خلال عرض جدول (2) للاختبارات والقياسات في متغيرات القوة المميزة بالسرعة ومطاولة القوة والتي تبين لنا هنا تطور في القياسات التتابعية اي ان التمارين الموضوعة ووسائل المساعدة ساعدت المصابين على الاحتفاظ والتحسين بمستواهم خلال فترة الإصابة اذ ترى (S. K. Muhammad, 1990) "الرياضة العلاجية تعطي تأثيرا ايجابيا ويمكن استخدامها في مئات الحالات حيث تستعمل في علاج الامراض الداخلية والعصبية والجراحية والاصابات وغيرها" وقد عمل الباحثان منهج علاجي يحتوي على حمل بدني مقنن ساعد على التدرج بالحمل والتطور وهذا ما يتفق مع (Abu El-Ela, 1996) "يؤدي استخدام حمل التدريب بصورة صحيحة وسليمة الى انجاح عملية التدريب وبذلك يرتفع مستوى الاداء وتحقق النتائج المرجوة"

بينما يؤكد (Sadiq, 2007) "إن من الأسس التي تسهم في تطور الافراد وتحسين صفاتهم البدنية هو التدرج في الشدة وما يصاحبها من متغيرات منسجمة بين التركيز والحمل الخارجي"

كما اتفق الباحثان في عملها للبرنامج العلاجي التطوري مع (Othman, 1990) اذ يشير الى "انه يجب ان يتمكن المدرب من النجاح في وضعه للمنهج التدريبي الذي يراعي فيه مكونات الحمل المستخدم ومدى مناسبته للهدف الموضوع من اجله المنهاج وان استخدام حمل التدريب المقنن والمبني على اسس علمية والذي يتناسب مع كفاءة اللاعبين وامكانياته يؤدي الى الارتقاء بالمستوى الرياضي".

وقد راعي الباحثان الوسائل العلاج الطبيعي التي تعمل على تأهيل وتحسين الجانب العضلي للمفصل والمدى الحركي والذي يخضعه في ممارسة نشاطه بدون معوقات وهذا يعتمد على التخطيطي العلاجي التدريبي الصحيح وهذا ما يوضحه يوضح سلامة المنهج البدني وهذا يتفق مع (H. A. Muhammad, 1986) إذ "يعتبر التخطيط بالنسبة

لعمليات التدريب الرياضي من الأسس الهامة لضمان رفع المستوى الرياضي كما إن العناية بحسن اختيار انواع التمرينات المستخدمة على كاهل الفرد الرياضي تحقق رفع المستوى الرياضي"

اما الجانب البدني وتمثلت بالقوة العضلية من ناحية القوة المميزة بالسرعة وتحمل القوة والرشاقة في ايضا شملت التحسن والتطور نحو الافضل اثناء التمرينات التأهيلية وكما يراه (Abdul Jawad, 2013)" ان التمرينات التأهيلية مان أفضل وسائل العلاج والتأهيل البدني الآمنة لما لها من أثر هام في زيادة المدى الحركي "

وترى (Farak, 2012) تنمية القوة العضلية من خلال التمرينات تؤدي الى زيادة الكتلة العضلية وتقوية الانسجة الضامة وتحسين تركيب العظم"

" ان التمرينات التأهيلية تهدف الى اعادة التأهيل الرياضي الى تعويض الفرد عما فقده من عناصر اللياقة البدنية والوصول به الى المستوى الاقصى لحالته الطبيعية" (Hafez, 2021)

5- الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات :

1- المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية ساعد في تحسين وتطوير نواع القوة العضلية للاعبين كرة القدم .

2- التمرينات التأهيلية وباستخدام التنوع من اجهزة وتمرينات تخصصية ساعدت في تقليل الضمور العضلي ورفع مستوى القوة بأنواعها المميزة بالسرعة ومطاوله القوة.

2-5 التوصيات :

1- اعتماد المنهج التأهيلي لإصابة التمزق الجزئي للعضلة الفخذية المتسعة الانسية لأنه يساعد في تحسين وتطوير نواع القوة العضلية للاعبين كرة القدم .

2- التأكيد على الاستعانة بالتمرينات التأهيلية وباستخدام التنوع من اجهزة وتمرينات تخصصية وذلك لتقليل الضمور العضلي ورفع مستوى القوة بأنواعها المميزة بالسرعة ومطاوله القوة.

الشكر والتقدير

اتقدم بالشكر والتقدير الى كل من مد يد العون لي في اتمام هذا البحث من كادر مساعد ومن الكادر الطبي والعينة المصابة لتحملهم عناء تطبيق المنهج وكذلك المركز الصحي للسماح لي بتطبيق التمرينات والمنهج

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

اصاله ياسين خضير <https://orcid.org/0009-0007-5879-4754>

References

- Abdul Jawad, A. B. S. (2013). *Modern Readings in Sports Injuries – Rehabilitation and Treatment Programs* (p. 86). Mahi Publishing and Distribution House.
- Abu El-Ela, A. F. (1996). *Load training and athlete health*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Arak, M. M. (2007). *Evaluation of some physical abilities, skill and physiological capabilities according to different physical classifications of football players* [Published doctoral thesis]. University of Babylon.
- Attia, A. A. S. (2016). *Sports Injuries* (1st ed, p. 14). Modern Book Center.
- Bastawisi, A. (1999). *Foundations and theories of sports training* (p. 30). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Farag, N. M. (2012). *The effect of using some Pilates exercises on the health-related components of physical fitness for female students of the Faculty of Physical Education* [Mansoura, unpublished master's thesis]. Mansoura University.
- Gokal, B. A. (2009). *Principles and basics of sports medicine* (2nd edition, p. 113).
- Hafez, D. R. L. A. S. M. (2021). The effect of rehabilitation exercises using dead sea salts dissolved in hot water tub in the rehabilitation of the injury of partial rupture of the calcaneofibular ligament and relieve the degree of pain in the ankle joint. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 68.
- 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>
- Khayun, Z. N., Dakhel, R. L., & Abdul-Ridha, A. A. (2022). A study of the reality of sports injuries for players of Premier League football clubs. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 113–127. <https://www.iasj.net/iasj/article/240137>
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- Mohammed, M. G., & Mashkoor, N. H. (2006). The arch of the foot and its relationship to self-control and performance level on the balance beam. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19.
- Muhammad, H. A. (1986). *Science of Sports Training*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Muhammad, S. K. (1990). *Therapeutic Sports* (p. 60). Dar Al-Hikma Press.

Othman, M. (1990). Encyclopedia of athletics. *Training of Arbitration Education, I, 1.*

Sadiq, D. (2007). *The effect of different load formations in the small training circuit on some functional, physical and skill variables in football* [Master's thesis]. University of Basra.

ملحق (1)

التمرينات التأهيلية ونموذج من الوحدات التدريبية

اولا : التمرينات والاجهزة المستخدمة في الاسبوعين الاول والثاني :

1-جهاز الكرايوثيرابي

2- دايمناك

3-فارادك

ثانيا : التمرينات البدنية والتأهيلية العامة

ت	شرح التمرين	صورة توضيحية	الملاحظات
1	من وضع الوقوف ثني الركبة (سكوات) على لوح خشبي مائل		
2	شوتتك امامي : الجلوس على الجهاز مع رفع القدم المصابة ومدّها للأمام وارجاعها لوضعها الطبيعي		
3	من الوقوف والمسافة بين الرجلين اكبر من منكبين الكتف وسحب الرجل المصابة باستخدام حبل مطاط للداخل		
4	من وضع الجلوس ع الركبة والرجل المصابة بزاوية 90 درجة ثني الركبة حيث تسحب الرجل الى الداخل (يثبت المطاط بالسريير والطرف الاخر حول الفخذ قريب من الركبة)		
5	من وضع الاستلقاء وضع رول فوم تحت الرجل مع ضغط الرجل باتجاه السريير لأداء التقلص الثابت لعضلات		

برمجة التمرينات

اولا : برمجة التمرينات بالأجهزة

الاسبوع : الاول ، الثاني

الايام : الاحد ، الثلاثاء ، الخميس

الزمن الكلي: 51 - 52 دقيقة

زمن الكلي	زمن الراحة		عدد التكرارات	زمن الاداء	رقم التمرين
	بين المجاميع	بين التكرارات			
7 د	1 د	1 د	1	5 د	الكرايوثيرابي
12 د	1 د	1 د	1	10د	دايمناك
12 د	1 د	1 د	1	10د	فارادك
12 د	1د	1د	1	10 د	تينس

ثانيا : برمجة التمرينات البننية والتأهيلية العامة

الاسبوع : الثالث الرابع

الايام : الاحد ،الثلاثاء ، الخميس

الزمن الكلي: 52-54 دقيقة

الزمن الكلي	زمن الراحة		المجموعات	تكرار الاداء	زمن الاداء	رقم التمرين
	بين المجاميع	بين التكرارات				
15.23 د	1 د	30 ثا	2	10	40 ثا	1
11.5 د	1 د	30 ثا	2	10	30 ثا	2
11.5 د	1 د	30 ثا	2	10	30 ثا	3
15.23 د	1 د	30 ثا	2	10	40 ثا	4



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The extent of the possibility of applying artificial intelligence in the faculties and departments of physical education in Palestinian universities

Motasem kamel Mustafa abualia 
"Palestine Technical University "Khadouri

Article information

Article history:

Received 16/12/2024

Accepted 6/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Artificial intelligence; Teaching;

Physical education; Palestinian universities



website

Abstract

The aim of the research was to identify the extent to which artificial intelligence can be applied in faculties and departments of physical education in Palestinian universities from the point of view of faculty members. The researcher used the descriptive analytical approach. The study was conducted on a simple random stratified sample consisting of (40) male and female lecturers, representing (50%) of the study population. To collect data, the researcher used the Quralah scale (2022) to measure the extent to which artificial intelligence can be employed, which included (40) paragraphs distributed over four axes. The results of the study showed that the uses of artificial intelligence in Palestinian universities and colleges, especially in faculties and departments of physical education, have become an urgent and important topic, as the study sample showed average responses in this regard. The researcher recommends the necessity of holding training courses for faculty members in faculties and departments of physical education on the use of artificial intelligence techniques in university education. Keywords: Artificial intelligence; Education; Physical education; Palestinian universities.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية

فادية عبد الحسين كاظم¹  

جامعة فلسطين التقنية "خضوري"

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/12/16

القبول: 2025/1/6

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

الذكاء الاصطناعي؛ التعليم؛ التربية الرياضية؛
الجامعات الفلسطينية

المخلص

هدف البحث للتعرف إلى مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية، استعمل الباحث المنهج الوصفي التحليلي. أجريت الدراسة على عينة طبقية عشوائية بسيطة مكونة من (40) محاضرًا ومحاضرة، يمثلون (50%) من مجتمع الدراسة. لجمع البيانات، استعمل الباحث مقياس القرالة (2022) لقياس مدى إمكانية توظيف الذكاء الاصطناعي، والذي تضمن (40) فقرة موزعة على أربعة محاور. وأظهر نتائج الدراسة ان استخدامات الذكاء الاصطناعي في الجامعات الفلسطينية وكلياتها وخاصة في كليات وأقسام التربية الرياضية أصبح موضوع ملح ومهم حيث أظهرت عينة الدراسة استجابات متوسطة في ذلك، ويوصي الباحث بضرورة عقد دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس في كليات وأقسام التربية الرياضية حول استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في التعليم الجامعي.

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

نظرا للتطور السريع الذي يشهده العالم، وازدياد حجم البيانات بشكل غير مسبوق، برز الذكاء الاصطناعي كواحد من أهم التقنيات التي ساهمت بشكل كبير في تعزيز النمو والتقدم في مختلف المجالات. ويشير تاريخ ظهور الذكاء الاصطناعي إلى خمسينيات القرن العشرين (Borgen, 2016)، حيث شكل بداية لعصر جديد من الابتكار التكنولوجي الذي تأثر بوضوح بالتغيرات السريعة التي حدثت خلال العقود الأخيرة. وقد انعكست هذه التطورات على حياة الأفراد وثقافتهم، سواء بشكل إيجابي أو سلبي. فقد أشار (Abualia, 2022) إلى أن تطوير عملية التعليم وتحقيق الجودة يتطلب التعديل والتغيير في العديد من الأهداف، فلن يتم بناء إنسان قادراً على الاستجابة لتحديات العصر المختلفة لأبد من الاهتمام بالكيف لا الكم. وفي هذا السياق، أوضح (Ghanem, 2020) أن الثورة العلمية والصناعية أسفرت عن ظهور تطبيقات متعددة، كان أبرزها الذكاء الاصطناعي. ويُعتبر الذكاء الاصطناعي من أبرز تحديات العصر الحديث، حيث أصبح جزءاً أساسياً في مختلف جوانب الحياة، بدءاً من الأجهزة الإلكترونية البسيطة مثل الحواسيب، وصولاً إلى الروبوتات المتقدمة، فقد ساهم الذكاء الاصطناعي في تحسين كافة المجالات، بما في ذلك الإنسانية، والاجتماعية، والتقنية، والعلمية. ووفقاً لما ذكره (Musa & Bilal, 2019) فإن الذكاء الاصطناعي يمثل نظاماً علمياً يعتمد على تصنيع الأجهزة الذكية وهندستها. (Hamad et al., 2024)

حيث أكد (Goksel & Bozkurt, 2019) أن الذكاء الاصطناعي بات تدريجياً عنصراً محورياً في الابتكار الاجتماعي، حيث يلعب دوراً رئيسياً في تحسين الإنتاجية والأعمال التجارية والصحة والنقل، إلى جانب مساهماته الواضحة في مجال التعليم. وقد شددت قمة الاتحاد الأوروبي المنعقدة في جوتنبيرغ بالسويد عام 2017 على أهمية الذكاء الاصطناعي في العملية التربوية (Ilkka, 2018)

وفي مجال التعليم، أظهرت الدراسات أن الذكاء الاصطناعي يقدم ميزات متعددة لكل من المعلمين والمعلمات والطلاب، حيث أشار (Malik et al., 2019) إلى أنه ساهم في تعزيز كفاءة العملية التعليمية. كما أكد (Florea & Radu, 2019) أن الذكاء الاصطناعي يعتبر ثورة تقنية تؤثر بشكل كبير على مختلف المجالات ومنها التعليم، ويساعد المدرسين في تحسين عمليات وطرق التدريس. كما ويعزز عمليات التعلم والتعليم (Hinojo-Lucena et al., 2019) ويؤكد (Mu, 2019) أن التكامل العميق بين الذكاء الاصطناعي والتعليم يمثل جوهر الابتكار التعليمي، حيث يجعل التعليم والإدارة أكثر ذكاءً وكفاءة.

وعلى مستوى المؤسسات، لوحظ تحول كبير من النظم الإدارية التقليدية إلى النظم الحديثة التي تعتمد على تقنيات الذكاء الاصطناعي. وقد ساعدت هذه التحولات في رفع كفاءة أداء المؤسسات، بما في ذلك الجامعات، وفقاً لما ذكره (Luo, 2018) كما ويبيّن (Nadimpalli, 2017) أن استخدام الذكاء الاصطناعي في الجامعات يساهم في تحسين أداء الموظفين في مختلف الأقسام والفروع.

وتعد كليات التربية الرياضية من بين المؤسسات التي ينبغي أن تواكب التطورات التكنولوجية المتسارعة في مجال الذكاء الاصطناعي. فمنذ انطلاقة ثورة الذكاء الاصطناعي، انتشرت تطبيقاته بشكل واسع في القطاع الرياضي، وأثبتت هذه التقنيات فاعليتها في تحسين أداء الرياضيين من خلال تحليل بياناتهم بدقة، حيث أشار (Nasief, 2024) إلى ضرورة الاهتمام بالرياضة من جميع الجوانب. إضافة إلى تطوير برامج تدريبية ذكية لتقييم الأداء وتصميم تدريبات مخصصة وفقاً لقدرات كل لاعب (AL- Mula, 2022) كما أشار (Araújo et al., 2021) إلى أن الذكاء الاصطناعي قدّم وسائل مبتكرة لتحليل الأداء الرياضي، مما يجعله أداة قيمة للأكاديميين والممارسين في مجالات التدريب والتحليل وعلوم الرياضة.

كما أن الذكاء الاصطناعي يلعب دورًا مهمًا في التنبؤ بالإصابات التي يتعرض لها الرياضيون، وإمكانية الوقاية من حدوثها، كما أنه يتم استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في العديد من البطولات الرياضية لتحديد قواعد البطولة، ومراجعة المحادثات المغلقة بين الحكام، الأمر الذي يساعد في تطبيق قواعد اللعبة و البطولة، واستخدام هذه المعلومات في اتخاذ قرارات بشأن استراتيجيات تحكيم اللعبة (Bittencourt et al., 2016) (Oudah et al., 2024)

وتكمن أهمية هذا البحث من كونه يعالج موضوعًا حديثًا ومتجددًا يتمثل في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية، وهو مجال يجمع بين التكنولوجيا المتقدمة والتطوير الأكاديمي في التربية الرياضية، حيث يسهم البحث في سد الفجوة المعرفية حول دمج الذكاء الاصطناعي في مجال التربية الرياضية، مما يفتح آفاقًا جديدة أمام الباحثين لدراسة تأثير هذه التقنيات على التعليم والتدريب، كما ويضيف إلى الأدبيات التربوية دراسة موجهة نحو الجامعات الفلسطينية، مما يعزز المعرفة المحلية في هذا المجال.

1-2 مشكلة البحث

نظرًا لتطور الوتيرة التي تشهدها تطبيقات الذكاء الاصطناعي والتطور السريع جدًا في المجال الرياضي في الآونة الأخيرة، لفتت تطبيقات الذكاء الاصطناعي أنظار الجماهير والمشاهدين والمتابعين للرياضة والأكاديميين في المدارس والجامعات، وأصبحت دول العالم كافة تولي اهتمام خاص و تشجع وتدعم وتقدم الجوائز من خلال المؤتمرات الخاصة في تطبيقات الذكاء الاصطناعي، حيث أنه لم يعد من المقبول أن تتأخر كليات وأقسام التربية الرياضية على اختلاف مستوياتها ووظائفها عن مواكبة التطور العالمي في العملية التعليمية من خلال توظيف تقنيات الذكاء الاصطناعي في التعليم الجامعي لكليات وأقسام التربية الرياضية، وذلك لما يقدمه الذكاء الاصطناعي من إثراء للمحتوى التعليمي، ويؤثر ويغير في نماذج التعليم التقليدية من خلال الانظمة التكنولوجية . وهذا ما أشار إليه (Lee & Lee, 2021) أن الذكاء الاصطناعي لديه القدرة على تحسين إمكانية التعليم للمتعلمين، وإعادة بناء التعليم، وتعزيز التطوير المستمر.

ومن خلال الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت موضوع تطبيقات الذكاء الاصطناعي اتضح -على حد علم الباحث- ندرة وجود دراسات تناولت مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية.

1-3 أهداف البحث

1- التعرف على مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية.

2- التعرف على الفروق في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تبعًا لمتغير (النوع الاجتماعي).

3- التعرف على الفروق في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تبعًا لمتغير (الخبرة في التدريس).

1-4 تساؤلات البحث

1- ما مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية؟

2- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تعزى إلى متغير (النوع الاجتماعي)؟

3- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في مدى امكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تعزى إلى متغير (الخبرة في التدريس)؟

5-1 مجالات البحث

المجال الزمني: أجريت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الأكاديمي (2024- 2025 م) في الفترة الواقعة بين (9/ 10/2024 لغاية 2024/12/10).

المجال البشري: أعضاء الهيئة التدريسية المتفرعين في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية.
المجال المكاني: أقسام وكليات التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية.

2-إجراءات البحث

1-2 منهج الدراسة:

قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي التحليلي ليتناسب مع طبيعة البحث.

2-2 مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع المحاضرين والمحاضرات في كليات وأقسام علوم الرياضة في الضفة الغربية - فلسطين والبالغ عددهم ما يقارب (80) محاضراً ومحاضرة من العام الأكاديمي 2024- 2025 م، حيث أجريت الدراسة على عينة طبقية- عشوائية قوامها (40) محاضر ومحاضرة والتي تمثل ما نسبته (50%) من مجتمع البحث، والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة البحث وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والخبرة في التدريس.

الجدول (1)

توزيع أفراد عينة البحث وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والخبرة في التدريس (ن = 40).

المتغيرات المستقلة	مستوى المتغير	العدد	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	محاضر	33	82.5
	محاضرة	7	17.5
	المجموع	40	100%
الخبرة في التدريس	أقل من 5 سنوات	6	15.0
	5-10 سنوات	8	20.0
	أكثر من 10 سنوات	26	65.0
	المجموع	40	100%

2-2 أداة البحث

استعمل الباحث مقياس (Al-Qaralleh, 2022) لقياس مدى امكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية، وتم التأكد من تحقيق شروطه العلمية ليكون مناسباً للتطبيق في البيئة الفلسطينية، حيث تكون من (40) فقرة موزعة على أربعة محاور وهي:

- محور المستوى المعرفي والمهاري ويشتمل على الفقرات (1- 10) وعدد فقراته (10).
- محور الاستخدام ويشتمل على الفقرات (11- 21) وعدد فقراته (11).
- محور الإمكانيات ويشتمل على الفقرات (22- 32) وعدد فقراته (11).
- محور المنهاج ويشتمل على الفقرات (33- 40) وعدد فقراته (8).

وتكون سلم الاستجابة على الفقرات من (5) استجابات وفق سلم ليكرت الخماسي وهي: (5) درجة مرتفعة جداً، (4) درجة مرتفعة (3) درجة متوسطة، (2) درجة منخفضة، (1) درجة منخفضة جداً، وكانت الاستجابة معكوسة في الفقرة السلبية (40).

2-3-1 صدق أداة البحث:

قام الباحث باستخدام صدق المحتوى وذلك بعرض اداة البحث على مجموعة من أصحاب الاختصاص وأشاروا الى تحقيق أداة البحث ما وضعت لأجله في البيئة الفلسطينية وتقي بالغرض والملحق رقم (1) يبين أسماء المحكمين.

2-3-2 ثبات أداة البحث:

للتأكد من ثبات أداة البحث قام الباحث باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) للاتساق الداخلي بين الفقرات والمجالات والدرجة الكلية للأداة وذلك لاستخراج قيم معامل الثبات على أفراد عينة الدراسة، ونتائج الجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

ثبات أداة الدراسة (ن=40).

رقم المحور	المحاور	عدد الفقرات	كرونباخ الفا
1	المستوى المعرفي والمهاري	10	0.76
2	الاستخدام	11	0.87
3	الإمكانيات	11	0.83
4	المنهاج	8	0.73
	الأداة ككل	40	0.81

يتضح من نتائج الجدول (2) أن قيم معامل كرونباخ ألفا لمحاور أداة البحث تراوحت ما بين (0.73-0.87) كما بلغت قيمته على الأداة ككل (0.81) وتظهر هذه القيم أن أداة البحث على درجة عالية من الثبات والدقة وصالحة للتطبيق في البيئة الفلسطينية وتقي لأغراض الدراسة.

2-4 الدراسة الأساسية

قام الباحث بتطبيق مقياس مدى امكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية على أعضاء الهيئة التدريسية.

2-5 الأساليب الإحصائية:

بعد جمع البيانات وترميزها وادخالها تم معالجتها باستخدام برنامج SPSS النسخة (26)

3- عرض ومناقشة النتائج**3-1 عرض نتائج التساؤل الأول ومناقشته**

ما مدى امكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية؟

وللإجابة عن هذا التساؤل الأول تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحديد درجة الاستجابة ووفقا للتصنيف الآتي: (1.80) فأقل درجة منخفضة جدا، (1.81- 2.60) درجة منخفضة، (2.61- 3.40) درجة متوسطة، (3.41- 4.20) درجة مرتفعة، أكبر من (4.20) درجة مرتفعة جدا.

الجدول (3)

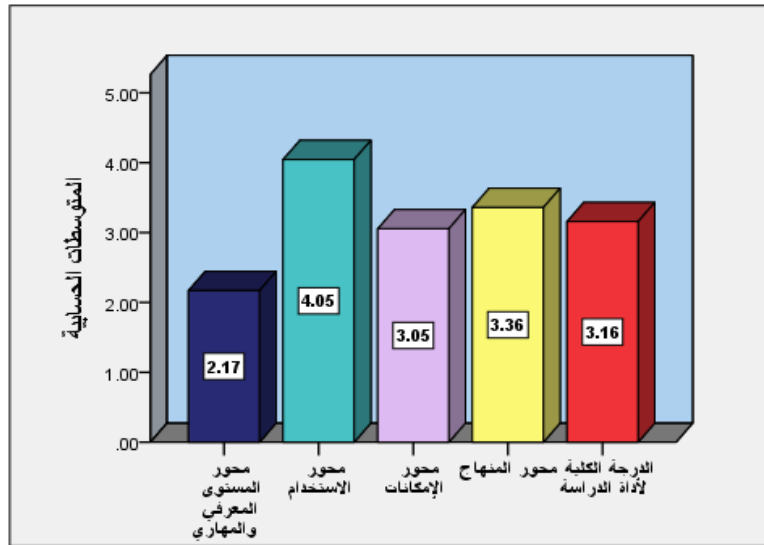
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمحاور وللدرجة الكلية لمدى امكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية (ن= 40).

رقم المحور	المحاور	المتوسط الحسابي*	الانحراف المعياري	الدرجة	الترتيب
1	المستوى المعرفي والمهاري	2.17	0.28	منخفضة	الرابع

2	الاستخدام	4.05	0.48	مرتفعة	الأول
3	الإمكانات	3.05	0.62	متوسطة	الثالث
4	المنهاج	3.36	0.45	متوسطة	الثاني
	الدرجة الكلية لأداة البحث	3.16	0.28	متوسطة	

• أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

يتضح من نتائج الجدول رقم (3) أن الدرجة الكلية لمدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية كانت متوسطة وبمتوسط حسابي قدره (3.16)، كما كانت درجة الاستجابة منخفضة على محور المستوى المعرفي والمهاري وبمتوسط حسابي قدره (2.17)، كما كانت درجة الاستجابة متوسطة على محوري الإمكانات والمنهاج وبمتوسط حسابي على التوالي (3.05، 3.36)، بينما كانت أعلى استجابة على محور الاستخدام وبمتوسط حسابي قدره (4.05)، والشكل (1) يبين ذلك.



الشكل (1): المتوسطات الحسابية للمحاور وللدرجة الكلية لإمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية.

أظهرت نتائج الدراسة أن إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية كانت بمستوى متوسط بشكل عام، مع تفاوت ملحوظ بين محاور الدراسة. فقد كانت درجة الاستجابة على محور المستوى المعرفي والمهاري منخفضة، ويعزو الباحث هذه النتائج إلى وجود اهتمام مبدئي واستعداد محدود لتطبيق الذكاء الاصطناعي من قبل أعضاء الهيئة التدريسية في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية، إلا أن هذا الاهتمام والاستعداد لم يصل بعد إلى مستوى متقدم، حيث تشير النتائج على محور المستوى المعرفي والمهاري إلى ضعف في امتلاك المهارات والمعرفة اللازمة لتوظيف الذكاء الاصطناعي وذلك بسبب قلة أو ندرة المتخصصين في مجال الذكاء الاصطناعي الرياضي كي يقوموا بنقل خبراتهم ومهاراتهم لأعضاء الهيئات التدريسية والتي بالإمكان نقلها لهم من خلال عقد الدورات اللازمة بالمجال، وهو ما يتطلب جهوداً موجهة لتطوير قدرات الكوادر من خلال برامج تدريبية وورش عمل متخصصة، وقد انتقلت نتائج هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (Al-Muqetee, 2021) ودراسة (Joshi et al., 2021) ودراسة (Abdullah, 2024) ودراسة (Ameer & Abdel Hamid, 2023) والتي أكدت أنه يوجد ندرة ونقص في الكوادر المؤهلين و المدرسين على استخدام الذكاء الاصطناعي، بينما اختلفت مع دراسة ((Al-Qaralleh, 2022) ودراسة (Khalaf, 2023) ودراسة (Al-Hwayan, 2024) أما محور الإمكانات، فقد حقق استجابة متوسطة، ما يعكس توفر بعض الموارد التقنية والاجهزة

والمختبرات الحاسوبية المخصصة للتطوير البرمجي الذي يتماشى ويتوافق مع الذكاء الاصطناعي وتقنياته ولكنها قد تكون غير كافية أو غير مستغلة بشكل فعال لدعم تطبيقات الذكاء الاصطناعي، كما أن اهتمام الجامعات الفلسطينية ودعمها المادي والمخصص للبحث العلمي لتطبيقات الذكاء الاصطناعي مازال لا يفي بالغرض المطلوب، وهذا يبرز ويؤكد على الحاجة الماسة لتعزيز البنية التحتية وتوفير الأدوات المناسبة لتهيئة بيئة تعليمية متكاملة وهذا ما أكد عليه كل من (AI-Dariwish, 2020) و (Mohammed et al., 2021) و (AI-Qaralleh, 2022)

وفيما يتعلق بمحور المناهج، جاءت الاستجابة أيضًا بمستوى متوسط، مما يشير إلى محاولات أولية، لإدماج الذكاء الاصطناعي وادخاله ضمن العملية التعليمية وذلك لإدراكهم لقيمة تقنيات الذكاء الاصطناعي، لكنها بحاجة إلى مزيد من التطوير لتواكب التطورات التكنولوجية المتسارعة، حيث أشار (Odeh et al., 2024) الى أن ادخال الذكاء الاصطناعي في مناهج التربية البدنية لديه القدرة على احداث ثورة وتطور في هذا المجال وتحسين تجربة عملية التعلم للطلاب، وهذا يتفق مع ما أشارت اليه دراسة (Florea & Radu, 2019) حيث أشارت الى قدرة الذكاء الاصطناعي على تحسين جودة التدريس وتوفير بيئة تعليمية ملائمة. فيما أشارت نتائج دراسة (AL-Shaer, 2024) الى انخفاض تضمين تطبيقات الذكاء الاصطناعي في مناهج التربية الرياضية. وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (AI-Qaralleh, 2022) وهذا ما أكد عليه (Yang et al., 2017) حيث أشار أن تطبيقات الذكاء الاصطناعي وسيلة للتعلم بشكل عام والتربية بشكل خاص وأن التعلم في وسائل الذكاء الاصطناعي كان ذا فاعلية على عملية التعليم بشكل عام وتعليم التربية الرياضية بشكل خاص، بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (AL-Shaer, 2024)

على النقيض، حقق محور الاستخدام أعلى درجة استجابة، مما يعكس وجود اهتمام كبير واستعداد واضح لدى أعضاء الهيئة التدريسية والطلبة لتبني تقنيات الذكاء الاصطناعي في العملية التعليمية واستخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في العملية التدريسية. هذا الحماس يشكل فرصة واعدة يمكن البناء عليها، شريطة تقادي المعوقات التي تحول دون تحقيق الأهداف والتغلب على التحديات المرتبطة بالمستوى المعرفي والمهاري وتعزيز الإمكانيات وتطوير المناهج لتحقيق تطبيق شامل وفعال للذكاء الاصطناعي، وهذه النتيجة اتفقت مع دراسة (AI-Qaralleh, 2022)، بينما اختلفت مع دراسة (AI-Dariwish, 2020)

3-2 عرض نتائج التساؤل الثاني ومناقشته

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مدى امكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي؟
للإجابة عن التساؤل الثاني قام الباحث باستخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent t- test) لتحديد الفروق تبعا لمتغير النوع الاجتماعي ونتائج الجدول رقم (4) تبين ذلك.

الجدول (4)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في المحاور والدرجة الكلية لمدى امكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تبعا لمتغير النوع الاجتماعي (ن = 40).

المتغيرات التابعة	النوع الاجتماعي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة*
المستوى المعرفي والمهاري	محاضر	33	2.16	0.31	0.59-	0.560
	محاضرة	7	2.23	0.14		
الاستخدام	محاضر	33	4.09	0.49	1.29	0.205
	محاضرة	7	3.83	0.46		

0.331	0.99	0.65	3.10	33	محاضر	الإمكانات
		0.46	2.84	7	محاضرة	
0.425	0.81	0.49	3.39	33	محاضر	المنهاج
		0.26	3.23	7	محاضرة	
0.206	1.29	0.30	3.18	33	محاضر	الدرجة الكلية لأداة البحث
		0.16	3.03	7	محاضرة	

*فروق دالة إحصائية عن مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من نتائج الجدول رقم (4) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي ويعزو الباحث ذلك إلى أن أعضاء الهيئة التدريسية على حد سواء ذكورا وإناثا يخضعون لنفس الدورات التدريبية تقريبا كما أنه المناهج واحدة، بالتالي فهم يمتلكون نفس الدرجة من الكفاءة والمعرفة والمهارة في عملية تطبيق تقنيات الذكاء الاصطناعي وإن ما يملكوه من معرفة ومهارة ولو كانت بسيطة فقد اكتسبوها من خلال جهودهم الخاصة بهذا المجال. واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (Tayyem et al., 2022).

3-3 عرض نتائج التساؤل الثالث ومناقشته

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تعزى إلى متغير الخبرة في التدريس؟
للإجابة عن التساؤل الثالث قام الباحث باستخدام تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA)، ونتائج الجدولين (5)، (6) تبين ذلك.

الجدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمحاور والدرجة الكلية لمدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تبعا لمتغير الخبرة في التدريس (ن = 40).

المتغيرات التابعة	الخبرة في التدريس	العدد	المتوسط الحسابي*	الانحراف المعياري
المستوى المعرفي والمهاري	أقل من 5 سنوات	6	2.20	0.14
	5-10 سنوات	8	2.21	0.19
	أكثر من 10 سنوات	26	2.15	0.34
الاستخدام	أقل من 5 سنوات	6	3.73	0.59
	5-10 سنوات	8	4.18	0.57
	أكثر من 10 سنوات	26	4.08	0.42
الإمكانات	أقل من 5 سنوات	6	2.92	0.55
	5-10 سنوات	8	2.85	0.57
	أكثر من 10 سنوات	26	3.15	0.65
المنهاج	أقل من 5 سنوات	6	3.19	0.56
	5-10 سنوات	8	3.42	0.59
	أكثر من 10 سنوات	26	3.38	0.40
الدرجة الكلية لأداة البحث	أقل من 5 سنوات	6	3.01	0.32
	5-10 سنوات	8	3.17	0.37
	أكثر من 10 سنوات	26	3.19	0.24

*أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

الجدول رقم (6)

نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية تبعاً لمتغير الخبرة في التدريس (ن = 40).

المتغيرات التابعة	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة*
المستوى المعرفي والمهاري	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	0.03 3.19 3.22	2 37 39	0.02 0.09	0.175	0.840
الاستخدام	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	0.78 8.51 9.29	2 37 39	0.39 0.23	1.70	0.197
الإمكانات	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	0.65 14.42 15.07	2 37 39	0.33 0.39	0.84	0.442
المنهاج	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	0.22 7.94 8.16	2 37 39	0.11 0.22	0.51	0.604
الدرجة الكلية لأداة البحث	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	0.15 2.94 3.09	2 37 39	0.08 0.07	0.99	0.383

*فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.108 ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من نتائج الجدول رقم (6) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مدى إمكانية تطبيق الذكاء الاصطناعي في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية تعزى لمتغير الخبرة التدريسية ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن موضوع ومجال الذكاء الاصطناعي في الرياضة الفلسطينية مازال حديث النشأة والمعرفة، كما أن جميع أعضاء الهيئة التدريسية في كليات وأقسام التربية الرياضية يعيشون نفس ظروف المعيشة بغض النظر عن خبرتهم في مجال التعليم الجامعي، كما أنهم يطمحون ولديهم الرغبة لتحقيق نفس الواقع، ولديهم التوجه والميول لتطبيق تقنيات الذكاء الاصطناعي في الرياضة الجامعية وذلك لإدراكهم مدى أهمية الذكاء الاصطناعي في تطوير علوم الرياضة بمختلف فروعها وأقسامها، ومجالاتها إلا أن هناك بعض المعوقات المتعلقة بالمتغيرات السابقة بالدراسة التي مازالت تحول دون تطبيق تقنيات الذكاء الاصطناعي في المجال الرياضي بشكل واسع، واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (Al- Hwayan, 2024) ودراسة (Khalaf, 2023) ودراسة (Al-Muqeeti, 2021) في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير سنوات الخبرة .

الاستنتاجات:

- أن استخدامات الذكاء الاصطناعي في الجامعات الفلسطينية وكلياتها وخاصة في كليات وأقسام التربية الرياضية أصبح موضوع ملح ومهم حيث أظهرت عينة الدراسة استجابات متوسطة في ذلك.

- موضوع الذكاء الاصطناعي حيوي وقد يكون حديث الاستخدام في كليات وأقسام التربية الرياضية الفلسطينية وبالتالي لم يظهر تأثير في متغيرات النوع الاجتماعي والخبرة في التدريس.

التوصيات:

- 1- عقد دورات تدريبية لأعضاء الهيئة التدريسية بكليات وأقسام التربية الرياضية بخصوص استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في التعليم لجامعي.
- 2- ضرورة دعم الميزانية المخصصة للبحث العلمي لتطبيقات الذكاء الاصطناعي في مجالات علوم الرياضة.
- 3- تضمين المقررات الدراسية موضوع الذكاء الاصطناعي.
- 4- اجراء دراسات مشابهة على طلبة كليات واقسام التربية الرياضية للتعرف الى درجة معرفتهم بتقنيات الذكاء الاصطناعي.

الشكر والتقدير

كل الشكر لعينة الدراسة أعضاء الهيئة التدريسية في كليات وأقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية، وأيضا لإدارة جامعة فلسطين التقنية - خضوري وعمادة البحث العلمي على دعمها المالي والمعنوي.

تضارب المصالح

يعلن المؤلف أنه لا يوجد أي تضارب في المصالح.

معتصم كامل مصطفى <https://orcid.org/0000-0002-1485-5224>

References

- Abdullah, A. J. A. (2024). Obstacles to the application of artificial intelligence systems in colleges of physical education and sports sciences in Iraq. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.815>
- Abualia, M. (2022). Academic Optimism and Its Relationship to Learning Motivation among Physical Education Students at Palestine Technical University–Kadoorie. *Palestine Technical University Research Journal*, 10(3), 46–60.
- Al– Hwayan, E. (2024). *Challenges of applying artificial intelligence systems in the faculties of sports Science in jordanian universities from the viewpoint of faculty members* [Dissert Educational Sciences].
- AL– Mula, f. (2022). Artificial intelligence in the sports field: Excellence for Sports Consulting. *Al–Ayam Journal*.
- Al–Dariwish, A. bin A. (2020). The degree of e–Learning utilization by faculty members at king saud university from the perspective of graduate students and alumni. *Journal of the Association of Arab Universities for Higher Education Research*, 40(2).
- Al–Muqeeti, S. (2021). The reality of employing artificial intelligence and its relationship to the quality of performance of jordanian universities from the faculty’s perspectives. *Association of Universities Journal for Research in Higher Education*, 42(2), 337–358.
- Al–Qaralleh, F. (2022). *The extent of the possibilities of applying artificial intelligence in physical education faculties in jordanian universities from the point of view of the faculty members* [Unpublished master s thesis]. Muata University.
- AL–Shaer, I. (2024). An analytical study of the reality of artificial intelligence applications in selected courses at the faculty of physical education. *Journal of Sports Science Applications*, 120(2), 255–276.
- Ameer, S.–A., & Abdel Hamid, A. (2023). Obstacles to the use of artificial intelligence systems in handball education academies in Damietta Governorate, published research. *Journal of Physical Education Sciences and Arts*, 64(3), 734–763.
- Araújo, D., Couceiro, M., Seifert, L., Sarmento, H., & Davids, K. (2021). *Artificial Intelligence in Sport Performance Analysis*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003163589>
- Bittencourt, N. F. N., Meeuwisse, W. H., Mendonça, L. D., Nettel–Aguirre, A., Ocarino, J. M., & Fonseca, S. T. (2016). Complex systems approach for sports injuries: moving from risk factor identification to injury pattern recognition—narrative review and new concept. *British Journal of Sports Medicine*, 50(21), 1309–1314. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095850>

- Borgen. (2016). Artificial intelligence to improve education challenges. *International Journal of Advanced & Innovative Technology (IJEIT)*, 2(6), 10–13.
- Florea, A. M., & Radu, S. (2019). Artificial Intelligence and Education. *2019 22nd International Conference on Control Systems and Computer Science (CSCS)*, 381–382.
<https://doi.org/10.1109/CSCS.2019.00069>
- Ghanem, A. M. (2020). Artificial Intelligence: A New Revolution in Contemporary Management (p. 17). *Modern Library for Publishing and Distribution*.
- Goksel, N., & Bozkurt, A. (2019). Artificial intelligence in education: Current insights and future perspectives. In *Handbook of Research on Learning in the Age of Transhumanism* (pp. 224–236). IGI Global. <https://doi.org/DOI:10.4018/978-1-5225-8431-5.ch014>
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Hinojo–Lucena, F.–J., Aznar–Díaz, I., Cáceres–Reche, M.–P., & Romero–Rodríguez, J.–M. (2019). Artificial Intelligence in Higher Education: A Bibliometric Study on its Impact in the Scientific Literature. *Education Sciences*, 9(1), 51. <https://doi.org/10.3390/educsci9010051>
- Ilkka, T. (2018). *The impact of artificial intelligence on learning, teaching, and education*. European Union. <https://hdl.handle.net/20.500.12799/6021>
- Joshi, S., Rambola, R. K., & Churi, P. (2021). Evaluating Artificial Intelligence in Education for Next Generation. *Journal of Physics: Conference Series*, 1714(1), 012039.
<https://doi.org/10.1088/1742-6596/1714/1/012039>
- Khalaf, S. S. (2023). The Role of Artificial Intelligence Applications in Developing Educational and Pedagogical Skills in the Arab World and Their Impact on Traditional Education Systems. *Al-Farahidi Literature Journal*, 15(52), 327–351.
- 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>
- Luo, D. (2018). *Guide teaching system based on artificial intelligence*.
- Malik, G., Tayal, D. K., & Vij, S. (2019). An analysis of the role of artificial intelligence in education and teaching. *Recent Findings in Intelligent Computing Techniques: Proceedings of the 5th ICACNI 2017, Volume 1*, 407–417.
- Mohammed, A., Ali, R., & Alharbi, A. A. B. (2021). The reality of using artificial intelligence techniques in teacher preparation programs in light of the opinions of faculty members: A

Case Study in Saudi Qassim University. *Multicultural Education*, 7(1), 5–17.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.4410582>

Mu, P. (2019). Research on artificial intelligence education and its value orientation. *1st International Education Technology and Research Conference (IETRC 2019), China*, Retrieved from https://Webofproceedings.Org/Proceedings_series/ESSP/IETRC, 202019.

Musa, A., & Bilal, A. (2019). *Artificial intelligence*. The Arab Group.

Nadimpalli, M. (2017). Artificial intelligence risks and benefits. *International Journal of Innovative Research in Science, Engineering and Technology*, 6(6).

Nasief, G. (2024). The sportsmanship level of the Palestinian national football team players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3).

<https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.716>

Odeh, A. Y., Shabib, S. S., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). Developing physical education curricula in the age of artificial intelligence. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 34(3), 37–56. DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.687>

Oudah, A., Abbood, R., Shabib, S., Aldewan, L., & Ghazi, M. (2024). Developing Physical Education Curricula Within the Framework of Digital Transformation to Achieve Sustainable Development. *Teacher Education and Curriculum Studies*, 9(3), 86–102.

<https://doi.org/10.11648/j.tecs.20240903.15>

Tayyem, D. H. M., Shami, D. S., Rajeh, H., & Aghbar, N. M. (2022). The Degree Possession of Governmental Basic Schools' Principals in Nablus Directorate Skills Employing the Artificial Intelligence in Administrative Work from their Own Perspective. *International Multilingual Academic Journal*, 1(1). <https://aasrc.org/aasrj/index.php/imag/article/view/2144>

Yang, K., Li, J., & Xu, M. (2017). Artificial Intelligence computer assisted instruction system for basketball training (ICAI) characteristics and performance analysis. *Electronic Devices*, 6(1), 12–17.

Appendices

ملحق رقم (1)

الرقم	اللقب العلمي	الاسم	مكان العمل
1	الدكتور	علي عبدالرحيم قدومي	جامعة خضوري
2	الدكتور	حامد بسام سلامة	جامعة خضوري
3	الدكتور	محمود حسني الأطرش	جامعة النجاح
4	الدكتور	غيث محمود ناصيف	جامعة خضوري
5	الدكتور	عدي عادل دراغمة	الجامعة العربية الامريكية



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The Effect of Specialized Training Using Fit Light Technology and Glow Sticks on Some Kinematic Variables, Response Speed, and Accuracy in Performing the Smash Skill in Badminton

Jinan Shaker Amer¹  

Bilal Khairy Mohammed² 

Ministry of Education, Kurdistan Region, Institute of Physical Education, Erbil¹

University of Duhok / College of Physical Education and Sports Sciences²

Article information

Article history:

Received 30/ 8/2024

Accepted 30/9/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Kinematic variables, Fit Light
technique, Glow Stick, smash in
badminto



Abstract

The aim of the research was to prepare exercises using the Fit Light and Glow Stick techniques. The method used in the research was the single-group experimental method to suit the nature of the research, as the sample was the players participating in the 2024 Iraq Open Badminton Championship. Tests were used to reach correct results. The researchers concluded that the exercises provided helped in developing the values of some kinematic variables and also had a positive impact and improved the values of technical performance, speed of motor response and accuracy of the smash skill in badminton. Accordingly, the researchers recommended the necessity of using the exercises specific to the Fit Light and Glow Stick techniques, which the researchers developed to improve the values of some biokinematic variables of the smash skill in badminton.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تدريبات خاصة بتقنية المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) في بعض المتغيرات الكينماتيكية وسرعة الاستجابة الحركية والدقة لأداء مهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة

✉ بلال خيري محمد²

جامعة دهوك / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

📧 جنان شاكر عامر¹

وزارة التربية اقليم كوردستان _ معهد التربية الرياضية / اربيل¹

المخلص

هدف البحث الى اعداد تمرينات باستعمال تقنيات المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) وكان المنهج المستخدم في البحث هو المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة لملائمته لطبيعة البحث اذ كانت العينة هم اللاعبات المشاركات في بطولة العراق المفتوحة بالريشة الطائرة لعام 2024 واستعملت الاختبارات للتوصل الى نتائج صحيحة وقد استنتج الباحثان ان التدريبات الموضوعية ساعدت في تطوير قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية واثرت كذلك بشكل ايجابي وتحسين قيم الأداء الفني وسرعة الاستجابة الحركية والدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة وعليه أوصى الباحثان بضرورة استعمال التمرينات الخاصة بتقنية المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) والتي وضعها الباحثان في تحسين قيم بعض المتغيرات البايوكينماتيكية لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/8 /30

القبول : 2024/9/30

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

المتغيرات الكينماتيكية، تقنية المثير الضوئي (Fit Light)، العصي المشعة (Glow Stick)، الضربة الساحقة في الريشة الطائرة

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

إن التكنولوجيا الحديثة تفتح آفاقاً جديدة ومتنوعة في عالم الرياضة، فعند متابعة الإنجازات الرياضية على مستوى العالم نجد ان الكثير من المشاكل والمعوقات قد تم حلها ويعود الفضل في ذلك الى استعمال الوسائل والأجهزة المتطورة والمبتكرة والتي تساعد في عملية التدريب للوصول بالإنجاز الرياضي الى أفضل مستوى، اذ يرى (Al-Fateh, 2014) الى " انه في السنوات الأخيرة شهدت تقنيات التدريب نمواً وتطوراً كبيراً واتضح ذلك في مجالات ونماذج عديدة ساهمت في رقي العملية التدريبية وايصالها للطريقة المثلى للمتدرب وتحقق هذه التقنيات مجموعة من التسهيلات للمدرب مما يساعد في تحقيق الأهداف التدريبية المطلوبة ". ان تكنولوجيا الرياضة لها دور حيوي وأساسي في تحسين الأداء الرياضي وذلك من خلال استعمال التقنيات الحديثة مثل المثيرات الضوئية (جهاز Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) وغيرها من الأجهزة والادوات، وأن هذه التقنيات تساعد على تحسين الاستجابة السريعة للمحفزات البصرية مما يعكس ايجابياً على الأداء في الرياضات التي تتطلب سرعة رد الفعل وكذلك تساعد على تحسين الانتباه ومعالجة المعلومات بسرعة كما في دراسة (Hamad et al., 2024) . ولها دور مهم أيضاً في تطوير التسارع الزمني للحركة وتحسين زوايا الحركة لأنها تساهم بشكل أساسي في تطوير التناغم الحركي وخاصة في الحركات التي تتطلب تغيرات سريعة في السرعة والتحكم بالحركات الدقيقة. (Mustafa et al., 2010) (Abdul & Ali, 2019)

تعد لعبة الريشة الطائرة من الالعاب السريعة والتي تحتاج الى تنسيق عالي بين العين واليد وسرعة في رد الفعل اذ يحتاج لاعبيها الى درجة عالية من الدقة في الأداء وتوافق عالي بين الأجهزة العضلية والعصبية، كما وتمتاز بمهارات سريعة واستجابات حركية (Abdul Hussein et al., 2023) عالية نظراً لصغر مساحة الملعب واستعمال المضرب فيها والتعامل مع اداة خفيفة الوزن وهي الريشة. ويعد عنصر الدقة من العناصر الحركية المهمة والذي يشكل هدفاً رئيسياً يسعى له كافة المدربين واللاعبين لتحقيق أفضل انجاز (Khalifab & Jabbar, 2023) وتتجلى أهمية البحث في دراسة مهارة الضربة الساحقة والتي تعد من المهارات الهجومية والتي يكون الهدف منها هو احراز نقطة مباشرة ومحاولة تطويرها من خلال استعمال تقنيات المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) لتحسين الأداء الفني وقيم بعض المتغيرات الكينماتيكية وسرعة الاستجابة الحركية والدقة المطلوبة لهذه المهارة المهمة.

1-2 مشكلة البحث :

ان لعبة الريشة الطائرة تعد من الالعاب السريعة والتي تتأثر مهاراتها بالعديد من المتغيرات التي تؤثر في طريقة اللعب فيها منها سرعة الريشة واتجاهها وارتفاعها بالإضافة الى حركة اللاعب المنافس، فهي تتطلب قدرة عالية من الدقة وسرعة الاستجابة واتخاذ القرار. لذا ومن خلال خبرة الباحثان كونهما لاعبان سابقان واكاديميان قد تبين لهما ان هناك تفاوت في دقة اداء مهارة الضربة الساحقة والتي تعد من الضربات الهجومية المهمة ويمكن من خلالها احراز نقطة مباشرة، وان قلة التركيز على الجوانب الميكانيكية للأداء الصحيح وكذلك قلة استعمال الطرق والوسائل الحديثة (Alrashid, 2017) في التدريبات ادى الى قصور في اداء هذه المهارة وهذا ادى الى ضعف في توجيه الريشة الى الاماكن الصعبة، وعليه ارتأى الباحثان الخوض في هذه الدراسة من خلال استعمال تقنيات متطورة وهي المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) والعمل على وضع تمارين خاصة بها على وفق بعض المتغيرات الكينماتيكية من اجل الوصول بالجانب المهاري الى المستوى المطلوب من خلال الكشف عن نقاط الضعف والعمل على تصحيح الأخطاء.

1-3 اهداف البحث :

1. التعرف على قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.

2. التعرف على قيم الاداء الفني وسرعة الاستجابة الحركية والدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.
3. التعرف على الفروق في قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.
4. التعرف على الفروق بين الاداء الفني وسرعة الاستجابة الحركية والدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.

1-4 فروض البحث:

1. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في قيم بعض المتغيرات الكينماتيكية لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.
2. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في الاداء الفني وسرعة الاستجابة الحركية ودقة الاداء لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: اللاعبين المشاركين في بطولة العراق المفتوحة بالريشة الطائرة لعام 2024 .
- 1-5-2 المجال المكاني: ملاعب الريشة الطائرة في القاعة المغلقة في نادي أكد الرياضي - اربيل.
- 1-5-3 المجال الزمني: للمدة من (15 / 6 / 2024) ولغاية (22 / 8 / 2024).

1-6 تحديد المصطلحات:

1-6-1 المثير الضوئي (Fit Light): هو عبارة عن " جهاز لاسلكي يمكن استعماله في جميع نواحي الرياضة وجميع الالعاب الرياضية بهدف تحسين توافق العين واليدين فضلاً عن السرعة والقوة، حيث استخدم حديثاً لتطوير التوافق وسرعة التحرك لمختلف الفعاليات الرياضية (Mohsen & Jaber, 2016)

1-6-2 العصي المشعة (Glow Stick): هي عبارة عن عصا مضيئة تستخدم في مجموعة متنوعة من السباقات بما في ذلك اغراض الترفيه والرياضة، وعند كسر العصا يحدث تفاعل كيميائي يجعل العصا تضيء بألوان مختلفة ويستفاد منها في تمارين الرؤية الليلية لتحفيز اللاعبين على الاستجابة السريعة والتحريك نحو الأهداف المضيئة.

3- منهج البحث و اجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة لملائمته لطبيعة البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته: حدد الباحثان عينة البحث بصورة عمدية وشملت لاعبات العراق المشاركات في بطولة العراق المفتوحة بالريشة الطائرة للعام (2024) والمقامة في محافظة اربيل والبالغ عددهن (8 لاعبات) وقد تم استبعاد ثلاث لاعبات واحدة بسبب الاصابة ولاعبتين لعدم التزامهما بالتمرنات الخاصة وبذلك اصبحت عينة البحث تتكون من (5 لاعبات) وقد شكلن نسبة (62.5%) من مجتمع البحث الأصلي . والجدول (1) يبين تجانس عينة البحث.

الجنول (1)
مواصفات عينة البحث

ت	الاسم	العمر السنة	العمر التدريبي السنة	الطول سم	الكتلة كغم
1	مريم صلاح	19	5	158	52
2	اورنينا انويا	18	4	157	54
3	الماس زبير	19	5	172	54
4	بيانكا نانل	18	4	158	55
5	ايمان فائق	17	4	156	55
	الوسط الحسابي	18.2	4.4	157.8	54
	الانحراف المعياري	0.837	0.548	1.48	1.22
	معامل الاختلاف	4.60	12.45	0.94	2.26

3-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والابوات المستخدمة:

- المصادر العربية والأجنبية، الملاحظة العلمية التقنية، شبكة الانترنت، الاختبارات والقياسات، استمارة لتسجيل نتائج الاختبارات ، ملعب الريشة الطائرة ، مضارب للريشة الطائرة عدد (12) ، ريشة طائرة عدد (25) ، شريط قياس متري ، ميزان طبي ، مقياس رسم بطول (1م) ، شريط لاصق ملون ، آلة تصوير فيديو نوع (SONY) ذات تردد (134 صورة/ثانية) عدد (2) ، حامل ثلاثي عدد (2) ، جهاز حاسوب نوع (DELL) و ملحقاته ، اقراص ليزرية (CD) عدد (5) ، جهاز المثير الضوئي (Fit Light) ، العصا المشعة (Glow Stick) عدد (45).

3-4 اجراءات البحث:

3-4-1 متغيرات الكينماتيكية : قام الباحثان بتحديد بعض المتغيرات الكينماتيكية بعد استشارة بعض الخبراء والمختصين في مجال البايوميكانيك والريشة الطائرة وكانت كالآتي:

1. زاوية الركبة اليمنى لحظة الضرب.
2. زاوية مفصل الورك لحظة الضرب.
3. زاوية ميل الجذع لحظة الضرب.
4. زاوية كتف الذراع الضاربة.
5. ارتفاع (م.ث.ج) لحظة الضرب.
6. السرعة الزاوية لرأس المضرب لحظة التماس مع الريشة.
7. سرعة انطلاق الريشة.
8. زاوية انطلاق الريشة.
9. ارتفاع نقطة انطلاق الريشة لحظة الضرب.

3-4-2 اختبار سرعة الاستجابة الحركية الخاصة بالريشة الطائرة.

- اسم الاختبار : الانطلاق باتجاه الإشارة (اتجاهات).
- الهدف من الاختبار : قياس سرعة الاستجابة الحركية.

- **الابوات المستخدمة:** ملعب الريشة الطائرة وساعة توقيت وشريط لاصق.
 - **طريقة الأداء:** يقف اللاعب في المنطقة المحددة له في وسط الملعب مواجهاً للشبكة ويقف الحكم خلف اللاعب خارج الملعب ويقوم بإعطاء الإيعازات للاعب على ان ينطلق اللاعب باتجاه الإشارة المعطاة علماً ان المسافة بين المحطات هي (3م).
 - **شروط الاختبار:**
 - يجب ان تكون وقفة اللاعب نفسها أثناء المباراة.
 - يجب ان يكون وصول اللاعب الى المحطة بنفس طريقة التحرك اثناء المباراة وبأقصى سرعة.
 - يجب ملازمة المحطة بالذراع.
 - يجب ان يعطي ايعاز للخلف لكل لاعب.
 - **التسجيل:** يحسب الزمن الذي يستغرقه اللاعب منذ سماع الإيعاز وحتى الوصول الى المحطة وتعطى (5) محاولات للاعب ويؤخذ معدل الزمن الخمسة. (Zainab, 2017)
- 3-4-3 اختبار الدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.**
- **اسم الاختبار :** اختبار مهارة الضربة الساحقة.
 - **غرض الاختبار :** قياس دقة مهارة الضربة الساحقة.
 - **الابوات المطلوبة:** ملعب ريشة مخطط بتصميم الاختبار، مضارب الريشة الطائرة، ريش، حبل مطاطي، قوائم إضافية بارتفاع (213 سم)، استمارة تسجيل البيانات.
 - **وصف الأداء :** يقف اللاعب في المكان المخصص (X) ويمسك مضرب ويقوم برد الريشة المرسله اليه على جهة يسار اللاعب (اللاعب الايمن) وبالعكس من منطقة المقابلة بضربة ساحقة قوية محاولاً إسقاطها في المنطقة ذات الدرجة الأعلى بشرط ان تمر الريشة من فوق الشبكة ومن تحت الحبل المثبت خلف الشبكة على بعد (60 سم) وبارتفاع (213 سم) ويقوم اللاعب بأداء (10) محاولات مع ملاحظة قوة الضربة الساحقة كما موضح في الملحق (1).
 - **تقويم الأداء :**
 - تعطى الدرجة بحسب مكان سقوط الريشة.
 - إذا لم تعبر الريشة من فوق الشبكة ومن تحت الحبل أو سقطت خارج المناطق المحددة تعطي صفراً.
 - الريشة التي تقع على خط بين منطقتين تعطي الدرجة الأعلى.
 - الدرجات مقسمة حسب المناطق (1-2-3-4-5).
 - الدرجة النهائية هي مجموع درجات المحاولات (10) وهي (50) درجة.
 - يمكن أداء مهارة الضرب الساحقة الخلفية بصورة أمامية أو قطرية. (Al-Sumaidaie, 2010)

3-5 التجارب الميدانية:

3-5-1 التجربة الاستطلاعية:

لغرض الوقوف الدقيق على الكميات الرقمية الخاصة بالمتغيرات الكينماتيكية وللتأكد من عمل جهازي المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) وتحديد ابعاد آلي التصوير الفيديوية من حيث قريهما وبعدهما من مكان اداء اللاعب والتعرف على المعوقات التي قد تواجه سسير التجربة الرئيسية و صلاحية عمل الادوات والاجهزة وكيفية

استعمالها والمكان الذي تتم فيه التجربة وكذلك كفاءة فريق العمل المساعد. وعلية فقد أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ (2024/6/16) في قاعة نادي أكد الرياضي.

3-5-2 التصوير الفيديوي:

تم تصوير عينة البحث بآلتي تصوير فيديوي نوع (SONY) وقد وضعت على حامل ثلاثي وكان ارتفاع عدسة آلة التصوير الاولى عن الأرض (1.45م) وعلى مسافة (5.5م) وعلى الجانب الأيمن للاعبة التي تقوم بأداء المهارة بالذراع اليمين، و وضعت آلة التصوير الثانية خلف اللاعبة وعلى ارتفاع (1.45م) وعلى مسافة (5.5م) وذلك لضمان الدقة في الحصول على المعلومات المطلوبة وبشكل متكامل وقد استخدمت هذه الابعاد في التصويرين القبلي والبعدي.

3-5-3 الاختبار والتصوير القبلي لعينة البحث:

جرى التصوير القبلي بتاريخ 2024/6/17 في القاعة الداخلية في نادي أكد الرياضي وبمساعدة فريق العمل المساعد وتثبيت الات التصوير في المكان والارتفاع المحدد لها كما تم تصوير مقياس الرسم بطول (1م). وتم تصوير ثلاث محاولات لكل لاعبة وتم تحليل أفضلهما من حيث قيم المتغيرات الكينماتيكية وقيم الاداء المهاري وتم اجراء اختبار سرعة الاستجابة الحركية والدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.

3-5-4 تقويم الأداء المهاري:

تم اجراء التقويم المهاري من قبل بعض (الخبراء والمختصين)¹ اذ تم توثيق الأداء المهاري من خلال التصوير الفيديوي ومن ثم تحويله الى اقراص مدمجة (CD) وتوزيعها على الخبراء المقومين لاعتماد درجة الاداء الفني وكان تقييم الأداء من (10درجات) لكل خبير وتم الاستفادة من التقويم لاختيار افضل محاولة لأغراض التحليل البايوميكانيكي.

3-5-5 تنفيذ التمرينات الخاصة والمستخدمة في البحث:

استغرق تنفيذ التمارين (8) اسابيع وبواقع (3) وحدات في الاسبوع وكان عدد الوحدات (24) وحدة، استغرقت الوحدة الواحدة (60) دقيقة اذ اشار (Barqi & Al-Sakri, 2010) الى انه "عادةً ما يثبت زمن التدريب لتحسين الأداء الفني (تدريب التكنيك) ويعتمد تحديد الزمن لتدريب الأداء الفني جزئياً على صعوبة النشاط الممارس". وقد تم البدء بتنفيذ التمرينات بتاريخ (2024/6/18). تم استعمال تدريبات المثير الضوئي والتي تعتمد على التقنيات الحديثة اذ تم استعمال جهاز (Fit Light) وهو نظام تدريب ضوئي يستخدم لتطوير وتحسين الأداء البدني والعقلي في مختلف الأنشطة الرياضية ويتكون الجهاز من مجموعة من الأضواء اللاسلكية والتي يتم وضعها في اماكن مختلفة ويتم التحكم فيها بواسطة تطبيق على الهواتف الذكية او بالريمونت. (الجهاز اللوحي) اذ تستخدم الاضواء لتحفيز اللاعبين على التحرك بسرعة والتفاعل مع الأضواء التي تشتعل وتتطفئ مما يعزز سرعة الاستجابة الحركية وسرعة رد الفعل . وهذا يساعد على تحسين السرعة والدقة والتنسيق وكذلك يحسن من التركيز والانتباه. والشكل (1) يوضح شكل هذا الجهاز والذي يتكون من عدة اقراص دائرية ممكن وضعها على الأرض او الحائط او على الحوامل ويتم التحكم بها عن بعد ويبدأ اللاعب بالتحرك نحو الضوء ومحاولة لمسها باليد او قطعه بالمضرب وكذلك يوضح احدى الطرق المستخدمة في التمرينات.

¹ أ.م.د. هدام عبد الامير (بايوميكانيك، الريشة الطائرة) و م.م زينب شاكر (لاعبة سابقة وحكم حالي) و حيدر حميد (لاعب ومدرّب سابق وحكم حالي)



الشكل (1)

يوضح جهاز المثير الضوئي (Fit Light) ومكان وضعه في ملعب الريشة الطائرة

اما فيما يخص العصي المشعة (Glow Stick) فهي عبارة عن عدة عصي مرنة يتم تثبيتها على جسم اللاعب بواسطة شريط لاصق بحيث لا تؤثر على حركته وعلى المضرب والريشة ايضاً و الملحق (2) يوضح شكل هذه العصي وامكان وجودها على جسم اللاعب، اما تثبيتها على الريشة فتم ذلك: باستخراج المادة المشعة من داخل العصي وغمس الريشة فيها وبذلك تصبح الريشة مضاءة وتستمر اضاءتها اكثر من (3) ساعات.

ان عمل هذا الجهاز يكون في الظلام لذلك كان يتم اطفاء الانوار والاكتفاء بالشعاع الظاهر من العصي على جسم اللاعبين والمضرب والريشة وكذلك تم وضع شريط فسفوري على حافة الشبكة وزوايا الملعب اذ يوضح (Zaki, 2004) الى "ان الرؤية البصرية الرياضية تعتمد على ان العين تقدم المعلومات والاشارات العصبية الى المخ الذي بدوره يفسر المعلومات ويرسل الاشارات التي تجعل الايدي والارجل وغيرها من اجزاء الجسم تتحرك". والملحق (3) يبين أنموذج لوحدين تدريبيتين.

3-5-6 الاختبار والتصوير الفيلديوي البعدي لعينة البحث:

تم اجراء الاختبارات البعدية بتاريخ (2024/8/22) في القاعة الداخلية لنادي أكد الرياضي وذلك بعد الانتهاء من مدة تطبيق التدريبات الخاصة وبحضور عينة البحث وفريق العمل المساعد وتم مراعاة جميع الجوانب الفنية، وقام الباحثان بتصوير عينة البحث بعد اجراء الأحماء العام والخاص وبنفس الأسلوب المتبع في الاختبارات القبلية وتصوير ثلاث محاولات لكل لاعبة وتم تحليل أفضلها بالاعتماد على تقويم الأداء المهاري. واجراء اختبارات سرعة الاستجابة الحركية والدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.

3-6 الوسائل الإحصائية:

استعمال الباحثان البرنامج الإحصائي (SPSS) في معالجة البيانات

4- عرض ومناقشة النتائج:

4-1 عرض نتائج المتغيرات الكينماتيكية لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة ومناقشتها.

جنول (2)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة

المعنوية	t	الاختلافات المقترنة			
		متوسط الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
0	-19.383	0.30232	0.67602	-5.86	Pair 1 قبلي -- بعدي
0.054	-2.707	5.15862	11.53503	-13.962	Pair 2 قبلي -- بعدي
0.067	2.495	0.44164	0.98753	1.102	Pair 3 قبلي -- بعدي
0	-17.986	1.31966	2.95084	-23.736	Pair 4 قبلي -- بعدي
0.016	-3.985	33.92781	75.86489	-135.19	Pair 5 قبلي -- بعدي
0	-21.478	0.43533	0.97342	-9.35	Pair 6 قبلي -- بعدي
0	16.677	0.13648	0.30517	2.276	Pair 7 قبلي -- بعدي
0.078	2.359	0.00678	0.01517	0.016	Pair 8 قبلي -- بعدي
0.01	-4.542	0.04976	0.11127	-0.226	Pair 9 قبلي -- بعدي

جنول (3)

يبين فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) للاختبارين القبلي والبعدى لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدى	
			س-	ع ±	س-	ع ±
1	زاوية الركبة اليمنى لحظة الضرب	درجة	165.5080	0.97482	171.3680	0.82394
2	زاوية مفصل الورك لحظة الضرب	درجة	147.9940	12.54361	161.9560	1.13291
3	زاوية ميل الجذع لحظة الضرب	درجة	82.4600	0.52555	81.3580	0.99781
4	زاوية كتف الذراع الضاربة	درجة	119.1760	1.83211	142.9120	1.47938
5	السرعة الزاوية لرأس المضرب لحظة التماس مع الريشة	م/ثا	466.8580	73.00799	602.0480	5.76407
6	سرعة انطلاق الريشة	م/ثا	19.0640	0.77284	28.4140	1.02520
7	زاوية انطلاق الريشة	درجة	11.8960	0.16622	9.6200	0.38314
8	ارتفاع (م.ث.ج) لحظة الضرب	متر	0.9160	0.03578	0.9000	0.03674
9	ارتفاع نقطة انطلاق الريشة لحظة الضرب	متر	1.9160	0.01673	2.1420	0.11628

■ زاوية الركبة اليمنى لحظة الضرب : من خلال عرض نتائج الجدول (3) نلاحظ وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى ويرى الباحثان ان سبب ذلك يعود الى ان التمرينات كانت ذات اثر ايجابي على اداء اللابعات اذ ان الزيادة الحاصلة في قيمة هذه الزاوية كان بشكل يتناسب مع متطلبات اداء هذه المهارة أي ان الزيادة في مد مفصل الركبة يعني انسيابية في عملية النقل الحركي والقدرة على نقل مقدار مناسب من القوة من خلال مد مفاصل الرجل مروراً بالجذع ومنه للذراع الضاربة والتي لها اهمية كبيرة في توجيه الريشة الى مناطق الدقة الى انه " يجب اللاعب ان يستخدم جسمه كله لإضافة القوة الى الذراعين مع مد الركبة والورك الى الاعلى ". ان مد الكتف مع رفعه عالياً عند اداء الضربة

الساحة سيوفر نقطة انطلاق مناسبة تؤدي الى ان تتخذ الريشة مساراً مناسباً وبدون تقوس مما يقلل من زمن الحركة وبالتالي زيادة في السرعة وبذلك يتحقق الغرض من هذه المهارة وهو اوصول الريشة الى منطقة المنافس بأسرع وقت وبقوة عالية. وهذا ما يؤكد (Shalash & Sobhi, 2000) ان الايقاع الجيد يتطلب من اللاعب الأحساس العالي بالحركة من خلال معرفة قوة الحركة ومداها والوقت اللازم لها "

■ **السرعة الزاوية لرأس المضرب لحظة التماس مع الريشة:** يعزو الباحثان سبب التطور الحاصل في هذا المتغير الى فعالية تمارين المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) اذ ترى (Hanaa, 2022) الى " ان تنوع التدريبات وأشكالها المختلفة تضيف عنصر التشويق وكسر الملل اثناء التدريب مما يساهم في تنمية اكثر من متغير سواء بدني او مهاري وعليه فان التمارين بتكراراتها وتنوعها ساهمت في زيادة قابلية اللاعب على تحريك المضرب بسرعة عالية بهدف تحقيق قوة تصادم مع الريشة مما يؤدي الى انطلاقها بسرعة عالية وبالتالي تحقيق الهدف المطلوب من المهارة وهو الضرب الساق فكلما زادت قوة الضربة كلما زادت السرعة الزاوية وزادت الطاقة الحركية المنقولة الى الريشة مما يجعلها تتحرك بسرعة اكبر .

■ **سرعة انطلاق الريشة:** نلاحظ زيادة في قيم الأوساط الحسابية في الاختبار البعدي ويرى الباحثان ان سبب ذلك هو ان تمارين المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) قد ساعدت على زيادة في سرعة انطلاق الريشة اذ يشير (Omar, 2017) الى ان " تدريبات المثير الضوئي تعد اكثر تخصصية من التدريب التقليدي فهي كثيراً ما تستخدم لوصف الحركة بالبراعة الحركية والتي تظهر في الأنشطة الرياضية التي تحتاج لتصرف حركي سريع نظراً لتغير المثيرات الحركية اثناء الاداء " وعليه فان التمارين المعطاة ساعدت على زيادة في سرعة حركة اللاعب نحو المكان الصحيح وبالتوقيت المناسب وكذلك سرعة مرجحة الذراع الضاربة وعملية النقل الحركي حتى الرسغ ساعد على ان تكون حركة ضرب الريشة بسرعة كبيرة ومن العناصر المهمة التي ساهمت في ذلك السرعة الزاوية لرأس المضرب وهي محصلة من السرعة الزاوية للذراع (Awad et al., 2022) الى ان " مقدار ما يفقده المضرب من سرعته اثناء اصطدامه بالريشة تكسبه الريشة نفسها الى ان الزيادة الحاصلة في سرعتها عاماً بان قوة التصادم تزداد بزيادة كل من السرعة المحيطية لرأس المضرب وكذلك وزنه "

■ **زاوية انطلاق الريشة:**

يعزو الباحثان سبب ظهور العلاقة المعنوية لهذا المتغير ولصالح الاختبار البعدي الى أن استعمال تدريبات المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) كان لها مردود ايجابي على الأداء المهاري للاعبات لان التمارين كانت تتشابه الى حد كبير مع العمل العضلي لمهارات الريشة الطائرة، ان الانخفاض الحاصل في قيمة زاوية انطلاق الريشة يساعد في الحصول على مسافة افقية بعيدة باتجاه ملعب المنافس وللتغلب (Al-Hashemi, 1999) على مقاومة الهواء يجب ان تكون هنالك زيادة في سرعة الريشة وذلك من اجل التغلب على تلك المقاومة وهذا يتطلب انخفاض في قيم زاوية الانطلاق من اجل ان تتغلب مركبة السرعة الافقية على العمودية وبالتالي تحقق المطلوب من الأداء كما اشار (Al-Hashemi, 2010) الى ان " مقدار المحصلة يتأثر بمقدار الزاوية بين المركبتين وكلما كانت الزاوية صغيرة كان مقدار المحصلة كبيراً "

■ **ارتفاع نقطة انطلاق الريشة لحظة الضرب:**

يعزو الباحثان سبب الزيادة في قيم الاوساط الحسابية الى ان التمارين جاءت بشكل يتلاءم مع متطلبات مهارات هذه اللعبة، ان هذه الحركة تتم بمد كامل لمفاصل الركبتين والجذع وهذا ما يؤدي الى زيادة في زاوية الكتف والتي تزيد من

ارتفاع نقطة انطلاق الريشة وبالتالي ضرب الريشة بالقوة والسرعة المطلوبين مما يوفر المسار الصحيح والذي لابد ان يكون بزاوية منخفضة وعلية فكلما زاد الارتفاع كلما حصل اللاعب على زاوية انطلاق مناسبة للريشة لحظة الضرب وهذا يساعد على التوجيه الصحيح للاماكن المطلوبة في ملعب المنافس.

4-2 عرض نتائج الأداء الفني وسرعة الاستجابة الحركية والدقة لمهارة الضرب الساحق في الريشة الطائرة:

الجدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارين القبلي والبعدي للأداء الفني وسرعة الاستجابة الحركية والدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة

المتغيرات	الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الخطأ المعياري	t	المعنوية
الأداء الفني	قبلي -- بعدي	-2.264	0.3615	0.16167	-14.004	.000
الاستجابة الحركية	قبلي -- بعدي	0.4542	0.05173	0.02313	19.634	.000
الدقة	قبلي -- بعدي	-9.8	1.92354	0.86023	-11.392	.000

الجدول (5)

يبين فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعياري وقيمة (t) للاختبارين القبلي والبعدي للأداء الفني وسرعة الاستجابة والدقة لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة

ت	المتغيرات	القبلي	البعدي
		س- ± ع	س- ± ع
1	الأداء الفني	5.9980	8.2620
	الاستجابة الحركية	1.7500	1.2958
	الدقة	25.4000	35.2000

نلاحظ من خلال الجدول (5) هناك تطور واضح لدى اللاعبين عينة البحث ويرى الباحثان ان سبب هذا التطور يرجع الى تطبيق التمرينات بالشكل الصحيح والذي يتناسب مع متطلبات الأداء المهاري للعبة الريشة الطائرة بصورة عامة ومهارة الضربة الساحقة بشكل خاص فتدريبات المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) تعد من الاتجاهات الحديثة لتطوير الأداء الرياضي وبصفة خاصة في لعبة الريشة الطائرة اذ ان هذا النوع من التدريبات يساعد في تحسين الجوانب البدنية والمهارية والعقلية والتي تسهم في تحسين الأداء العام للاعب الريشة الطائرة وعليه فان التطور الحاصل في الأداء الفني للاعب كان بسبب ان التمرينات كانت موضوعة على وفق يتناسب مع طبيعة الأداء المهاري وتلبية كل متطلباته سواء البدنية او التشريحية او الميكانيكية مما ادى الى ظهور نتائج ايجابية في الاختبار البعدي، اما فيما يخص متغير الاستجابة الحركية فان التطور الحاصل فيها جاء نتيجة للتمرينات التي ساعدت على تعزيز سرعة الاستجابة ورد الفعل لدى اللاعبين وهو امر حاسم في لعبة الريشة الطائرة والتي تتطلب تغيرات سريعة في الحركة والتوجه اذ ان استعمال تمرينات المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) تجعل التدريبات متنوعة وممتعة وهذا يساعد على تخفيف الالعبات والتحرك بسرعة في الملعب والاستجابة للتغيرات الفجائية اثناء المباراة فان استعمال هذه التكنولوجيا يساعد على تعزيز وتحسين الجوانب المهارية والعقلية وبالتالي تحسين الأداء العام للاعبات، ويؤكد ذلك (Muhammad & Abu Al-Ela, 2000) الى ان " القاعدة الأساسية والضرورية في تطور المهارات الحركية هو الاهتمام بعدد محاولات

التمرينات وتنوعها وفيما يخص التطور الحاصل في الدقة لدى اللاعبين فمن خلال عملهم في متابعة الإشارات الضوئية والاستجابة لها ساعد على تحسين التنسيق بين العين واليد مما ساعد في توجيه الضربات بدقة أكبر و وصول الريشة الى مناطق الدقة المطلوبة وهذا يتناسب مع المتطلبات الكينماتيكية التي يحاول اللاعب تهيئتها لمواجهة مقاومة الهواء والاستفادة من التصادم المرن وبالتالي تحقيق دقة عالية اذ يؤكد (El Din, 1994) الى ان " الاساس الميكانيكي لتحقيق الدقة يمكن في كيفية التعامل المناسب مع المراحل الأداء الفنية والتي لها دور الفعال لأداء المهارة كاملة وبجاح "

5- الاستنتاجات والتوصيات:

1-5 الاستنتاجات:

1. ان استعمال التمرينات الخاصة بتقنية المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) توفر فرصة لتطوير اداء مهارة الضربة الساحقة في الكرة الطائرة.
2. تبين ان هناك فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لأفراد العينة نتيجة تطبيق التمرينات الخاصة في بعض المتغيرات البايوميكانيكية قيد البحث.
3. ان استعمال التمرينات الخاصة ادى الى تطوير في قيم الأداء الفني والدقة وسرعة الاستجابة الحركية والدقة للاعبين وهذا ما بينته الاختبارات.

2-5 التوصيات:

1. ضرورة استعمال التمرينات الخاصة بتقنية المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick) والتي وضعها الباحثان في تحسين قيم بعض المتغيرات البايوميكانيكية لمهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة.
2. استعمال التمرينات لتطوير المهارات الاخرى في لعبة الريشة الطائرة .
3. التركيز على استعمال التقنية والتكنولوجيا الحديثة في التدريبات الرياضية.
4. ضرورة اجراء دراسات والبحوث مشابهة على فئات عمرية اخرى وعلى اللاعبين من اجل الاستفادة منها لتطوير مستوى الأداء .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في اللاعبين المشاركين في بطولة العراق المفتوحة بالريشة الطائرة

لعام 2024

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

حنان شاكر عامر <https://orcid.org/0009-0004-1597-4366>

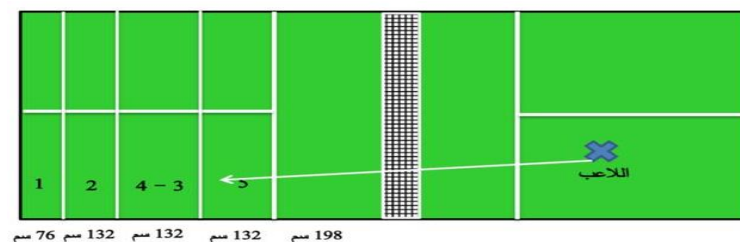
References

- 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>
- Abdul, W. H. K. P. D., & Ali, S. A. P. D. (2019). The effect of psychological exercises and means of helpsreduce distraction and the performance of the front and back blows in the tennis. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 59.
- Al-Fateh, W. M. (2014). *The Scientific Encyclopedia for Training Youth in the Sports Field* (p. 637). Arab Foundation for Science and Culture.
- Al-Hashemi, S. M. (1999). *Mathematical Biomechanics* (2nd ed, p. 183). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.
- Al-Hashemi, S. M. (2010). *Mathematical Biomechanics* (p. 125). Al-Nabras Printing and Design Press.
- Alrashid, S. A. A. (2017). HARNESSING THE POWER OF SPORT FOR AND PEACE BUILDING IN POST MILLENNIUM D. *Journal of Current Research*, 9(11), 60781–60789.
- Al-Sumaidaie, L. G. et al. (2010). *Statistics and Testing in the Sports Field* (1st ed, p. 219). Erbil.
- 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>
- Barqi, M. G., & Al-Sakri, K. I. (2010). *Basic Principles of Biomechanics in the Sports Field: Vol. Part 2* (p. 76). Mansah Al-Maaref.
- El Din, T. H. (1994). The kinetic and functional foundations of sports training. *Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo*.
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Hanaa, M. A.-W. (2022). The effect of light stimuli training (Fit Light) and (Glow Stick) on some specific physical variables and foot movements in squash players. (*Assiut Journal of Sports Education Sciences and Arts, Egypt*, 35.

- 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 Shiyou Univ Nat Sci Ed*, 19(11), 751–764.
- Mohsen, S. J., & Jaber, H. M. (2016). The effect of special exercises using the Fit Light training technique in developing some individual defensive movements in handball. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 48, 13.
- Muhammad, H. A., & Abu Al-Ela, A. A. F. (2000). *Physiology of Sports Training* (p. 13). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Mustafa, A. M., Mashkoor, N. H., & Qusay, M. A. (2010). The effect of the height and depth of the approximate run range on some kinematic variables of the long jump effectiveness. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 28.
<https://www.iasj.net/iasj/article/53596>
- Omar, H. A. A. (2017). *The effect of a proposed training program using ice training on some elements of physical fitness and foot movements in Kung Fu sport* [Master's thesis]. Minya University.
- Shalash, N. M., & Sobhi, A. M. (2000). *Motor learning* (p. 65). University of Mosul.
- Zainab, S. A. (2017). *The effect of the simulation of the biokinematic movement model in teaching biokinematics performance and developing the speed of the special motor response for some defensive skills in badminton* [Master's Thesis]. University of Basra.
- Zaki, M. H. (2004). *Visual Skills for Athletes (Characteristics, Tests, Training)* (p. 178). Egyptian Library.

الملحق (1)

يوضح اختبار دقة مهارة الضربة الساحقة في الريشة الطائرة



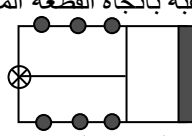
(2) الملحق

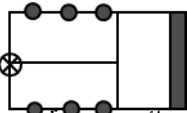
يوضح شكل العصي المشعة وشكلها على جسم اللاعب والمضرب



(3) الملحق

يبين أ نموذج لوحنتين تدريبيتين باستعمال جهاز المثير الضوئي (Fit Light) والعصي المشعة (Glow Stick)

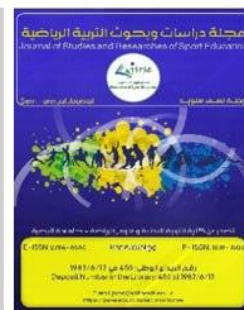
الوحدة	اقسام الوحدة التدريبية	التمارين	زمن التمرين	عدد التكرارات	الراحة بين التكرارات	الراحة بين التمرين و الآخر
الثانية	القسم الرئيسي 40-30 دقيقة	<p>يتم وضع قطع جهاز المثير الضوئي (Fit Light) على الارض بشكل قوس وتقف اللاعب على بعد (2م) ومع بدء تشغيل الجهاز تقوم اللاعب بالركض نحو القطعة المضيئة ومسها باليد</p> <p>نفس التمرين الله \otimes كن مع استعمال المضرب فتقوم اللاعب بمس القطعة المضيئة برأس المضرب وضع جهاز المثير الضوئي (Fit Light) على خطوط الملعب الجانبية بشكل متقابل وتقف اللاعب على الخط النهائي للملعب ومع بدأ تشغيل الجهاز تركض اللاعب باتجاه القطعة المضيئة وتمسها باليد</p>  <p>نفس التمرين السابق ولكن مع استعمال المضرب</p>	60 ثا	6	90 ثا	60 ثا
			60 ثا	6	90 ثا	60 ثا
			60 ثا	6	90 ثا	60 ثا
			60 ثا	6	90 ثا	60 ثا

90ثا	120ثا	6	120ثا	<p>نرسم خط موازي للخط النهائي للملعب وبعد عنه (60سم) فيتشكل مستطيل مشع بواسطة العصي المشعة وتبدأ اللعبة بالتمرين بمحاولة ضرب الريشة الى داخل المستطيل</p>  <p>نشكل 3 دوائر بواسطة العصي المشعة داخل الملعب وبشكل قوس وتقوم اللاعب بمحاولة ضرب الريشة من نصف الملعب المقابل الى داخل هذه الدوائر</p>	القسم الرئيسي 40-30 دقيقة	الثانية عشر
90ثا	120ثا	6	120ثا			



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of pyramid training (ascending and descending) according to the difficulty of the training unit in developing the speed-specific strength of the arm and leg muscles and the achievement of the snatch lift for young weightlifters

Hassan Farhan Alwan ¹ 

Haidar Abd al Razzaq Kadhim ² 

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences^{1,2}

Article information

Article history:

Received 18/9/2024

Accepted 23/10/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

pyramid training, difficulty of the training unit, speed-specific strength, achievement of the snatch lift

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of pyramid training (ascending and descending) according to the difficulty of the training unit in developing the speed-characterized strength of the arm and leg muscles and the achievement of the snatch lift for junior lifters. The researchers used the experimental method with two equivalent groups and used a sample of junior lifters. After conducting the pre- and post-tests, the most important conclusions were reached: pyramid training (ascending and descending) according to the difficulty of the training unit is a successful training in developing the speed-characterized strength of the arm and leg muscles and the achievement of the snatch lift for junior lifters. Accordingly, it was recommended: Adopting pyramid training (ascending and descending) according to the difficulty of the training unit as it is successful in developing the speed-characterized strength of the arm and leg muscles and the achievement of the snatch lift for junior lifters





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين

حيدر عبد الرزاق كاظم²

حسن فرحان علوان¹

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة 2,1

المخلص

هدف البحث الى التعرف على تأثير التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين، واستعمل الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين كما استعانوا بعينة من الرباعين الناشئين وبعد اجراء الاختبارات القبلية والبعديّة تم التوصل الى اهم الاستنتاجات: التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية تدريب ناجح في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين . وعليه تم التوصية: اعتماد التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية تدريب كونه ناجح في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/9/18

القبول : 2024/10/23

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

التدريب الهرمي ، صعوبة الوحدة التدريبية ، القوة المميزة بالسرعة ، الانجاز لرفعة الخطف

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

التسابق بين بلدان العالم في التطور والابداع لم يأتي بالصدفة وإنما من خلال البحوث العلمية التي تدرس المشاكل التي تواجه التقدم بالإضافة الى تقديم كل ما هو جديد بعد ان يدرس بصورة صحيحة ويتم تجربته والتقصي عن حقائقه لغرض اضافة الى حقل الانجازات والابداع . وفي المجال الرياضي فان البحث حقق نتائج متقدم وانجازات بأغلب الالعاب الرياضية نتيجة تقديم ماه مفيد بالتدريب من وسائل وطرق تدريبية متنوعة وتخصصية تعمل رفع المستوى المطلوب باللعب من الناحية البدنية والمهارية والخطئية والنفسية .

وفي لعبة رفع الاثقال تم استعمال اساليب وتمارين وطرق تدريبية متنوعة وتم البحث فيها لغرض تحقيق الانجاز العالي والاوزان وكل اسلوب وطريقة تدريبية (Aldiwan et al., 2013) حققت الانجاز المطلوب ولهذا فان البحث في اساليب اخرى ربما يعزز التقدم باللعبة وخاصة في فعالى رفعة الخطف التي من اصعب الرفعات وتتطلب اسلوب تدريبي مناسب مثل التدريب الهرمي الذي يراه (Bregaa & Fawzy, 2005) بانه " اكثر الأنظمة شيوعا لتطوير القوة والقدرة ، واهم ما يميز هذا النظام هو التقدم التدريجي من الانتقال المنخفضة الى الانتقال العالية مع التكرارات القليلة وبعد ذلك قد يعود اللاعب الى اثقال اقل وتكرارات اعلى "

ويتفق (Al-Lami, 2004) مع (Gaber & Fawzy, 2005) " ان هذه الطريقة شائعة في تدريب رياضي رفع الاثقال (الرباعين) بعد تعيين الحد الاقصى الشخصي للاعب او الوزن المستهدف للوصول اليه حيث يتم تكرار الحمل بعد اخذ راحة تامه ليصل وبصوره تصاعديه الى الحد الاقصى الشخصي او للوزن المستهدف للوصول اليه (Abdelkader, 2022)

ومن هذا نستدل اهمية التدريب الهرمي في رفع مستوى الرباعين في تحقيق الانجازات الرياضية وخصوصا عند تقنين التمرينات المستخدمة في هذا الاسلوب وفق صعوبة الوحدة التدريبية واستعمال النمط الصاعد النازل الذي يعد من انماط التدريب الهرمي المناسب في رفع المستوى البدني وخصوصا القوة المطلوبة .

ومن هنا تتجلى اهمية البحث في رفع مستوى الانجاز برفعة الخطف للناشئين باستعمال التدريب المناسب والصحيح مثل التدريب الهرمي وبتقنين علمي باستعمال التقنين وفق صعوبة الوحدة التدريبية لغرض التدرج بالحمل المستخدم وتطوير اهم القدرات البدنية وهي القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين وبذلك نساهم بوضع تدريب علمي ومقنن لهذه الفئة العمرية لغرض الانجازات المتقدمة في المحافل والبطولات المقامة.

2-1 مشكلة البحث

تعد القوة المميزة بالسرعة مطلب مهم واساسية في رفع الخطف للرباعين وتطويرها يحقق الانجازات والاوزان المتقدمة لذا لابد تدريبها باستعمال اسلوب تدريبي مناسب وبصورة علمية وتقنين الحمل فيها بما يناسبها مستوى العينة وقابليتها ويكون التدرج بالتحمل وفق صعوبة الوحدات التدريبية.

ومن خلال خبرة الباحثان المتواضعة بعلم التدريب الرياضي ورفع الاثقال لاحظا ان مستوى الانجاز لا يرتقي الى مستوى الطموح وما التقدم بالتدريب والذي يرجع الى ضعف القوة المميزة بالسرعة واسلوب تدريبها مما يتطلب استعمال اسلوب تدريبي تخصصي بالقوة مثل الهرمي الصاعد وتقنين التدريب باستعمال صعوبة الوحدة التدريبية لغرض الارتقاء به نحو الافضل.

1-3 أهداف البحث:

- 1- التعرف على تأثير التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين .
- 2- التعرف على نتائج الفروقات بين الاختبارات القبلية والبعدية والمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين .
- 3- التعرف على نتائج الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين .

1-4 فروض البحث

- 1- وجود تأثير ايجابي للتدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين .
- 2- وجود فروقات معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين .
- 3- وجود فروقات معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح مجموعة التجريبية في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفعة الخطف للرباعين الناشئين .

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: الرباعين الناشئين لنادي الميناء الرياضي في محافظة البصرة .

1-5-2 المجال المكاني: قاعة الإقبال في نادي الميناء الرياضي.

1-5-3 المجال الزماني: المدة من 2024/2/11 ولغاية 2024/4/16

1-6 تعريف المصطلحات :

-التدريب الهرمي : " هو تمرين تصاعدي في الجهد الى حد الاعياء كإيقاع بطيء ثم متوسط فسرير او القيام بعكس الهرم ايقاع سريع ومتوسط ثم بطيء " (Othman, 1990)

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: استعمل الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعات المتكافئة (الضابطة والتجريبية) لملامته في حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

3-2 مجتمع البحث وعينه : حدد مجتمع البحث بمصارعي الناشئين لنادي الميناء الرياضي وبلغ عددهم (8) مصارعين وتم اختيارهم بالطريقة العمدية ، وتم تقسيم المجتمع بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) وبلغ عدد كل عينة كل مجموعه(4) لاعبين وتم تجانس العينتين وتكافؤهما كما في الجدول (1) .

جدول (1)

يبين تجانس العينة باستعمال معامل الاختلاف وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية باستعمال اختبار(ت) في

متغيرات البحث

القياسات والاختبارات	القياس	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س	ع	معامل الاختلاف	س	ع	معامل الاختلاف		
الطول	سم	125.42	1.875	1.494	125.62	1.674	1.332	0.137	غير معنوي

العمر التدريبي	سنة	2.214	0.234	10.569	2.352	0.321	13.647	0.602	غير معنوي
القوة المميزة بالسرعة للذراعين	عدد	6.425	0.674	10.49	6.534	0.643	9.84	0.202	غير معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	متر	3.214	0.545	16.957	3.452	0.641	18.568	0.328	غير معنوي
الانجاز	كغم	50.21	0.821	1.635	50.34	0.914	1.815	0.183	غير معنوي

* (ت) الجدولية عند درجه حرية (6) وعند احتمال خطأ (0.05) تبلغ = 1.943

من خلال ملاحظة جدول (1) تبين لنا العينة متجانسة داخل كل مجموعة لان قيمة معامل الاختلاف لم تتجاوز (30%) ، كذلك تبين لنا هناك تكافؤ بين المجموعتين لان قيم ت المحتسبة اقل من الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية .

3-3 وسائل جمع المعلومات .

- المصادر العربية والأجنبية ، الاختبارات المستخدمة ، ميزان طبي ، ساعة إيقاف يدوية ، أثقال قانونية متعددة الأوزان ، بار حديدي نظامي ، شريط قياس مدرج بلاستيك (2متر).

3-4 إجراءات البحث الميدانية

3-4-1 تحديد متغيرات البحث

حسب المراجع والمصادر وخصوصية البحث ومتطلباته في تحديد مشكله البحث ومعالجتها تم تحديد القدرات البدنية الضرورية للمصارعين الناشئين .

3-4-2 الاختبارات المستخدمة :

3-4-2-1 اختبار القوة المميزة بالسرعة : (Marwan, 2002)

- اسم الاختبار : القوة المميزة بالسرعة للذراعين .

الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين .

الأدوات : مقعد سويدي ، أثقال بوزن (10 كغم) .

وصف الأداء : عند البدء تكون الذراعين في استناد كامل يرفع وزن قدره (10 كغم) يطلب من اللاعب خفض البار ورفعه للأعلى على طول استناد الذراعين وهكذا .

التسجيل : يحسب عدد مرات الأداء خلال (20 ثانية) .

3-4-2-2 القوة المميزة بالسرعة للرجلين : (Kazem, 1999)

اسم الاختبار:- اختبار الوثب الطويل إلى الأمام لمدة (10) ثانية

الغرض من الاختبار:- قياس صفة القوة المميزة بالسرعة للرجلين

الأدوات :- شريط قياس - ساعة إيقاف - ارض ملعب - صافرة

طريقة الأداء:- يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع الصافرة يقوم بعمل وثبات للأمام ثم تقاس المسافة التي قطعها خلال (10) ثواني .

الشروط : - عدم ملامسة أي جزء من الجسم للأرض ماعدا القدمين

-بذل أقصى جهد من قبل المختبر لتسجيل أكبر مسافة ممكنة

إدارة الاختبار: مؤقت يقوم بإعطاء إشارة البدء وحساب الزمن المستغرق لأداء الاختبار

التسجيل: يسجل للمختبر أكبر مسافة قطعها من خلال وقت الاختبار (10) ثواني وتعطي له ثلاث محاولات ومدة الراحة بين المحاولة وأخرى من (5-7) دقائق لاستعادة الشفاء وتسجيل له أفضل محاولة.

3-2-4-3 اختبار الانجاز لرفعة الخطف: (Al Khaffaf, 2024)

- الغرض من الاختبار : قياس الانجاز لرفعة الخطف .

- وحدة القياس للاختبار : الكيلوغرام.

- الانوات : بار حديد مع اقراص حديد.

- مواصفات الاداء : يقف المختبر على منصة الرفع والقدمان بعرض الصدر ومنحرفتان قليلا" للخارج ، والايهام

عمودي تحت البار والركبتين امام الورك فيكون اتجاهه الى الامام بنفس مستوى الركبتين ويرتفع قليلا" للأعلى

والذراعان ممدودتان والكتف عمودي على الرسغ وبعدها يبدأ الرباع بانتزاع النقل من منصة الرفع ثم يقوم بنشر النقل

والجلوس تحته ويتزن الرباع ثم ينهض الى الاعلى بصورة عمودية والجسم على استقامة واحدة والذراعان ممدودتان الى الاعلى والنظر الى الامام.

3-4-3 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة على عينة البحث المجموعة التجريبية والبالغة (4) لاعبين وذلك بتاريخ 2024/2/11 وتم تطبيق فيها التمرينات المستخدمة، وكان غرض التجربة تقنين التمرينات ومعرفة مدى ملائمة الشدة الموضوعة والحجم المطلوب ووقت الراحة الكافي. كذلك معرفة الزمن المطلوب .

3-5-3 التجربة الميدانية :

3-5-3-1 الاختبارات القبلية: تم إجراء الاختبارات القبلية في 2024/2/18

3-5-3-2 التدريب الهرمي المستخدم :

قام الباحث بإعداد تمرينات وتطبيقه وفق شكل الصاعد النازل اي الهرمي المزدوج ويتميز هذا الاسلوب بالصعود والنزول بالشدة التدريبية في نفس الوحدة التدريبية حيث يتم التحكم بالشدة من خلال (الصعود بالوزن للأداة المستخدمة اولا يقابله نزول بالتكرار ثم نزول بالوزن للأداة المستخدمة يقابله صعود بالتكرار) .

وتراوح الشدة المستخدمة (70-80 %) ،اما الحجم فيكون حسب الشدة الموضوعة ويتم التحكم بالوزن اوتم اعتماد النبض بالراحة اما طريقة التدريب كانت الفترتي المرتفع الشدة .

وتم تطبيق التمرينات في الوحدات التدريبية بالقسم الرئيس من برنامج المدرب خلال فترة الاعداد الخاص وعلى مدة (شهرين) لمدة (8) أسابيع وينكر (Costilla, 1992) إن التدريب لمدة (8) أسابيع يكون كافية لإحداث تكيفات وزيادة القدرة البدنية". وطبقت التمرينات للمدة من 2024/2/19 ولغاية 2024/4/15 .

3-5-3-3 الاختبارات البعنية : أجريت الاختبارات البعنية بتاريخ 2024/4/16

3-6-3 الوسائل الإحصائية: تم استعمال نظام spss

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية القبلية

والبعدية للمجموعة الضابطة

الاختبارات البدنية	وحدة القياس	الوسط الحسابي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		قبلي	بعدي			
القوة المميزة بالسرعة للذراعين	عدد	6.425	8.231	0.647	2.791	معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	متر	3.214	4.012	0.221	3.61	معنوي
الانجاز	كغم	50.21	51.986	0.241	3.219	معنوي

* قيمة (ت) والجدولية عند درجة حرية (3) واحتمال خطأ (0.05) = 2.353

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية القبلية

والبعدية للمجموعة التجريبية

الاختبارات البدنية	وحدة القياس	الوسط الحسابي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		قبلي	بعدي			
القوة المميزة بالسرعة للذراعين	عدد	6.534	10.745	1.231	3.42	معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	متر	3.452	5.896	0.886	2.758	معنوي
الانجاز	كغم	50.34	53.46	0.745	5.836	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (3) واحتمال خطأ (0.05) = 2.353

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية وقيم (ت) المحتسبة والجدولية للمتغيرات البدنية

البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
		س البعدي	ع	س البعدي	ع		
القوة المميزة بالسرعة للذراعين	عدد	8.231	0.678	10.745	0.764	4.268	معنوي
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	متر	4.012	0.432	5.896	0.324	6.057	معنوي
الانجاز	كغم	51.986	0.457	53.46	0.745	2.924	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (6) واحتمال خطأ (0.05) والبالغة = 1.943

من خلال عرض الجدولين (2) و(3) تبين لنا هناك فروقات معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطور القدرات البدنية للمجموعتين وهذا يدل على إن التدريب المستخدم للمجموعتين قد أحدث تطور وهذا التخطيط الصحيح للتدريب المستخدم وتحقيق اهدافه اذ يذكر (Al-Mukhtar, 1998) "أن التخطيط السليم واختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفات البدنية المستخدمة جميعها تعتمد على إتقان اللاعب للمهارات الأساسية

بينما يرى (Marwan & Muhammad, 2010) " أن هدف عملية التدريب الرياضي هو الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى من الإنجاز الرياضي في الفعالية أو النشاط الذي يتخصص فيه اللاعب"

ومن خلال ملاحظة جدول (4) تبين لنا تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في تطوير القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين وتحقيق الانجاز المطلوب (Al-Saeed et al., 2016) وهذا يدل على نجاح التدريب الهرمي كونه اسلوب ناجح في تحقيق المستوى المطلوب إذ يرى (Haitham, 2000) و (Sami, 1995) " بأن استعمال الوسائل التدريبية المبنية على أسس علمية وصحيحة يؤدي إلى تطوير الصفات البدنية وخاصة باللعبة المعنية " اما بخصوص الانجاز فانه تحقق نتيجة رفع مستوى القوة المميزة بالسرعة وهذا يدل على الترابط بين البدني والمهاري إذ ترى (Ishraq, 2009) " أن التدريب الرياضي الحديث مبني على أساس الانسجام والتناغم بين الأعداد البدني ، والأعداد المهاري بصورة واحدة دون انفصال "

وبخصوص دور القوة المميزة بالسرعة لرفع الأثقال يرى (Qasim, 1998) " القوة العضلية عنصر اساسي لتعين المستوى في الفعاليات التي تتطلب التغلب على مقاومة كبيرة مثل رفع الثقال والجمناستك والمصارعة "

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- 1- التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية تدريب ناجح في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفع الخطف للرباعين الناشئين
- 2- التقنين وفق صعوبة الوحدة التدريبية يساعد على رفع الحمل بالهرمي صعود ونزول ووفق قابلية الرباعين الناشئين مما يعطي نتائج افضل بالقوة المميزة بالسرعة والانجاز.

5-2 التوصيات:

- 1- اعتماد التدريب الهرمي (الصاعد النازل) وفق صعوبة الوحدة التدريبية تدريب كونه ناجح في تطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين والرجلين والانجاز لرفع الخطف للرباعين الناشئين
- 2- التأكيد على التقنين وفق صعوبة الوحدة التدريبية لأنه يساعد على رفع الحمل بالهرمي صعود ونزول ووفق قابلية الرباعين الناشئين مما يعطي نتائج افضل بالقوة المميزة بالسرعة والانجاز.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في الرباعين الناشئين لنادي الميناء الرياضي في محافظة البصرة

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

حسن فرحان علوان <https://orcid.org/0000-0001-6658-2451>

References

- Abdelkader, A. K. (2022). The Effect of Integrated Electronic Mental Maps in Teaching Some Grips in The Wrestling Game. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2).
- Al Khaffaf, Z. M. R. (2024). The effect of special exercises to develop explosive ability and snatch lift performance for young weightlifters. *European Journal of Sports Science Technology*, 14(50), 405–427. <https://doi.org/https://doi.org/10.58305/ejsst.v14i50.483>
- 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.
- Al-Lami, A. A. H. (2004). *Scientific foundations of sports training* (p. 138). Baghdad and Al-Latif Printing Press.
- Al-Mukhtar, H. M. (1998). *Football Technical Director* (p. 96). Al-Kitab Publishing Center.
- Al-Saeed, R., Pain, M. T. G., & Lindley, M. (2016). Hip and knee loading of karate players performing training and competition Style Versions of a roundhouse KICK. *ISBS-Conference Proceedings Archive*.
- Bregaa, M. G., & Fawzy, I. (2005). *The integrated system for strength training and muscular endurance* (p. 110). Maaref Foundation.
- Costilla, D. at al. (1992). *swimming* , *Blackwell scientific* (p. 134).
- Gaber, M., & Fawzy, I. (2005). *The Scientific Encyclopedia of Wrestling – Weight Training* (p. 27). Maaref Establishment.
- Haitham, M. (2000). *The effect of a proposed training program to develop the accuracy and speed of skill performance for fencers* [Master's thesis]. Haram, Helwan University.
- Ishraq, G. A. (2009). *The effect of motor response speed exercises in developing some functional, physical and motor variables associated with retaliatory and counterattacks in foil* [PhD thesis]. University of Baghdad.
- Kazem, J. A. (1999). *Physiological tests and measurements in the sports field: Vol. 2nd edition*. That Al Salasil Printing, Publishing and Distribution.
- Marwan, A. M. I. (2002). *Medical Classification and International Law of Wheelchair Basketball for the Disabled* (p. 157). Dar Al Thaqafa for Publishing and Distribution.
- 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.
- Othman, M. (1990). Encyclopedia of athletics. *Training of Arbitration Education*, 1, 1.

Qasim, H. H. (1998). *Foundations of Sports Training* (1st ed, p. 145). Dar Al Fikr for Printing, Publishing and Distribution.

Sami, S. E.-D. (1995). *The effect of using fixed and moving targets on accuracy in fencing* [Master's thesis]. Tanta University.

ملحق (1)

نموذج من الوحدات التدريبية

الشدة: 70%

الأسبوع : الأول

الزمن الكلي: 45-47 دقيقة

الوحدة التدريبية : 1

الراحة		الحجم	التمرينات	الزمن	القسم
بين التكرارات	بين المجاميع				
رجوع النبض 120-110 ض/د	رجوع النبض 130-120 ض/د	2× 5	1- رفع ثقل مع البار زنة (20) كغم من وضع الاستلقاء على الظهر.	1.52 د	الرئيس
		2× 5	2- حمل بار زنة (15) كغم وعمل نصف دبني	1.45 د	
		3× 5	3- حمل ثقل وخفضه من الوقوف زنة (30) كغم	1.44 د	
		2× 3	4- قفز ارنب لمسافة (10) متر	2.54 د	



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effectiveness of functional training on some immune and physical variables among football players

Bazaar Ali Jokul¹✉ Manhal Nabeel Boya²✉ Nevian Yasser Abdullah³✉

University of Salahaddin – Erbil^{1,2}

University of Duhok³

Article information

Article history:

Received 24/9/2024

Accepted 23/10/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

functional training - Immune and
physical variables - football

Abstract

The study aimed to: identify the effectiveness of functional training on some immune and physical variables among junior football players. The researchers used the experimental method with a single-group design with pre- and post-tests to suit the nature of the research. The research sample consisted of junior football players at Al-Karkh Sports Club. The research tools included some physical tests that aim to measure the explosive strength of the lower limbs, transitional speed, performance endurance and agility. The researchers concluded that the effectiveness of the functional training program in raising the efficiency of the immune system among junior football players. The researchers also recommended the need to use training programs based on functional training by junior football players because of their positive effects in raising the level of efficiency of the immune system.



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



فاعلية التدريب الوظيفي على بعض المتغيرات المناعية والبدنية لدى لاعبي كرة القدم

✉ نيفيان ياسر عبد الله³

✉ منهل نبيل بوياء²

✉ بژار على جوكل¹

جامعة دهوك³

جامعة صلاح الدين / أربيل^{2,1}

المخلص

هدفت الدراسة : التعرف على فاعلية التدريب الوظيفي على بعض المتغيرات المناعية والبدنية لدى لاعبي كرة القدم لفئة الناشئين. استعمل الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته طبيعة البحث، أما عينة البحث فتمثلت من لاعبي كرة القدم فئة الناشئين في نادي الكرخ الرياضي، واشتملت أدوات البحث من بعض الاختبارات البدنية التي تهدف لقياس القوة الانفجارية للأطراف السفلى والسرعة الانتقالية وتحمل الاداء والرشاقة، واستنتج الباحثون ان فاعلية البرنامج التدريبي الوظيفي في رفع كفاءة الجهاز المناعي لدى ناشئي كرة القدم وكذلك أوصى الباحثون الى ضرورة استعمال برامج تدريبية قائمة على التدريب الوظيفي من قبل لاعبي كرة القدم لفئة الناشئين لما لها من تأثيرات ايجابية في رفع مستوى كفاءة الجهاز المناعي

معلومات البحث

تاريخ البحث :
الاستلام : 2024/9/24
القبول : 2024/10/23
التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

التدريب الوظيفي – المتغيرات المناعية والبدنية –
كرة القدم

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعتبر علم فسيولوجيا التدريب الرياضي إحدى العلوم الأساسية في مجال التدريب الرياضي حيث يتم تطوير القدرات الوظيفية لأعضاء وأجهزة الجسم وذلك باستعمال أعمال التدريب التي تهدف إلى تحقيق المتطلبات الخاصة للنشاط الرياضي الممارس.

كما أن الاتجاهات الحديثة للتدريب الرياضي نحو تطوير القدرات البدنية تعتمد في جوهرها على تطوير كفاءة وأجهزة الجسم الفسيولوجية مع المحافظة على صحة الرياضي فضلاً عن الاهتمام بعدم تعرضهم للإصابات بالأمراض، حيث يشير (Salama, 2002) إلى أن التخطيط للبرامج التدريبية للأفراد والفرق يتم بناءً على الاختبارات الفسيولوجية التي تطبق على أجهزة الجسم الحيوية.

ومن هذا المنطلق فإن لعبة كرة القدم الحديثة شهدت تطوراً ملحوظاً وكبيراً في جميع مكوناتها من حيث النواحي الوظيفية والبدنية والمهارية والخططية، والتي أدت إلى تغيير أسلوب اللعب إذ أصبح يتسم بالسرعة والقوة والاداء الفني الرفيع والمميز، وبفضل الكثير من الباحثين والمختصين في مجال التدريب في كرة القدم الذين ابتكروا أساليب جديدة وأسس علمية في بناء تمارين خاصة لرفع المستوى العام لأداء فرقهم والارتقاء بها إلى أفضل المستويات، فضلاً عن الاهتمام الكبير الذي تحته لعبة كرة القدم مقارنة بالفعاليات والألعاب الرياضية الأخرى، ومن هنا نلاحظ كثرة الدراسات والبحوث التي تناولت لعبة كرة القدم والتي أسهمت بشكل كبير بتطويرها وعلى وجه الخصوص من حيث الوسائل التدريبية والذي جعل من لعبة كرة القدم أكثر متعة وتشويقاً.

إن العملية التدريبية في المجال الرياضي أصبحت أساساً يعتمد عليه للوصول إلى المستويات العالية وذلك من خلال وسائل البحث العلمي، إذ قام الباحثون في مجال التدريب الرياضي بأبحاث ساهمت إلى حد كبير في تطوير مختلف أنواع الأنشطة الرياضية وقد حظت لعبة كرة القدم ولاعبوها بالكثير من نتائج هذه الأبحاث التي كان لها الأثر المرجو في التطور الذي طرأ على فنون اللعبة. ومن ضمن هذه الأساليب التي تم استعمالها في تطوير قدرات لاعبي كرة القدم هو تدريب اللاعبين بأسلوب التدريب الوظيفي لما لهذا الأسلوب من التدريب أهمية ودور كبير في تطوير وتحسين نتائج الفرق في كافة الجوانب ومن أهمها الجانب الوظيفي والبدني والتي تنعكس بشكل كبير على الاداء الفني والمهاري للاعبين. (Abdulrahman et al., 2020)

حيث يشير (Mushtaq, 2023) بأن التدريب الوظيفي هو أحد التوجهات الحديثة والمهمة في المجال الرياضي ومن مجالات التدريب الرياضي هو مجال كرة القدم إذ يعمل هذا التدريب على تحسين وظائف أجهزة الجسم المختلفة من أجل تطوير المستوى الرياضي للاعبين كرة القدم عن طريق تدريب عضلات الجسم المختلفة في آن واحد وتهيأتها لأداء الواجبات الحركية أثناء التدريب والمنافسة.

ويذكر رون جونز (Ron Jones) إلى أن التدريبات الوظيفية تعد من الأشكال التدريبية المستخدمة حديثاً في المجال الرياضي (Sobhi, 2005).

كما يضيف فابيو كوماننا (Fabio, 2004) أن الرياضيين يمارسون التدريبات الوظيفية في المجال الرياضي تحت مسمى التدريبات النوعية وذلك لتشابه الاداء في التدريبات الوظيفية والتدريبات النوعية، إلا أن التدريبات الوظيفية تختلف عن التدريبات النوعية في أن التدريبات الوظيفية تركز على تقوية عضلات المركز (القوة المحورية) حيث أن العمود الفقري هو منشأ الحركة

لقد أصبح علم المناعة في الوقت الحالي من العلوم المعاصرة والمهمة نظرا لارتباطها بالمشاكل الصحية المختلفة التي أصبحت تواجه الإنسان في اتجاهين أساسيين الأول يرتبط في تحقيق البطولات الرياضية من خلال المنافسات والثاني يرتبط في ممارسة الرياضة، إلا أن موضوع المناعة يرتبط في الاتجاهين فالجهاز المناعي جهاز وظيفي يتكون من الخلايا للمقاومة التي توجد في الأعضاء للمقاومة كالكبد والغدة التيموسية والعقد اللمفاوية واللوذين ، وهذه الخلايا تقاوم الاجسام الغريبة التي تهاجم جسم الإنسان، فالجهاز المناعي يعد آلية من آليات الاتزان الداخلي في الجسم ويبطل عمل الكائنات الممرضة فهو يحمينا من البكتيريا والفيروسات وخلايا السرطان (Al-Ashqar, 1998)

ويشير كل من (Al-Shennawi, 2001) الى ان هناك خطأ رفيعا يفصل بين الحمل البدني المنتظم الذي يبني على اسس علمية ويؤدي الى رفع كفاءة الجسم المختلفة ومنها الجهاز المناعي وبين الحمل البدني مرتفع الشدة والذي يعد هجوما على اجهزة الجسم المختلفة فيصيبها بالهبوط النسبي عن حالتها التي كان عليها حتى يتم استعادة الشفاء وتعد الأنشطة الرياضية من اهم العوامل التي تساعد على تنشيط الجهاز المناعي حيث اثبتت العديد من الدراسات والابحاث ان الافراد الذين يمارسون الأنشطة الرياضية تزداد مقاومتهم لسموم البيئة والاشعة الضارة وعلى العكس من ذلك فان قلة ممارسة النشاط البدني يؤدي الى تراكم نواتج الايض الضارة والبكتيريا والفيروسات. (Hamida, 2006)

لذا فان اهمية البحث تكمن في اعداد تدريبات بأسلوب التدريب الوظيفي والذي يعد اسلوبا حديثا في التدريب الرياضي للوقوف على اثره في تطوير بعض المتغيرات البدنية والمناعية لدى لاعبي كرة القدم لفئة الناشئين لغرض تحقيق مستويات رياضية عالية تعكس تحقيق أفضل الانجازات.

1-2 مشكلة البحث:

يسعى العديد من الباحثين الى تقديم الحلول للمشاكل التي تواجه المدربين واللاعبين في مختلف الالعاب الرياضية وعلى وجه الخصوص لعبة كرة القدم، إلا انه تبقى بعض المشاكل التي تواجه تطور لاعبي كرة القدم والذي يجعل الباحثين يبحثون عن اساليب وطرائق تدريب حديثة لتطوير مستوى لاعبي كرة القدم. لذا فان مشكله البحث تكمن في كيفية الانسجام مع التوجهات الحديثة للتدريب الرياضي والتي تدعو الى التجديد والحداثة في طرائق واساليب التدريب وجاءت الدراسة الحالية من بين الدراسات التي تدعو الى استعمال اسلوب من اساليب التدريب الحديثة وهو التدريب الوظيفي ومعرفة اثره على بعض القدرات البدنية لدى لاعبي كرة القدم فئة الناشئين. (Khazal et al., 2024)

ومن جانب اخر يرى الباحثون ان الاعداد البدني المبني على اسس علمية سليمة يعد افضل الطرق واكثرها للارتقاء بالمستوى الوظيفي لأجهزة الجسم المختلفة وان تقنين الاعمال التدريبية يجب ان تكون مناسبة مع قدرات وامكانيات اللاعبين المختلفة، حيث لاحظ الباحثون ان الكثير من المدربين يستخدمون اساليب وطرق تدريبية تتميز بالشدة العالية وذلك لمحاولة الوصول الى اعلى المستويات الرياضية لدى اللاعبين الذين يقومون بتدريبهم، ويرى الباحثون ان ذلك قد يؤثر بشكل سلبي على مستوى وكفاءة اجهزة الجسم الحيوية وخاصة جهاز المناعة الذي يقوم بحماية الجسم من الاجسام الغريبة التي قد تهدد بقاءه على الحياة وبالتالي تؤثر بالسلب على المدى البعيد و الابتعاد عن التدريبات الوظيفية رغم أهميتها في الإعداد والتأهيل الرياضي في فترة إعداد مما كان له الأثر الكبير في إيمان الباحثون بضرورة البحث عن أفضل الأساليب التدريبية المناسبة التي تسهم في الارتقاء بمستوي الصفات البدنية والتي ينعكس أثرها على الأداء المهاري بالإضافة الى معرفة تأثير التدريبات الوظيفية على خلايا المناعة.

1-3 هدف البحث:

1. فاعلية اسلوب التدريب الوظيفي على بعض المتغيرات المناعية والبدنية لدى لاعبي كرة القدم فئة الناشئين.

1-4 فرض البحث:

1. هناك فاعلية لأسلوب التدريب الوظيفي على بعض المتغيرات المناعية والبدنية لدى لاعبي كرة القدم فئة الناشئين.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبي كرة القدم فئة الناشئين في نادي الكرخ.

2-5-1 المجال الزمني: للفترة من 2024/5/19 ولغاية 2024/7/11.

3-5-1 المجال المكاني: ملعب كرة القدم في نادي الكرخ.

1-6 تحديد المصطلحات:

التدريب الوظيفي: عرفه (Further, 2019) بأنه "تدخل تدريبي جديد قد يختبر أنظمة الجسم بطريقة متوازنة ومتكاملة من خلال تحدي قدرات الافراد على إكمال العمل الميكانيكي"

وعرفه (Mushtaq, 2023) بأنه أسلوب تدريبي يعمل على تطوير القدرات البدنية والحركية من خلال اداءات متنوعة لعضلات ومفاصل الجسم المختلفة وبالتالي تنعكس على الاداء المهاري والخططي.

ويعرفه الباحثون إجرائيا بأنه احد اساليب التدريب الحديثة في مجال التدريب الرياضي وعلى وجه الخصوص التدريب في مجال كرة القدم إذ يعمل هذا النوع من التدريبات على تحسين القدرات البدنية ووظائف اجهزة الجسم المختلفة للوصول الى افضل المستويات وذلك عن طرق تدريب عضلات الجسم المختلفة في وقت واحد وتهيأتها لتنفيذ متطلبات اللعب المختلفة في التدريب والمنافسة.

اسلوب التدريب الوظيفي:

يعتبر الخبراء المختصين في مجال التدريب الرياضي ان اسلوب التدريب الوظيفي يعمل على تدريب العضلات لأداء المهام التدريبية وذلك عن طريق محاكاة هذه التمارين للواجبات التي ينبغي ان يقوم بها اللاعب اثناء المنافسة او التدريب، وتهدف التدريبات الوظيفية بشكل رئيسي على تعزيز النشاطات الجسمية حيث تعتمد هذه التمارين على نمط ودرجه لياقة الجسم والحالة الصحية والاهداف المراد تحقيقها، وعليه يمكن ان يكون التدريب الوظيفي عبارة عن مجموعة من التمارين الخاصة لتحسين اداء اللاعب .

لذا يجب ان يكون التدريب الوظيفي جزءا اساسيا من برامج تطوير القدرات البدنية لكل فرد والتي يكون فيها الهدف الاساسي من التدريب هو تحسين الحالة الوظيفية، لذلك فان اسلوب التدريب الوظيفي يركز بشكل اساسي على الانماط الحركية التي ترتبط بالأداء الافضل، حيث تؤدي التدريبات الوظيفية على تقوية الفرد بطريقة خاصة تكون فيها التدريبات مركبة والتي يتطلب العمل فيها الى اكثر من مجموعة عضلية وهي في هذه الحال تحاكي الواقع الحقيقي للفعاليات الرياضية المختلفة والتي تكون افضل من التمرينات المعزولة او المنفردة.

كما في دراسة (Ashraf & Badr, 2018)

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير التدريبات الوظيفية على بعض المتغيرات البدنية ومستوى اداء الركلات الثابتة لناشئي كرة القدم بدولة الكويت.

اعتمد الباحث على المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة، واشتملت عينة البحث على ناشئي كره القدم في نادي القادسية الكويتي للموسم التدريبي (2017- 2018) تحت اعمار من (14 الى 16) سنة وبلغ عددهم (22) ناشئ تم اخذ (9) ناشئين كعينة اساسية و(8) وناشئين لأجراء التجارب الاستطلاعية. وقد راعى الباحث من

اجراء التجانس لعينة البحث في المتغيرات التي تلعب دور مؤثر على المتغيرات التابعة للبحث، واشتملت الاختبارات المستخدمة في البحث من اختبار الوشب العمودي من الثبات لقياس القدرة العضلية للرجلين واختبار العدو (50) متر لقياس السرعة القصوى واختبار الجري المكوكي (4*55) لقياس مستوى الرشاقة. وبعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التدريبي تم اجراء الاختبارات البعدية، وتم جمع البيانات ومعالجتها بالوسائل الاحصائية المناسبة باستعمال اختبار (ت) للعينات المترابطة وتوصلت الدراسة الى اهم الاستنتاجات الآتية:

- ان اداء اسلوب التدريب الوظيفي ادى الى تنمية القدرات البدنية لدى ناشئي كرة القدم.
- واوصت الدراسة الى ضرورة الاهتمام باستعمال اساليب تدريبية حديثة كأسلوب التدريب الوظيفي لما له من اثر ايجابي في تنمية القدرات البدنية والمهارية لدى ناشئي كرة القدم.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث والتصميم التجريبي:

استعمل الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة المشكلة، وأعتمد الباحثون التصميم التجريبي الذي يعرف بتصميم (المجموعة المتكافئة عشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبلية والبعدية) ويمكن توضيح ذلك في الشكل (1).

المجموعة	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي
التجريبية	المتغيرات البدنية والمتغيرات المناعية	أسلوب التدريب الوظيفي	المتغيرات البدنية والمتغيرات المناعية

الشكل 1

يوضح التصميم التجريبي للبحث

3-2 مجتمع البحث وعينته: اشتمل مجتمع البحث من لاعبي ناشئي كرة القدم في نادي الكرخ الرياضي، وقد تم اختيار مجتمع البحث بصورة عمدية من لاعبي (ناشئي كرة القدم في نادي الكرخ الرياضي) بأعمار (14 -16) سنة، والبالغ عددهم (22). وتم اختيار عينة البحث للتجربة الرئيسة بالطريقة العشوائية البسيطة، أذ تم اختيار (10) لاعبين بشكل عشوائي، والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول 1

يبين عدد أفراد العينة البحث

المجموعة	المجتمع	عينة التجارب الاستطلاعية	عينة التجربة الرئيسة
التجريبية	22	10	10
%	%100	%45.45	%45.45

3-3 تحديد المتغيرات وضبطها: تمثلت متغيرات البحث بما يأتي:

- المتغير المستقل : اسلوب التدريب الوظيفي.
- المتغيرات التابعة:
- أ- المتغيرات البدنية والمناعية المحددة في البحث.
- ب- المتغيرات غير التجريبية التي من الممكن ان تؤثر في سلامة التصميم التجريبي للبحث والتي تم محاولة ضبطها من خلال التحقق من السلامة الداخلية من خلال ضبط (ظروف التجربة- المتغيرات المتعلقة بالنضج- ادوات القياس) كما

تم التحقق من السلامة الخارجية من خلال ضبط المتغيرات (تأثيرات التعدد في المتغيرات المستقلة- اثر اختبار القبلي-
اثر اجراء التجربة من خلال السيطرة على المهارات الاساسية والمدرّب وتوزيع الوحدات التدريبية)
3-4 التوزيع الاعتدالي

الجدول 2

يبين التوزيع الاعتدالي لعينة البحث في المتغيرات البدنية والمناعية

المتغيرات	d.f	Shapiro-Wilk	Sig	الدالة
IGA	10	.965	.682	غير معنوي
IgG	10	.916	.493	غير معنوي
IgM	10	.913	.491	غير معنوي
WBC	10	.928	.538	غير معنوي
Neutrophil	10	.922	.513	غير معنوي
Lymphocytes	10	.899	.407	غير معنوي
Mono1cyte	10	.961	.611	غير معنوي
Eosinophil	10	.907	.530	غير معنوي
Basophil	10	.904	.528	غير معنوي
القوة الانفجارية للاطراف السفلى	10	.885	.368	غير معنوي
السرعة الانتقالية	10	.943	.581	غير معنوي
تحمل الاداء	10	.867	.359	غير معنوي
الرشاقة	10	.933	.544	غير معنوي

يتضح من الجدول (2) ان قيم الاحتمالية لاختبار Shapiro-Wilk كانت اكبر من (0.05) وهذا يدل على ان عينة البحث في المجموعة التجريبية تتوزع توزيعاً اعتدالياً في جميع المتغيرات البدنية والمناعية.
3-5 التجانس:- على الرغم من التوزيع العشوائي لمجموعة البحث إلا أن الباحثون أرتأوا إجراء التجانس في عدد من المتغيرات والتي قد تؤثر في المتغيرات التابعة (الاختبارات البدنية والمناعية) على حساب المتغير المستقل (البرنامج التدريبي وفق الاسلوب الوظيفي) وكما يأتي:-

3-5-1 تجانس (العمر - الطول - الكتلة - العمر التدريبي)

الجدول 3

يبين تجانس متغيرات العمر - الطول - الكتلة - العمر التدريبي لمجموعة البحث

المتغيرات	س -	± ع	الالتواء	التفرطح
الطول	169.291	3.672	0.611	0.967
الكتلة	61.80	3.940	0.519	1.618
العمر الزمني	17.531	.608	0.716	0.944-
العمر التدريبي	3.391	.669	0.318	0.878-

يتضح من الجدول (3) ما يأتي:-

- التجانس: بلغت قيم الالتواء لمتغيرات العمر والطول والكتلة محصورة بين (± 1) وقيم التفرطح محصورة بين (± 2) ،ويعد هذين المؤشرين على تجانس افراد المجموعة التجريبية في جميع المتغيرات.

2-5-2 التجانس في المتغيرات البدنية والمناعية:-

الجدول 4

يبين تجانس افراد مجموعة البحث في المتغيرات البدنية والمناعية

المتغيرات	س -	\pm ع	الالتواء	التفرطح
IGA	161.68	28.17	0.472	0.712
IgG	1127.64	113.45	0.547	1.331
IgM	255.67	64.35	0.372	0.520
WBC .TOTEL	4859.97	979.528	0.691	-0.907
Neutrophil	2671.65	461.280	0.807	0.967
Lymphocytes	1864.815	522.632	0.853	-1.712
Monocyte	213.161	77.964	0.697	-1.374
Eosinophil	88.912	30.467	0.246	0.376
Basophil	21.661	9.421	0.604	-0.683
القوة الانفجارية للأطراف السفلى	21.862	5.677	0.611	0.187
السرعة الانتقالية	3.550	0.357	0.736	0.731
تحمل الاداء	1.56	0.12	0.188	-0.843
الرشاقة	53.612	3.614	0.671	-1.336

يتضح من الجدول (4) ما يأتي:- بلغت قيم الالتواء لجميع المتغيرات البدنية والمناعية المحددة في الجدول اعلاه محصورة بين (± 1) وقيم التفرطح محصورة بين (± 2) ،ويعد هذين المؤشرين على تجانس افراد مجموعة البحث في جميع المتغيرات البدنية والمناعية.

3-6 أدوات البحث

3-6-1 الاختبارات البدنية:-

تم تحديد الصفات البدنية وذلك عن طريق الاستعانة بالمراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال كرة القدم وعرضها في صورة استبيان على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم التدريب وكرة القدم والبالغ عددهم (8) خبراء ، وكذلك الاختبار الانسب لكل صفة بدنية. وبعد جمع استمارات الاستبيان وحسب نسبة اتفاق السادة المختصين تم ترشيح الصفات البدنية التي سيتضمنها المنهج التدريبي وهي (القوة الانفجارية للأطراف السفلى ، السرعة الانتقالية ، الرشاقة ، تحمل الاداء) والاختبارات الملائمة لقياس تلك الصفات والتي حصلت على نسبة اتفاق (87.5%) واكثر من آراء السادة المختصين وكما موضح في الجدول (5) .

الجدول 5

يبين نسبة الاتفاق للصفات البدنية المحددة في البحث

القبول	نسبة الاتفاق	الخبراء		الصفة البدنية	ت
		غير موافقون	موافقون		
	%50	4	4	القوة القصوى للاطراف العليا	1
	%62.5	3	5	القوة الانفجارية (للاطراف العليا)	2
*	%87.5	1	7	القوة الانفجارية (للاطراف السفلى)	3
	%62.5	3	5	القوة المميزة بالسرعة (للرجلين)	4
	%25	6	2	القوة المميزة بالسرعة (للذراعين)	5
*	%100	0	8	السرعة القصوى	6
	%50	4	4	تحمل قوة	7
	%50	4	4	تحمل سرعة	8
*	%100	0	8	تحمل اداء	9
*	%100	0	8	الرشاقة	10
	%62.5	3	5	المطاولة العامة	11
	%50	4	4	المرونة	12
	%62.5	3	5	التوافق	13

3-6-1-1 صدق الاختبارات البدنية :-

تم عرض الاختبارات البدنية على مجموعة من الخبراء والمختصين (صدق المحكمين) في مجال علم التدريب وكرة القدم والبالغ عددهم (8) خبراء حيث يتضح من الجدول (6) ان الاختبارات البدنية حصلت على نسبة اتفاق (87.5 %) واعلى ،فضلا عن هذا ظهرت قيم الاحتمالية لاختبار Chi-Square اقل من 0.05 في جميع المتغيرات البدنية المحددة في البحث، وهذه النتيجة تدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين آراء الخبراء (الموافقون وغير الموافقون) ، وان هذا الفرق كان لصالح الخبراء الموافقون، وهذا يدل على صلاحية جميع الاختبارات البدنية لطبيعة هذه الدراسة وملائمتها لأفراد عينة البحث. وهذا يعد مؤشرا على نيل جميع الاختبارات البدنية على نسبة صدق عالية من قبل المحكمين وهي (87.5%) واعلى.

الجدول 6

يبين نسبة اتفاق الخبراء للاختبارات البدنية المرشحة وقيمة كاي سكوير (صدق المحكمين)

الدلالة	Sig	Chi-Square	نسبة الاتفاق	الخبراء		الهدف	الاختبارات البدنية
				غير موافقون	موافقون		
معنوي	.000	8	%100	0	8	قوة انفجارية اطراف سفلى	القفز العمودي سارجنت/سم
معنوي	.000	8	%100	0	8	سرعة انتقالية	ركض 30 م من الوضع الطائر/ثا
معنوي	.000	8	%100	0	8	الرشاقة	الجري المكوكي 55*4/ثا
معنوي	.021	4.62	%87.5	1	7	ركض متعرج بالكرة وينتهي بالتهديف	تحمل الاداء/ثا

3-6-1-2 ثبات الاختبارات البدنية:-

من اجل التأكد من ثبات الاختبارات البدنية في اجراءات البحث ، تم تطبيق الاختبارات البدنية في يوم الاحد الموافق 5 / 2024 على عينة قوامها (6) لاعبين من مجتمع البحث ، وتم اعادة تطبيق الاختبارات في يوم الاحد الموافق

2024/5/12. وتم استعمال معامل الارتباط البسيط بين درجات التطبيق الاول ودرجات التطبيق الثاني للاختبارات البدنية ، والتي تعبر عن الثبات بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار (معامل الاستقرار). حيث يظهر من الجدول (7) ان اقل قيمة للارتباط بلغت (0.83) في اختبار (تحمل الاداء) ، وتعد هذه نسبة جيدة لمؤشر الثبات، في حين تراوحت قيم الارتباط لجميع الاختبارات البدنية الاخرى بين (0.90 – 0.93) وهو مؤشر عالي للثبات، كما تم الحصول على نسب الصدق الذاتي للاختبارات البدنية من خلال الجذر التربيعي لقيم معامل الثبات والجدول (7) يبين ذلك.

3-6-2 المتغيرات المناعية:

تم اجراء الفحص الطبي على عينة البحث للتأكد من سلامتها من الامراض التي تكون لها تأثير على متغيرات الدراسة المحددة ، حيث تمت عملية اخذ عينة الدم من افراد عينة البحث من قبل التمريضي المختص في مختبر التحليلات المرضية ، حيث تم سحب (5سم³) عينة من الدم وتم تفريغ (3سم³) في انابيب بحجم (10مل) من اجل فصل الدم في جهاز فصل الدم وذلك لقياس البروتينات المناعية، اما عينة الدم المتبقية (2سم³) فقد تم وضعها في قنينة تحتوي على مانع تخثر الدم وذلك لقياس العدد الكلي والتفريقي لخلايا الدم البيضاء.

الجدول 7

يبين معاملي الصدق والثبات للاختبارات البدنية المحددة في البحث

الصدق الذاتي	معامل الثبات	وحدة القياس	المتغيرات البدنية
0.964	0.93	سم	القفز العمودي سارجنت
0.953	0.91	ثا	ركض 30 م من الوضع الطائر
0.948	0.90	ثا	الرشاقة
0.911	0.83	ثا	تحمل الاداء

وتحدد المتغيرات المناعية بخلايا الدم البيضاء بعد تصنيفها الى ما يأتي: (Basophil) – (Monocytes) – (Lymphocytes) – (Eosinophil) – (Neutrophil).

كما تم تحديد تركيز البروتينات المناعية (Immunoglobulin) (IgG, IgA, IgM) وذلك عن طريق استعمال طريقة ¹(RID).

3-7 وسائل جمع المعلومات والبيانات والاجهزة والابوات المستخدمة في البحث

- المصادر العربية والأجنبية ، الاختبارات والقياسات ، المقابلات الشخصية والتجارب الاستطلاعية ، استمارات استبيان لاستطلاع اراء الخبراء والمختصين. شبكة المعلومات الدولية الانترنت ، كرات قدم قانونية ، شريط قياس 50متر ، شواخص عدد (16) ، صافرة ، شريط لاصق ، ساعات توقيت عدد (5) ، علم عدد (4) ، ميزان لقياس الكتلة والطول ، جهاز الطرد المركزي لفصل البلازما عن مكونات الدم وتصل سرعته الى ما يقارب (4200) دورة في الدقيقة. انابيب لجمع عينات الدم تحتوي على سوائل مانعة للتخثر محكمة الغلق لحفظ الدم الى حين اجراء التحليلات.
- 3-8 خطوات الاجراءات الميدانية: تم تصميم منهاج تدريبي للمجموعة التجريبية وهو منهاج تدريبي بالأسلوب الوظيفي، وذلك بعد الاطلاع على المراجع العلمية المتعلقة بموضوع الدراسة والاطلاع على الدراسات المرتبطة بالموضوع تم صياغة البرنامج حيث اشتمل على عدة تمارين بدنية قصد تنمية النواحي البدنية والمناعية المستخدمة في البحث وانطلاقاً من

¹(RID) Radial Immunodiffusion : الانتشار المناعي الشعاعي

بعض التجارب الخاصة في مجال التدريب. وقد تم تطبيق التدريبات الوظيفية على المجموعة التدريبية وتراوح زمنها ما بين (15-20) دقيقة، وتم وضع التخطيط الزمني لمحتوى البرنامج التدريبي للتدريبات الوظيفية بشكل يتناسب مع تحقيق اهداف البحث.

واستنادا الى تصميم المناهج التدريبية المقترحة فان مدتها تتراوح من (12:6) أسبوع ، وأن عدد الوحدات التدريبية لا تقل عن (3) وحدات تدريبية أسبوعية وأن هذه الفترة كافية لظهور تأثير المتغيرات البدنية والمهارية والفسولوجية . (Hanfy, 2000)

لذا يرى الباحثون ان فترة (8) اسابيع كافية لتحقيق اهداف الدراسة الحالية وبواقع (3) وحدات تدريبية اسبوعية لتصبح عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة تدريبية وبتموج (3-1)، والزمن المحدد للتدريبات الوظيفية داخل كل وحدة تدريبية يتراوح بين (15:20) دقيقة.

وبعد تحديد التمرينات الوظيفية من خلال المراجع العلمية والدراسات السابقة تم توزيعها على وحدات البرنامج ثم قام الباحثون بعرضها على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال علم التدريب الرياضي وفسلحة التدريب وكرة القدم لتحديد حجم وشدة التمرينات المقترحة بالوحدات التدريبية وكذلك الفترة الزمنية لتنفيذ البرنامج وعدد الوحدات الأسبوعية وزمن كل وحدة و من خلال آراء الخبراء تم وضع البرنامج في صورته النهائية.

3-8-1 التخطيط الزمني لمحتوى المنهاج التدريبي :

❖ تم اجراء الوحدات التدريبية الأسبوعية (الدورات الصغرى) للمجموعة التدريبية (الاسلوب الوظيفي) ايام (الاحد والثلاثاء والخميس) .

❖ تنفيذ البرنامج (8 اسابيع)، وبواقع (24) وحدة تدريبية للمجموعة التدريبية .

❖ زمن الوحدة التدريبية اليومية للمجموعة التدريبية من (85:80) دقيقة، وبمتوسط (82.5) دقيقة.

❖ زمن الوحدات التدريبية خلال فترة البرنامج:-

24 وحدة \times 82.5 دقيقة = 1980 دقيقة = 33 ساعة.

3-8-2 التخطيط الزمني للتدريبات الوظيفية للمجموعة التدريبية:

❖ زمن التدريبات الوظيفية للمجموعة التدريبية = (15 - 20) دقيقة، وبمتوسط قدره (17.5) دقيقة في الوحدة التدريبية الواحدة.

❖ زمن التدريبات الوظيفية خلال المنهاج التدريبي = (17.5) دقيقة \times (24) وحدة تدريبية = (420) دقيقة = 7 ساعات.

3-8-3 مكونات حمل التدريب:-

أولاً: صعوبة الاداء الحركي: لكي يمكن الوصول الى نسبة جيدة من التأثير والاستثارة لأجهزة الجسم يفضل الخبراء والمختصين في مجال التدريب ان تكون درجة صعوبة الاداء في حدود (70% - 90%) من مستوى الاداء الاقصى وبما يحقق التكيف، وما يختص بفئة الناشئين تم الاعتماد على درجة صعوبة الاداء (60% - 75%) من الحد الاقصى للصعوبة وذلك بعد اخذ موافقة الخبراء والمختصين في مجال التدريب وكرة القدم.

ثانياً: الشدة: لقد تم مراعاة عدم استعمال شدة عالية في المراحل الاولى من التدريب، ومراعاة الارتفاع بمستوى الشدة بشكل متدرج .

ثالثاً : زمن الاداء:-تتراوح زمن اداء التمرينات في التدريب الوظيفي ما بين (10 ثانية - 150 ثانية) ويختلف زمن الاداء تبعاً لطبيعة وخصوصية التمرين المستخدم.

رابعاً: التكرار: -تم مراعاة التكرارات في التمرينات التي لا يزيد فترة تطبيقها عن (10 ثانية) فإن تكرارها يتراوح ما بين (5 - 8) تكرارات، وفي حالة زيادة زمن اداء التمرينات فقد تم مراعاة التكرارات بحيث تتراوح ما بين (2-4) تكرارات.

وتأسس المنهاج التدريبي على :

- ❖ وضع محددات البرنامج التدريبي المقترح وفق أسلوب علمي مقنن ومعتمد على آراء الخبراء في مجال التخصص
- ❖ فلسفة التدريب والتدريب الرياضي .
- ❖ ملائمة البرنامج بما يتناسب مع المرحلة السنوية لعينة البحث .
- ❖ وضوح التعليمات التي يتم من خلالها العمل .
- ❖ أن يتماشى البرنامج المقترح مع الإمكانيات المتاحة .
- ❖ مراعاة الفروق الفردية لعينة البحث .
- ❖ التنوع من خلال التعدد في التمرينات ومكوناتها .
- ❖ الاستمرارية والتدرج في التدريب حتى يحقق الارتقاء بمستوى الأداء .
- ❖ الشمول وذلك باشتغال الوحدات التدريبية على مجموعة التمرينات الوظيفية التي تخدم العمليات التدريبية.
- ❖ ان يتسمان بالمرونة المناسبة قدر الامكان عند التنفيذ.
- ❖ أن يتناسب محتواه مع أهداف البرنامج .

الحمل التدريبي						
فترة الراحة بين كل تدريب	المجموعات	التكرار	الزمن	الشدة	مكونات الحمل	
					الايام	الاسابيع
2-1 د	2-1	10ك	25ث	60%	الاحد الثلاثاء الخميس	اول
2-1 د	2-1	10ث	25ث	60%		ثاني
3-2 د	2-1	4-3ك	45ث	65%		ثالث
3-2 د	2-1	6-5ك	30ث	70%		رابع
3-2 د	3-2	3-2ك	55ث	65%		خامس
3-2 د	3-2	4-3ك	45ث	70%		سادس
3-2 د	3-2	4-3ك	45ث	70%		سابع
3-2 د	3-2	5-4ك	40ث	75%		ثامن

3-8-4 التجارب الاستطلاعية

3-8-4-1 التجربة الاستطلاعية الاولى للاختبارات البدنية

وهي عملية لكشف المعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء القيام بالتجربة الرئيسة وأعداد مسبق لمتطلبات التجربة من حيث الوقت، الكلفة، الكوادر المساعدة، صلاحية الأجهزة والأدوات وغيرها.

تم اجراء تجربة استطلاعية على عينة قوامها (8) افراد من عينة البحث الأصلية غير العينة الأساسية . وهدف الدراسة كان للتأكد من مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات البدنية وذلك للتعرف على:

- ❖ صلاحية الأجهزة المستخدمة في قياس المتغيرات قيد الدراسة.
- ❖ التأكد من مدى كفاءة فريق العمل المساعد ومدى اتقانه لتنفيذ الاختبارات البدنية
- ❖ التأكد من مدى ملائمة الاختبارات والقياسات لمستوى العينة .

❖ معرفة الفترة الزمنية اللازمة لأداء كل اختبار من الاختبارات البدنية .

3-8-4-2 التجربة الاستطلاعية الثانية بالبرنامج التدريبي

تم اجراء وحدة تدريبية بأسلوب التدريب الوظيفي على (8) افراد من مجتمع البحث غير العينة الأساسية بمساعدة المدرب المنفذ للمنهاج التدريبي لعينة البحث الرئيسة ، والهدف من تنفيذ هذه التجربة كان:

- ❖ اعطاء الفكرة الكاملة عن كيفية تنفيذ الوحدات التدريبية تنظيمياً.
- ❖ التأكد من كفاءة المدرب ومدى اتقانه لأداء التمارين الخاصة بالمنهاج التدريبي.
- ❖ تحديد واجبات المدرب وتزويده بالتعليمات الخاصة بكل تمرين من تمارين الوحدات التدريبية.
- ❖ تحديد وقت الذي يستغرقه كل تمرين في المنهاج التدريبي بحيث يخدم الهدف التدريبي الذي وضع من اجله.
- ❖ تحديد فترات الراحة بين التكرارات وبين المجاميع اعتمادا على قياس النبض وعودته الى الحالة الطبيعية.
- ❖ التعرف على الاخطاء والصعوبات التي قد تواجه المدرب في الوحدات التدريبية لأجل تذليلها في اثناء اداء هذه التمارين .

3-8-5 الاختبارات والقياسات القبلية : تم اجراء القياسات والاختبارات القبلية لعينة البحث والبالغ عددهم (10) لاعبا في

ملعب كرة القدم لنادي الحشد الشعبي الرياضي حيث اجريت الاختبارات القبلية (البدنية وسحب الدم) بتاريخ 2024/5/2.

3-8-6 تنفيذ المنهاج التدريبي : بعد اعداد المنهاج التدريبي وفق اسلوب التدريب الوظيفي ، تم ارساله لمجموعة من المختصين في مجالات فلسفة التدريب وعلم التدريب وكرة القدم لأبداء اراءهم واخذ الملاحظات محاولة لتقادي الاخطاء قبل تطبيقه من قبل عينة البحث. وبعد الانتهاء من القياسات والاختبارات القبلية والتجارب الاستطلاعية، تم تنفيذ المنهاج التدريبي لمدة (8) اسابيع حيث استمر من 2024/5/19 ولغاية 2024/7/11 .

3-8-7 الاختبارات والقياسات البعدية : تم اجراء الاختبارات والقياسات البعدية بتاريخ 2024/7/13 بعد الانتهاء من تنفيذ المنهاج التدريبي بالطريقة نفسها التي كانت متبعة في الاختبارات والقياسات القبلية(البدنية وسحب الدم) مراعيأ في ذلك الظروف المكانية والزمانية والمناخية والادوات ووسائل الاختبارات والقياسات قدر المستطاع.

9-3 المعالجات الاحصائية:

تم معالجة نتائج البحث باستعمال البرنامج الالكتروني الاحصائي SPSS VERSION 27.

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

4-1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بفرضية البحث

الجدول 8

يبين الفرق بين الاختبار القبلي والبُعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المناعية والوظيفية

المتغيرات	الاختبار	س -	± ع	س - الفرق	± ع الفرق	t. test	Sig	نسبة الغير
IGA	القبلي	161.68	28.173	25.27	17.45	4.58	.000	15.64
	البُعدي	186.98	19.670					
IgG	القبلي	1127.64	113.454	270.83	166.73	5.13	.000	24.03
	البُعدي	1398.72	124.372					
IgM	القبلي	255.67	64.351	12.49	9.64	4.09	.000	4.89
	البُعدي	268.19	70.882					
WBC-TOTEL	القبلي	4770.97	979.528	2476.03	973.91	8.03	.000	48.01
	البُعدي	7061.972	1862.34					

49.05	.000	4.70	879.64	1309.94	461.280	2671.650	القبلي	Neutrophil
					622.405	3982.165	البعدي	
41.80	.000	5.26	467.68	779.513	522.632	1864.815	القبلي	Lymphocytes
					491.390	2644.333	البعدي	
39.64	.000	9.20	63.32	184.482	77.964	213.161	القبلي	Monocyte
					69.701	297.659	البعدي	
20.72	.002	3.55	87.50	98.39	30.467	88.912	القبلي	Eosinophil
					44.873	107.342	البعدي	
44.88	.000	4.36	9.43	13.019	9.421	21.661	القبلي	Basophil
					13.650	29.682	البعدي	
19.52	.002	3.43	3.92	4.261	5.677	21.862	القبلي	القوة الانفجارية
					6.354	26.130	البعدي	للأطراف السفلى
3.18	.005	3.24	0.109	0.112	0.357	3.550	القبلي	السرعة الانتقالية
					0.281	3.437	البعدي	
12.11	.003	3.30	0.179	0.187	0.12	1.56	القبلي	تحمل الاداء
					0.345	1.371	البعدي	
10.07	.001	3.65	4.67	5.402	3.614	53.612	القبلي	الرشاقة
					3.681	48.208	البعدي	

يتضح من الجدول (8) مآتي:-

- مما يدل بأنه توجد فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبارات البعدية في جميع المتغيرات المناعية والبدنية المحددة سابقا ، وبهذه النتيجة ترفض الفرضية الصفرية وتقبل فرضية البحث البديلة.
- كما ظهرت نسب التغير في المتغيرات البدنية (قوة الانفجارية للأطراف السفلى - السرعة الانتقالية - تحمل الاداء - الرشاقة) ولمعرفة حجم التأثير لأنموذج سافي للتعلم السريع للمجموعة التجريبية تم استعمال اختبار Cohen والذي يقيس حجم التأثير للعينات المترابطة والجدول (9) يبين معايير حجم التأثير لاختبار كوهين والذي يحدد على ضوءها حجم التأثير المستخرج اذا كان صغيرا او متوسطا او كبيرا.

الجدول 9

يبين معايير حجم التأثير لقيم (Cohen,s d)

الاختبار	المعيار	حجم التأثير
D	0.2	صغير
D	0.5	متوسط
D	0.8	كبير

الجدول 10

يبين حجم التأثير بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المناعية والبدنية

المتغيرات	t.test	حجم العينة	Cohen,s d	حجم التأثير
IGA	4.58	10	1.44	كبير
IgG	5.13	10	1.62	كبير
IgM	4.09	10	1.29	كبير
WBC .TOTEL	8.03	10	2.53	كبير
Neutrophil	4.70	10	1.48	كبير

كبير	1.66	10	5.26	Lymphocytes
كبير	2.90	10	9.20	Monocyte
كبير	1.12	10	3.55	Eosinophil
كبير	1.37	10	4.36	Basophil
كبير	1.08	10	3.43	القوة الانفجارية للأطراف السفلى
كبير	1.46	10	4.64	السرعة الانتقالية
كبير	1.04	10	3.30	تحمل الاداء
كبير	1.15	10	3.65	الرشاقة

يتضح من الجدول (9) ان قيم حجم التأثير المستخرجة لجميع المتغيرات المناعية والبدنية المحددة في الجدول اعلاه بلغت وعلى التوالي (3.50 - 1.62 - 1.29 - 2.53 - 1.48 - 1.66 - 2.90 - 1.12 - 1.37 - 1.08 - 1.46 - 1.04) وعند مقارنة هذه القيم بالقيم المعيارية المحددة في جدول حجم التأثير يتضح ان حجم تأثير البرنامج التدريبي القائم على التدريب الوظيفي كان كبيرا في جميع المتغيرات المناعية والبدنية المحددة .

4-2 مناقشة النتائج:

من خلال عرض النتائج في الجدولين (9 و 10) يتضح ان هناك فروق ذات دلالة معنوية بين القياسات القبلية والقياسات البعدية للمتغيرات المناعية والبدنية ولصالح الاختبارات البعدية ،وهذه النتيجة تدل على تأثير برنامج التدريب الوظيفي وبدرجة كبيرة في احداث نسب تغير مختلفة في المتغيرات المحددة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل اليه (Hilberg et al., 2000) في دراسته الهادفة الى الكشف على استجابات الجهاز المناعي للتدريبات الهوائية واللاهوائية والتي اشارت النتائج الى زيادة العدد الكلي لكريات الدم البيضاء والنتوفيل والليمفوسايت بصورة دالة معنوية للتدريبات الهوائية.

كما اتفقت نتائج الدراسة مع النتائج التي توصلت اليها دراسة (Nieman & Pedersen, 2000) ودراسة (MacKinnon, 2000) والتي اثبتت على تأثير التدريبات في تقوية الجهاز المناعي وزيادة ملحوظة في خلايا الجهاز المناعي.

ويشير الباحثون الى ان العديد من الدراسات قد سجلت تغيرات في العدد الكلي لكريات الدم البيضاء بعد المجهود سواء كانت بعد اداء التمرين بشكل مباشر او بعد الوحدة التدريبية الكاملة كتكيف، وهذا ما أظهرته نتائج هذه الدراسة زيادة في العدد الكلي لكرات الدم البيضاء بعد آخر وحدة تدريبية من انقضاء البرنامج التدريبي وهذه النتيجة تشير الى ان فترة التدريب المنتظم يؤثر على العدد الكلي لكرات الدم البيضاء.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Ghazi, 2004) ودراسة (McFarlin et al., 2003) ودراسة (Al-Ashqar, 1998) حيث اسفرت نتائج هذه الدراسات الى حدوث تغير لكرات الدم البيضاء بعد المجهود البدني.

واظهرت نتائج الدراسة ان هناك تأثير لبرنامج التدريب الوظيفي في متغيرات البروتينات المناعية (IGA - IgG - IgM) وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Abu Al-Ala Abdel & Laila, 1999) ودراسة (Maram, 2012) ودراسة (Hamida, 2006) والتي اسفرت نتائجها الى حدوث زيادة في بروتينات المناعة نتيجة التدريب الرياضي المنتظم.

ويعزو الباحثون ايضا ان من الاسباب التي زادت من تركيز البروتينات المناعية (IGA - IgG - IgM) يعود ربما الى التكيف البدني والفسيولوجي التي احدثته نوعية الاحمال التدريبية المرتبطة بالتدريبات الوظيفية وانخفاض الاستتارات العصبية والنفسية.

كما اظهرت التدريبات الوظيفية تأثيرات ايجابية في زيادة العدد الكلي لخلايا الدم البيضاء والخلايا القعدة (Neutrophil) والخلايا اللمفاوية (Lymphocytes) والخلايا وحيدة النواة (Monocyte) والخلايا الحمضة (Eosinophil) والخلايا القعدة (Basophil) ويعزو الباحثون هذا التطور الى فاعلية البرنامج التدريبي الوظيفي الذي نفذته الافراد المجموعة التجريبية والتي استمرت لفترة ثمانية اسابيع وبواقع ثلاثة وحدات تدريبية في الاسبوع وهذا ما يؤكد من صحة مفردات البرنامج التدريبي الوظيفي من المجاميع والتكرارات والشدد والراحة بين المجاميع في تحقيق الاهداف المراد تحقيقها وذلك من خلال تنفيذ اسس ومبادئ ونظريات التدريب الرياضي والذي ادى الى احداث التكيف الوظيفي وبدرجات متفاوتة. (Khalifa & Obaid, 2024)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (Cress et al., 1996) في أن التدريبات القوة الوظيفية تسهم في تحسين القوة العضلية والتوازن حيث أن تدريبات القوة الوظيفية تتم بانقباض عضلي مما يضيف على التمرين شي من الصعوبة . ومن الاسباب الاخرى والمحتملة لأحداث هذا التغير في المتغيرات المناعية الى العديد من العوامل الاخرى فقد اكدت الدراسات على ان هناك تغيرات وظيفية تحدث في الجهاز المناعي اثناء ممارسة التمرينات ،فخلال اداء التمرينات بشدد متوسطة تنتشر خلايا الجهاز المناعي خلال الجسم بسرعة اكبر وهي قادرة على قتل الفايروسات والبكتريا بصورة افضل، وبعد الانتهاء من اداء التمرينات سوف تعود الخلايا المناعية بشكل عام الى الوضع الطبيعي وذلك خلال بضعا من الساعات ،كما ان الاستمرار في اداء التمرين المنتظم وبشدد متوسطة ولفترة طويلة يمكن جعل التغيرات الحاصلة في الخلايا المناعية تدوم بشكل اكبر من التمرين الواحد خلال فترات التدريب وبمقدار قليل (Mazurek et al., 2024)، حيث يؤكد (Nieman et al., 2000) انه عندما يتكرر التمرين بشدة متوسطة كل يوم تقريبا فان هناك تأثيرا تراكميا يؤدي الى استجابة مناعية طويلة الابد.

كما يؤكد عبد الفتاح ان الانشطة الرياضية المعتدلة الشدة والتي تدوم لفترات طويلة تؤدي الى زيادة إفراز هرمونات الكاتيكولامين إذ يقوم الجهاز العصبي السمبثاوي بتنبيه الغدة الكظرية ليتم افراز الكاتيكولامين وهما هرمون الابنفرين وتكون نسبته 80% والنورانيتين تكون نسبته 20% وذلك خلال فترات الراحة وان كانت هذه النسب تختلف من حالة فسيولوجية الى اخرى الا ان التدريبات تؤدي الى زيادة عدد كريات الدم البيضاء في الدم تحت تأثير زيادة هرموني الكاتيكولامين ، كما ان زيادة هرمون الكورتيزول التي تظهر عند اداء التدريبات الطويلة على التحمل تؤدي الى سرعة زيادة عدد كريات الدم البيضاء في الدم من نخاع العظم بعد التدريب لمدة لا تقل عن ساعتين. (Abu Al-Ali & Ahmed, 2003)

كما اشار (Leandro et al., 2007) الى ان التدريب الرياضي المعتدل يؤدي الى تحسين العديد من الوظائف المناعية كما انه خلال اداء التمرينات المعتدلة (خلال وحدات التدريب الوظيفي) فان اعداد خلايا الجهاز المناعي سوف ترتفع وتزداد وبمرور الزمن فان هذه التأثيرات قد تؤدي الى تكيف الجهاز المناعي وعلى المدى الطويل، وقد اثبتت الدراسات والابحاث الى ان التمرين المعتدل الشدة سيحسن من وظائف الجهاز المناعي على المدى البعيد وفي اثناء تطبيق التمرينات فان خلايا الجهاز المناعي سوف تزداد مع مرور الزمن وان هذه التأثيرات ستؤدي الى تعزيز ايجابي للجهاز المناعي وتزيد من فرص القضاء على الفايروسات والبكتريا إذ يعد الجلايكوجين من المواد الاساسية لخلايا الجهاز المناعي وان الراحة الكافية بين التمرين والآخر سوف تساعد على اعادة ملئ خلايا الجهاز المناعي من الجلايكوجين وبالتالي سوف يساعد على تكيف الجهاز المناعي على المدى البعيد. (Mamla Alou, 1998)

كما اظهرت النتائج تأثيرا ايجابيا في المتغيرات البدنية ويرجع الباحثون ذلك الى الاحمال التدريبية المعتدلة التي تضمنها برنامج التدريب الوظيفي اذ انه يجب تنظيم احمال التدريب حتى يكون هناك تطور وتقدم طبيعي لمستوى الفرد ،فالحمل الاقل من ادنى لمستوى اللاعب سوف يحافظ على حيويته فقط ،ام الاحمال المتوسطة فتعمل على النمو والتحسين ولكن الى

درجة معينة.(Mahmoud et al., 2015) ومن جانب آخر يعزوا الباحثون هذا التطور في القدرات البدنية الى تلك التمرينات التي تضمنها برنامج التدريب الوظيفي والتي كانت مشابهة في بنائها للحركة المراد تعلمها والذي يتلاءم مع صفات الحركة الديناميكية للعبة كرة القدم ، حيث تظهر اهمية القدرة العضلية في منافسات كرة القدم والتي تتطلب التغلب على اداء المهارات المطلوبة داخل المباراة كما يرتبط اهميتها عندما يرتبط سرعة انقباض العضلة في فعاليات خاصة وعلى وجه الخصوص في الحالات الهجومية وكذلك في بعض المواقف المتغيرة ذات صفة تحمل الاداء كالمسافات الطويلة المقطوعة خلال فترة المباراة. (Yasumura et al., 2000)

كما يجب ان يتميز أداء اللاعب بالسرعة مع القدرة على تغيير الاتجاه والسرعة تحت مختلف ظروف المباراة، وهذا ما أشار اليه (Ashraf & Badr, 2018) الى ان التدريبات الوظيفية تعد من انسب الطرق العملية لتنمية القدرات البدنية لتناسبها بصورة كبيرة مع نوعية الاداء في كرة القدم اثناء المباريات الرسمية والتي تتميز بالسرعة والقوة وتحمل الاداء مع الاحتفاظ بقدر كبير من اللياقة البدنية والفنية حتى آخر اوقات المباراة. (Mousa et al., 2019)

كما يشير (Ibrahim, 2008) الى ان هذا الاسلوب من التدريب له العديد من التأثيرات اذ يعمل على تجنب سير التدريب على وتيرة واحدة وبالتالي التغلب على بعض الاثار السلبية كضعف الدافعية والملل كما يعمل هذا الاسلوب على استثارة دافعية اللاعبين نحو الاداء ويعمل اسلوب التدريب الوظيفي ايضا على تجنب حدوث هضبة في التدريب ويعالج مشكلة توقف مسار تطور مستوى القوة وما في ذلك من اهمية في بناء وتطوير القدرات البدنية وتحسينها ورفع فاعلية التدريب بصورة افضل كما يشير (Takfa, 2020) ان التدريب الوظيفي هو تصنيف للتمرينات التي تتضمن تدريب الجسم بما يماثل للأنشطة التي تؤدي في الحياة اليومية او في النشاط الرياضي الممارس.

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات:

- 1- فاعلية البرنامج التدريبي الوظيفي في رفع كفاءة الجهاز المناعي لدى ناشئي كرة القدم.
- 2- ان التمرينات المقننة المستخدمة في وحدات التدريب الوظيفي أدت الى تحسين القدرات البدنية المحددة في الدراسة لدى ناشئي كرة القدم .
- 3- كان للتدريب الوظيفي تأثير ايجابي في ارتفاع العدد الكلي لخلايا الدم البيضاء والخلايا القعدة (Neutrophil) والخلايا اللمفاوية (Lymphocytes) والخلايا وحيدة النواة (Monocyte) والخلايا الحمضة (Eosinophil) والخلايا القعدة (Basophil) وكذلك في مستوى البروتينات المناعية (IGA – IgG – IgM).

التوصيات:

- 1- التأكيد على استعمال برامج تدريبية قائمة على التدريب الوظيفي من قبل لاعبي كرة القدم لفئة الناشئين لما لها من تأثيرات ايجابية في رفع مستوى كفاءة الجهاز المناعي.
- 2- ضرورة الاهتمام بوضع برامج تدريبية قائمة على التدريب الوظيفي عمد تخطيط البرامج التدريبية لناشئي كرة القدم لمل لها من تأثيرات ايجابية في تطوير القدرات البدنية المحددة.
- 3- الاهتمام بتوظيف تأثير التدريبات الوظيفية على أنشطة رياضية مختلفة وعلى متغيرات وظيفية وفسيولوجية أخرى.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي كرة القدم فئة الناشئين في نادي الكرخ

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

بثّر على جوك bzar.jukl1@su.edu.krd

References

- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Abu Al-Ala Abdel, F., & Laila, S. E.-D. (1999). *Immunity and Sports*. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Abu Al-Ali, A., & Ahmed, N. A.-D. (2003). *Physiology of Physical Fitness* (p. 64). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Ashqar, H. A. F. (1998). *The Immune System and Sports Training* (1st ed, p. 11). Dar Al-Andalus Publishing.
- Al-Shennawi, F. (2001). *The immune system between sports and health* (p. 34). Dar Al-Kitab.
- Ashraf, M. A. T., & Badr, M. A. Z. (2018). The effect of functional training on some physical variables and the level of fixed kick performance for young football players in the State of Kuwait. *The Scientific Journal of Specialized Physical Education and Sports Sciences*, 3(1), 67–107. <https://doi.org/10.21608/pemas.2018.134280>
- Cress, M. E., Conley, K. E., Balding, S. L., Hansen-Smith, F., & Konczak, J. (1996). Functional training: muscle structure, function, and performance in older women. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 24(1), 4–10.
- Fabio, C. (2004). Functional training for sports. *Human Kinetics Champaign Il, England*, 128.
- Further, D. (2019). *High-Intensity ,Multimodal Exercises ,and Functional Training as Part of the Working Definition for High-Intensity Functional Training* (p. 1).
- Ghazi, M. F. (2004). *The effect of physical load of different intensity on some immune variables in athletes* [Master's thesis]. Tanta University.
- Hamida, M. M. (2006). *Immune and functional system responses to physical loads of different intensity for players of some aerobic endurance activities* [PhD thesis]. Alexandria University.
- Hanfy, M. M. (2000). *Sports Training Theories – Application* (10th ed, p. 308). Dar Al Maaref.
- Hilberg, T., Nowacki, P. E., Müller-Berghaus, G., & Gabriel, H. H. W. (2000). Changes in blood coagulation and fibrinolysis associated with maximal exercise and physical conditioning in women taking low dose oral contraceptives. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 3(4), 383–390. [https://doi.org/10.1016/S1440-2440\(00\)80005-5](https://doi.org/10.1016/S1440-2440(00)80005-5)
- Ibrahim, M. (2008). *Qualitative training using an innovative device to improve the performance level of some strength and stability skills on the rings device in gymnastics* [Master's thesis]. Menoufia University.

- Khalifa, M. S. A. H., & Obaid, M. S. M. A. (2024). A Comparative Analytical Study of Some Biomechanical Variables and Their Relationship to The Accuracy of The Performance of Shooting Skill from High Jumping in The Weak and Strong Leg the Players for Youth Handball. *Wasit Journal of Sports Sciences*, 18(1).
<https://doi.org/10.31185/wjoss.443>
- 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).
- Leandro, C. G., Castro, R. M. de, Nascimento, E., Pithon-Curi, T. C., & Curi, R. (2007). Adaptative mechanisms of the immune system in response to physical training. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 13, 343–348.
<https://doi.org/10.1590/S1517-86922007000500012>
- MacKinnon, L. T. (2000). Overtraining effects on immunity and performance in athletes. *Immunology and Cell Biology*, 78(5), 502–509.
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- Mamla Alou, A. Y. (1998). *The effect of an aerobic training method on some components of the immune system in children aged (11–12) years* [Unpublished Master's Thesis]. University of Mosul.
- Maram, G. A. (2012). *The effect of training of different intensities on some immunoglobulins and lymphocytes in young swimmers* [Master's thesis]. Mansoura University.
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4).
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>
- McFarlin, B., Mitchell, J. B., McFarlin, M. A., & Steinhoff, G. M. (2003). Repeated endurance exercise affects leukocyte number but not NK cell activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35(7), 1130–1138.
<https://doi.org/10.1249/01.mss.0000074463.36752.87>
- 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>

Mushtaq, S. A. (2023). *The effect of high-intensity functional training on developing special endurance capabilities and some basic skills for football players* [Master's thesis]. University of Karbala.

Nieman, D. C., Kernodle, M. W., Henson, D. A., Sonnenfeld, G., & Morton, D. S. (2000). The acute response of the immune system to tennis drills in adolescent athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(4), 403–408.

Nieman, D. C., & Pedersen, B. K. (2000). *Nutrition and exercise immunology*. CRC Press.

Salama, B. E. (2002). *Sports Health and Physiological Determinants of Sports Activity*. Arab Thought House, Cairo.

Sobhi, H. (2005). *Developing strategies for competitive training in Taekwondo sport in light of some immune responses and biochemical variables* [PhD thesis]. Alexandria University.

Takfa, N. E. S. I. (2020). The effect of using functional training on some physical and skill variables for young football players. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences. Helwan University*, 9(598–582), (سبتمبر جزء 1).

<https://doi.org/10.21608/jsbsh.2020.40375.1274>

Yasumura, S., Takahashi, T., Hamamura, A., Ishikawa, M., Ito, H., Ueda, Y., Takehara, M., Miyaoka, H., Murai, C., & Murakami, S. (2000). Characteristics of functional training and effects on physical activities of daily living. *[Nihon Koshu Eisei Zasshi] Japanese Journal of Public Health*, 47(9), 792–800. <https://europepmc.org/article/med/11070598>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Effect of Micro-teaching and its impact on developing the skill of throwing a gun from standing and brook for students of the Police College

Hamza Saad Ghayadh¹ 

Ministry of Interior¹

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences²

Saad Layedh Abdulkareem² 



Article information

Article history:

Received 30/9/2024

Accepted 14/10/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Teaching methods, pistol shooting skill, standing and rocking, Police College

Abstract

The aim of the research was to prepare an educational curriculum using micro-teaching to develop the skill of shooting with a pistol from standing and rocking among third-stage students at the Police College. The researchers adopted the experimental method because it suits the nature of the research problem, as the experimental method gives real, tangible results. The research community represented the students of the Police College, third stage, for the academic year (2023–2024). The sample number was (20) students for the experimental and control groups. We concluded that micro-teaching has an effective impact in developing the skills of shooting with a pistol from standing and rocking under study for the experimental group and the control group at different levels. Accordingly, it was recommended to encourage the use of micro-teaching and to provide teaching skills because they work to shorten the time and effort expended.






مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



أثر التدريس المصغر في تطوير مهارة الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك لطلاب كلية الشرطة

سعد لايد عبد الكريم² 

جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

حمزة سعد غياض¹ 

وزارة الداخلية¹

المخلص

هدف البحث الى إعداد منهج تعليمي باستعمال التعليم المصغر في تطوير مهاره الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية الشرطة ,اعتمد الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة البحث إذ إن المنهج التجريبي يعطي نتائج حقيقية ملموسة ومثل مجتمع البحث طلاب كلية الشرطة المرحلة الثالثة للعام الدراسي (2023-2024) وكان عدد العينة (20) طالب للمجموعتين التجريبية والضابطة واستنتجنا ان التدريس المصغر له تأثير فعال في تطوير المهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك قيد الدراسة للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة باختلاف المستويات وعلية تم التوصية الحث على استعمال التدريس المصغر واعطاء مهارات التدريس لكونها تعمل على الاختصار بالوقت والجهد المبذول

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/9/30

القبول : 2024/10/14

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

طرائق تدريس , مهارة الرمي بالمسدس , الوقوف والبروك , كلية الشرطة

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن عمليتي التعليم والتعلم مستمرة منذ فجر التاريخ الإنساني لحد الآن ، لكنها في العصر الحديث أخذت اتجاهات حديثة تسير بخطى سريع مستوحية غاياتها من المكتشفات الحديثة التي تقدمها البحوث العلمية في ميدان التربية والميادين الأخرى ، وإن ظهور استراتيجيات تدريسية متنوعة حداً بالباحثين التربويين إلى دراستها وتجريبها للكشف عن أهميتها وأثرها في العملية التعليمية ، ولما كان من أهم النتائج التي تم التوصل إليها هي إن لكل استراتيجية خصوصيتها ولا توجد استراتيجية تدريسية تتناول بنجاح جميع خصائص التعليم والمتعلمين مهما بلغ اتساعها وشموليتها. ويطلق اصطلاح التدريس المصغر على مختلف أشكال التدريس المكثف الذي يتناول مهارات معينة ضمن زمن محدد ، وهو موقف تدريسي يتدرب فيه المعلمون على مواقف تعليمية حقيقية مصغرة تشبه غرفة الصف الدراسي، غير أنها لا تشمل على العوامل المعقدة التي تدخل عادة في عملية التدريس ، ويتدرب المعلم في الغالب على مهارة تعليمية واحدة أو اثنتين، بقصد إتقانها قبل الانتقال إلى مهارات جديدة.

وتكمن أهمية البحث من خلال اقدم التعليم المصغر على تطوير مهارة الرمي بالمسدس ويرى الباحثان إنها تعطي المتعلمين الدور الايجابي الكبير في المشاركة وتجعلهم يفكرون بما يتعلمونه ، وأنها تساعدهم في تنمية السيطرة المعرفية وتكسبهم الادارة الجيد للدرس والدقة في مهارة الرماية بالمسدس ، لكي يسهم في تقديمهم كفايتهم العملية في مجال التعليم العسكري .

1-2 مشكلة البحث :

تعد الأساليب التعليمية من الجوانب المهمة في نجاح العملية التعليمية التي تتحقق من خلال التفاعل بين أركانها ، وانه لا يوجد منهج تعليمي متكامل لدرجة التوقف عن البحث أو أسلوب يغني عن باقي الأساليب والنماذج التدريسية ، لذا سعى الباحثان إلى استعمال التدريس المصغر في تطوير مهارة الرمي بالمسدس من (الوقوف والبروك)، والتي تعتبر تدريب عملي لطلاب كلية الشرطة تطوير الامكانيات مستقبلا للضباط معلمي التدريب .

1-3 أهداف البحث:

- 1- إعداد منهج تعليمي باستعمال التعليم المصغر في تطوير مهاره الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية الشرطة .
- 2- التعرف على تأثير المنهج التعليمي باستعمال التعليم المصغر في تطوير مهاره الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية الشرطة .

1-4 فرضا البحث:

- 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليه والبعدية لعينة البحث في تطوير مهارة الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك للمجموعة التجريبية .
- 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية لعينة البحث في مهارة الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك للمجموعة التجريبية والضابطة .

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب المرحلة الثالثة في كلية الشرطة بغداد للعام الدراسي 2023-2024

1-5-2 المجال المكاني: كلية الشرطة في بغداد

1-5-3 المجال الزمني: 2024 /3/17 لغاية 2024 /7/5 .

6-1 مصطلحات الدراسة

6-1-1-1 التدريس المصغر:

هو أسلوب من أساليب التدريس يشكل صورة مصغرة للدرس أو جزء من أجزائه لتقديم الدرس عن طريق شرح المهارات، تحت ظروف مضبوطة ، ويتم تقديمه لعدد محدود من المتعلمين. ولقد تم بناء هذا النموذج من التدريس المصغر على المفهوم السلوكي للتعلم من خلال تطوير السلوك ومهارات التدريس الخاصة بالمتعلم ، كذلك يتم التأكيد على أهمية تعديل السلوك للمتعلمين والتعزيز الفوري باستعمال التغذية الراجعة.

وبناء على ذلك فإن المتعلم يحتفظ بالسلوك الصحيح، عند ما يتعلم التعزيز الايجابي من المعلم والابتعاد عن السلوكيات الخاطئة بناء على التعزيز السلبي، يتطور الجانب الايجابي للوصول إلى الأداء الجيد، ويتم ادخال التغذية الراجعة للاستفادة منها في عملية التعزيز لتحسين الاداء، ويجب أن تكون المهمة التعليمية أو المهارة المراد تعليمها قصيرة قدر الإمكان.

من هنا جاءت فكرة تقسيم الدرس إلى أجزاء، ثم تقسيم كل جزء إلى مهارات أو مهارات قصيرة يمكن التدريس عليها مرات عديدة حتى يتم إتقانها.

وعرف التدريس المصغر بأنه موقف محكم مختصر، مصمم لتطوير مهارات جديدة أو تنقيح مهارات تمت تلميتها . عرف (Ahmed, 2005) التدريس المصغر بأنه موقف تدريسي بسيط يتم في وقت قصير يتراوح من 5 الى 10 دقيقة وعلى عدد محدود من الطلاب يتراوح من 5 إلى 10 طلاب.

وكنك عرفة (Maree & Al-Haila, 2000) أنه استراتيجية تدريسية حقيقية تتكون من التدريس والنقد وإعادة التدريس مع الاستعانة بالفيديو أو بدونه لتعليم المهارات الحركية ويتعامل مع مجموعات صغيرة العدد من المتعلمين.

2-1-2 خطوات تنفيذ التدريس المصغر: (Khalil, 2010)

أن استعمال التدريس المصغر لتدريب الطالب المعلم يتطلب إتباع الخطوات والاجراءات الآتية:

- 1- تحليل المهارة موضوع التدريب الى مكوناتها السلوكية مع تقديم هذه المكونات الى الطالب لدراسها.
- 2- قيام الطالب المعلم بإعداد خطة لتدريس مصغر يركز فيها على تلك المهارة.
- 1- قيام الطالب بتدريس الدرس المصغر لفصل مصغر مع تسجيل الدرس.
- 2- إعادة عرض الدرس بعد التدريس للتحليل والنقد وهذا هو زمن التغذية الراجعة.

2-1-3 مراحل التدريس المصغر:

ان التدريس المصغر يهدف الى تبسيط الاجراءات الموجودة في العملية التعليمية العادية حيث يجرأ العملية التعليمية الى مراحل ويحصل اداء المتدرب الى مجموعة من المهارات التدريسية ثم ينميها وادناه المراحل التي يمر بها اسلوب التدريس.

- 1- مرحلة الارشاد والتوجيه.
- 2- مرحلة التحضير للدرس .
- 3- مرحلة جلسة التدريس .
- 4- مرحلة جلسة التنفيذ .

5- مرحلة اعادة التدريس .

6- مرحلة اعادة التغذية الراجعة.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث :

اعتمد الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة البحث إذ إن المنهج التجريبي يعطي نتائج حقيقية ملموسة

3-2 مجتمع البحث وعينته:

يشمل مجتمع البحث على طلاب كلية الشرطة المرحلة الثالثة في محافظة بغداد البالغ عددهم (874) طالب ، وقد اختار الباحثان المجتمع بالطريقة العمدية اما عينة البحث فقد وزعت الى عينة التطبيق فقد بلغت (20) طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة القرعة ولكل مجموعة (10) طلاب من كلية الشرطة المرحلة الثالثة في محافظة بغداد ، وبلغت النسبة المئوية للعينة (2.28%) من مجتمع الاصل اما التجربة الاستطلاعية فقد بلغت (10) طلاب من خارج عينة البحث وبلغت النسبة المئوية (1.14%) .

3-2-2 تكافؤ افراد عينة البحث :

قام الباحثان بعد اكمال عملية التجانس للمجموعتين التجريبية والضابطة الى عملية تكافؤ بين المجموعتين ، قام الباحثان بمعالجة الدرجات احصائيا تم استخراج قيمة (T) للعينات المستقلة . والجدول (3) سيتم عرض البيانات الاحصائية (الوسط الحسابي والانحراف المعياري) وقيمة (t) المحسوبة وSig بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات الرمي بالمسدس بأوضاعه المختلفة (الرمي من الوقوف - الرمي من البروك) .

الجدول (3)

يبين عملية تكافؤ بين المجموعتين في متغيرات البحث

المتغيرات	وحده القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T المحسوبة	قيمة sig	النتيجة
		ع	س-	ع	س-			
الرمي من الوقوف	درجة	6.749	73.000	7.888	72.000	0.305	0.764	غير معنوية
الرمي من البروك	درجة	7.375	71.000	6.324	72.000	0.325	0.749	غير معنوية

3-3 الاجهزة والاولات ووسائل جمع المعلومات :

- مصادر العربية والأجنبية - الملاحق العلمية - مسدس كلوك- هدف رماية - ميدان رماية- مستلزمات الرمي

4-4 إجراءات البحث الميدانية

3-4-1 الاختبارات المستخدمة بالبحث

3-5 التجربة الاستطلاعية

اجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية لمهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك في يوم الاحد الموافق 2024/3/10 على عينة مكونة من (10) طلاب من خارج العينة في التجربة الرئيسية

3-6 الاختبارات القبليّة

تمام الساعة التاسعة صباحا من يوم الاربعاء الموافق 2024/ 3 / 13 ، وتم تنفيذ الاختبارات لميادين الرماية في كلية الشرطة اذ جرى تطبيق وتسجيل نتائج الاختبارات قيد البحث.

3-8 التجربة الرئيسيّة

القسم التحضيري : بزم (10) دقيقة

- المقدمة يتم القيام بها من قبل معلم التدريب تتضمن الجانب التنظيمي للدرس يتم فيها دخول الطلاب الى قاعة الدرس بنسق واحد وتسجيل المعلم الحضور والغياب، وتحضير الادوات اللازمة للوحدة التعليمية (شاشة عرض ، كامرة تصوير ، استمارات التقييم) وزمن الجزء التحضيري (10) دقائق.

القسم الرئيسي: بزم قدرة (70) دقيقة. ويتضمن:

يتضمن البدء بالتدريس المصغر عن طريق قيام الطالب المعلم بعملية التدريس متبع خطوات التدريس المصغر بزم قدرة (7) دقيقة لكل طالب وبعد انتهاء الطالب المعلم الاول يليه الطالب العلم الثاني ويتم الاستمرار لجميع الطلاب على التوالي حتى انتهاء الجزء التحضيري. يتضمن هذا الجزء تطبيق مراحل وخطوات التدريس المصغر من قبل الطالب المعلم للمهارات التدريسية التي يجب ان يقوم بها المعلم بشكلها العام ومن ثم شرح التكنيك الصحيح لأداء مهارات الرمي بالمسدس المراد تطويرها التي يجب ان ينصف بها الطالب مع استعمال التقنية في اصال المادة الدراسية للمتعلمين (مقاطع الفيديو ,الصوتيات) مع استعمال الاسئلة وردود الافعال للطلاب اثناء الدرس. يقوم كل طالب (المعلم) بالتدرج في تنفيذ خطوات استراتيجية التدريس المصغر

القسم الختامي : بزم قدرة (10) دقائق .

في هذا الجزء يتم اعطاء كل طاب استمارة التقييم التي قام بها زملائه من تحديد نقاط القوة والضعف وكذلك اعطاء الملاحظات التقييمية التي يقوم بها معلم التدريب من خلال تقييمه للدرس لكل طالب والتقييم الاجمالي للطلاب .

3-9 الاختبارات البعديّة

اجري الاختبار البعدي على عينة البحث في يوم الثلاثاء الموافق 2024/6/4 اذ تطبيق وتسجيل نتائج الاختبارات قيد البحث بنفس طريقة الاختبارات القبليّة

3-10 الوسائل الاحصائية

استعملت الحقيبة الاحصائية spss v24 في المعالجات الاحصائية .

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1 عرض النتائج للاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في اختبارات مهارات الرمي بالمسدس من

الوقوف والبروك

الجدول (14)

يبين نتائج الاختبارات للمجموعة التجريبية في الاختبارات القبلية والاختبارات البعيدة في اختبارات مهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك .

المهارة	وحده القياس	الاختبارات القبلية للمجموعة التجريبية		الاختبارات البعيدة للمجموعة التجريبية		T قيمة المحسوبة	قيمته sig	المعنوية
		ع	س-	ع	س-			
الرمي من الوقوف	درجة	7.888	72.000	7.378	91.000	6.042	0.000	معنوي
الرمي من البروك	درجة	6.324	72.000	6.749	93.000	6.649	0.000	معنوي

4-1-1 عرض النتائج للاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة الضابطة في اختبارات مهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك.

جدول (15)

يبين نتائج الاختبارات للمجموعة الضابطة في الاختبارات القبلية والاختبارات البعيدة في اختبارات مهارات الرمي بالمسدس.

المهارة	وحده القياس	الاختبارات القبلية للمجموعة الضابطة		الاختبارات البعيدة للمجموعة الضابطة		T قيمة المحسوبة	قيمته sig	المعنوية
		ع	س-	ع	س-			
الرمي من الوقوف	درجة	6.749	73.000	4.830	83.000	3.873	0.004	معنوية
الرمي من البروك	درجة	7.375	71.000	6.749	87.000	4.311	0.002	معنوية

4-1-2 عرض وتحليل النتائج للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعيدة في اختبارات مهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك

الجدول (16)

يبين نتائج الاختبارات البعيدة للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في اختبارات مهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك.

المهارة	وحده القياس	الاختبارات البعيدة للمجموعة الضابطة		الاختبارات البعيدة للمجموعة التجريبية		T قيمة المحسوبة	قيمته sig	المعنوية
		ع	س-	ع	س-			
الرمي من الوقوف	درجة	4.830	83.000	7.378	91.000	2.869	0.001	معنوية
الرمي من البروك	درجة	6.992	86.000	6.749	93.000	2.278	0.003	معنوية

2-4 مناقشة النتائج :

1-2-4 مناقشة النتائج للاختبارات القبليّة والاختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في

اختبارات مهارات الرمي بالمسدس:

لذا يوعز الباحثان الى التطور الذي تحقق في المجموعة التجريبية الى العديد من الاسباب متشابهة لدرجة من حيث ان الطلاب يدرسون وفي مؤسسة تعليمية ذات طابع عسكري يهتم بالجانب البدني والرياضي وكذلك طبيعة التعليم وتخصص الأساتذة في مجال الرماية (Jurani & Aldewan, 2014) وكذلك ما يمتلكونه من خبرة وتخصص وإلى التعليم حسب خطوات التدريس المصغر في الوحدات التعليمية التي كانت ذا تأثير عالي يؤدي الى تطوير مهارات الرمي بالمسدس والسيطرة المعرفية التي حثت الباحثان على عمل منهج يحتوي على وحدات تعليمية لفترة قدرها 90 يوم واقع (12) وحدة تعليمية (Oudah et al., 2022)، حيث ان تطبيق خطوات التدريس المصغر اتاحت الفرصة للطلاب على تقسيم الوقت خلال الدرس والتخطيط للدرس وتنفيذ الدرس من قبل الطالب المعلم بشكل متتالي للطالب كل منهم يعمل درس مصغر بواقع سبع دقائق لكل طالب ويتم التقييم من قبل الزملاء وتصوير فيديو للدرس يتم من خلاله تصحيح اخطاء الطالب. (Hamad et al., 2024) علما بانة لا نستطيع الوصول الى التعلم الناجح في جميع المجالات المهارية والبدنية والمعرفية (Al Diwan, 2009) إلا عن طيق المدرس الجيد القادر على ايصال المادة النظرية والعملية خلال الوحدات التعليمية ويعزو الباحثان الى استعمال المنهج بالتدريس المصغر افضل من الطريقة المعتادة بان الطريقة التقليدية بنها تحقق نتائج جيدة لكن ليس بمستوى المنهج المعد ويعزو الباحثان ان سبب التطور هذا الوحدات التعليمية اذا اتصفت بالاستمرار والتكرار تعمل على تطوير في مهارات الرمي بالمسدس وتلمي لدى الطالب المعلم وكمية هذه الوحدات التعليمية (Rasoul et al., 2024) التي خضع لها الطلاب بواقع (16) وحدة تعليمية ولمدة ثلاثة اشهر ، التي استخدم فيها الباحثان النوع والتغير في اعداد الوحدات التعليمية (Othman & Al-Zuhairi, 2021)، مع الفائدة الواضحة للتصوير الفديوي الذي اسهم في انجاح المنهج وعملية التقويم المصحوبة بالتغذية الراجعة التي طور من السيطرة المعرفية ومهارات الرمي بالمسدس واستعمال والاجهزة والادوات الخاصة كما اكده (Aldewan & Al-Temimy, 2013) ان التحسن للمجموعة التدريبية في المهارات والانتظام في تطبيق الوحدات التعليمية وللاستمرار عليها مما يزيد في وقت المستثمر وفي الاداء الجيد لمهارات (Abdul Karim & Halil, 2021).

لوحظ من قبل الباحثان التميز الذي حضت فيه المجموعة التجريبية من تقدم متبوع باستثارة كثيرة ذات استعداد عالي لما استخدم التدريس المصغر يعتبر من الأمور التي ادت إلى الزيادة في استيعاب المتعلمين وتطوير مهارات الرمي بالمسدس وزيادة كذلك يساهم في حل المشكلات وإن الزيادة في المستوى وتغلب العالي للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اتقان عملية التعلم وتطوره بشكل سريع في مستوى التعلم للمعلمين خلال المنهج التعليمي المقترح (الوحدة التعليمية) (Mashkor, 2017) من خلال متغيرات البحث التجريبية. وكما اكده يساهم التدريس المصغر في تخفيف من المشاكل التي تواجه المتعلمين في التعليم الاعتيادي بسبب عدد الطلاب والصف الدراسي ومحتوى المادة التعليمية وزمنها (Abdulkreem, 2016)، وكما يركز على تحقيق الاهداف محددة وهذه الاهداف اما ان تكون مهارات او اساليب تعليمية او جوانب معرفية يتم تطويرها بصورة جيدة. (Saad, 2017).

1-5 الاستنتاجات:

1- ان التدريس المصغر له تأثير فعال في تطوير المهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والركوك قيد الدراسة للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة باختلاف المستويات .

2- ان استعمال التدريس المصغر لطلاب المجموعة التدريبية جعلتهم يمتلكون القدرة الكافية على فهم مهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك بشكل افضل.

3- التغيير الحاصل داخل الوحدة التعليمية باستعمال التدريس المصغر ذات اثر عالي على تعلم المهارات الرمي بالمسدس (الرمي من الوقوف - الرمي من البروك)

5- 2 التوصيات:

على ضوء ما حصل عليه الباحثان من نتائج وتحليل هذه النتائج ومناقشتها تم التوصل الى التوصيات ما ياتي :

1- الحث على استعمال التدريس المصغر واعطاء مهارات التدريس لكونها تعمل على الاختصار بالوقت والجهد المبذول.

2- التأكيد على اعتبار التدريس المصغر ضرورة من ضروريات التعليم لكونه عمل على تعليم الطلاب مهارات الرمي بالمسدس من الوقوف والبروك بشكل جيد .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة بطلاب طلية الشرطة للعام 2023-2024

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

حمزة سعد غياض pgs.hamza.saad@uobasrah.edu.iq

References

- Abdul Karim, S. L., & Halil, S. J. (2021). The effect of an educational program using the educational modules method in learning the skills of running with the ball and passing with football for students. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 31(2), 282–295. <https://www.jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/66>
- Abdulkreem, A. D. S. L. (2016). The Impact of the Curriculum under a Strategy (SWOM) to Teach some Basic Skills and Cognitive Achievement of Futsal for the Girl Students of the of Physical Education and Sports Science College–Basra University. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 49.
- Ahmed, E. E.–D. A. E.–N. (2005). *Modern Trends in Physical Education Teaching Methods*. Shajarat Al–Durr Library, Faculty of Physical Education – Mansoura University.
- Al Diwan, L. H. (2009). Effective Methods of Teaching Physical Education. *Al–Nakhil Press, Basra*.
- 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>
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Jurani, A. M., & Aldewan, L. H. (2014). A measure of the design collection of cognitive shooting air rifle. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 39, 412–413. <https://www.iasj.net/iasj/article/103710>
- Khalil, I. S. et al. (2010). *Basics of Teaching*. Dar Al Manahj for Publishing and Distribution.
- Maree, T. A., & Al–Haila, M. M. (2000). Modern educational curricula, their concepts, elements, foundations and operations. *Dar Al Masirah for Publishing and Distribution Printing, Amman/Jordan*.
- 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.
- Othman, I. A., & Al–Zuhairi, N. A. (2021). The effect of self–review strategy according to Biggs model in learning free swimming skills and cognitive achievement. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 31(2), 351–363.

- 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*, 4(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>
- Saad, L. H. A.–D. D. (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



The effect of educational exercises according to Skinner's conditioning theory in teaching some basic skills in indoor soccer

Tahseen Shaghi Abdul ¹  
General Directorate of Education Diyala^{1,2}

Dunya Muhammad Fadhel ²  

Article information

Article history:

Received 16/10/2024

Accepted 4/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Educational exercises, Skinner's theory, conditional basic skills, indoor soccer

Abstract

The aim of the research was to prepare educational exercises according to Skinner's conditional theory in teaching some basic skills in indoor soccer. As for the method, the experimental method was used and the sample was students, who are the team of Shams Al-Maarif High School for the Gifted. After determining the research variables and the tests used and applying Skinner's theory, the most important conclusions were reached: Educational exercises according to Skinner's conditional theory are important and essential in raising the level of teaching some basic skills in indoor soccer. It was recommended to adopt educational exercises according to Skinner's conditional theory as they are important and essential in raising the level of teaching some basic skills in indoor soccer







مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمرينات تعليمية وفق نظرية (سكنر) الاشتراطية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم الصالات

نينا محمد فاضل²  

تحسين شاغي عبد¹  
المديرية العامة لتربية ديالى^{1,2}

الملخص

هدف البحث الى اعداد تمرينات تعليمية وفق نظرية (سكنر) الاشتراطية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم الصالات اما المنهج فقد تم استعمال المنهج التجريبي وكانت العينة طلاب وهم فريق مدرسة ثانوية شمس المعارف للمتفوقين. وبعد تحديد متغيرات البحث والاختبارات المستخدم وتطبيق نظرية سكنر تم التوصل الى اهم الاستنتاجات: التمرينات التعليمية وفق نظرية (سكنر) الاشتراطية مهمة واساسية في رفع مستوى تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم الصالات وتم التوصية الى اعتماد التمرينات التعليمية وفق نظرية (سكنر) الاشتراطية كونها مهمة واساسية في رفع مستوى تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم الصالات.

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/10/16

القبول: 2025/1/4

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

تمرينات تعليمية، نظرية (سكنر)، الاشتراطية
المهارات الاساسية، كرة القدم الصالات

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

النهوض بالمستوى العلمي والتربوي يعتبر قاعدة أساسية في التطور والتقدم لأي بلد يهتم بهذا الجانب ، ولهذا نجد البلدان التي تمتلك علماء وتهتم بالمؤسسات العلمية والتربوي تتمكن من الصناعة والتطور والابداع في مختلف المجالات وحتى المجال الرياضي من ضمنها.

اذ الانجازات الرياضية المتحققة والقدرة على الاداء واللعب هو ناتج عن التعليم الصحيح والمناسب من خلال تقديم النظريات والاستراتيجيات التعليمية التي تعمل على تحقيق المستوى الحقيقي في التفكير واداء اصعب المهارات لمختلف الألعاب الرياضية.

ولهذا يسعى علماء الرياضة والباحثين في تقديم التمرينات الصحيحة المبنية وفق نظرية علمية اذ لكل نظريه لها اهداف والية للتطبيق بما تخدم اللعب.

ونجد نظرية سكرن هي احد النظريات الاشتراكية التي عملت لرفع المستوى التعليمي الاشتراطي والتطبيق والفهم حسب المعلومة وصعوبتها ولهذا يرى (Al-Rubaie & Amin, 2011) هي " نظرية وضعها عالم النفس الأمريكي سكرن، إذ رفض من خلالها تفسير التعلم بالربط الميكانيكي البسيط بين الاستجابة والمثير، وعليه قَدّم تفسيراً جديداً في التعلم عُرف بالأشراط الإجرائي، بحيث نادى سكرن بضرورة تحليل السلوك الاستجابة وصولاً للتعلم "

ومن هذه النظرية يمكن ان نجعل التصرف للمتعلم في اداء الحركات المطلوب بصورة ارادية للأبداع في التطبيق واخرى لا ارادية من خلال التحكم في تطبيق الواجب الحركي (Shabib et al., 2024) المطلوب منه وهذا يعطي تفسير للسلوك المطلوب وكما يرى (Hajjaj, 1983) تتلخص أنواع السلوك في نظرية سكرن فيما يأتي " السلوك الاستجابة يُمثل جميع الأفعال اللاإرادية التي تصدر عن المتعلم بشكل تلقائي في حال وجود مثيرات طبيعية. السلوك الإجرائي يُمثل هذا السلوك الاستجابات التي تصدر عن الفرد بشكل إرادي اتجاه المواقف المتعددة، بحيث يتوقف تكرارها على النتائج المترتبة عليها".

ولهذا فان تطبيق هذه النظرية في تعليم الاداء المهاري بكرة القدم للصالات لو دور كبيرة للتعبير عن الاستجابة والسلوك للمتعلم في تطبيق الحركات المطلوبة وهذا هو الهدف من التعليم الصحيح في لعبة كرة القدم للصالات. (Abdulrasool et al., 2024)

ومن ضمن الدراسات السابقة لهذه الدراسة وهي دراسة (Ali & Hamid, 2024) وهي دراسة بعنوان " تأثير منهج تعليمي وفق انموذج (Beyer) في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات والتحصيل المعرفي للطلاب" التي جات ضرورة في تحديد المهارات وكيفية تطبيق التعليم الصحيح

ومن هنا تبرز اهمية البحث باستعمال التعليم الصحيح المبني على نظريات واستراتيجيات تلك النظريات منها نظرية سكرن المهمة في تعليم الالعاب الرياضية كونه ينتج عن المتعلم سلوك لابد من تطبيقه بالشكل الصحيح وخاصة المهارات الاساسية الواجب تعلم في لعبة كرة القدم للصالات .

1-1 مشكلة البحث :

كل لعبة رياضية لها خصوصية بالتعليم واسس لابد من تطبيقها بعضها يعتمد على السلوك الناتج من المتعلم والبعض يفرض سلوك على المتعلم ان يطبقه والجمع بين هاذين السلوكين ينتج التعلم الصحيح وخصوصا في لعبة كرة القدم للصالات التي فيها الجانب الفردي للأداء المهاري .

ومن خلال خبرة الباحثان في التعلم الحركي ولعبة كرة القدم بنوعيتها المفتوحة وللصالات وجدا ان التعليم لابد ان يطبق وفق شروط واسس نظريات التعلم كونها تعطي التفسير الحقيقي والصحيح للتعلم ولهذا فان نظرية سكر الاكثر ملائمة لتعليم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات ونجاحها يدل على نجاح مشكلة البحث في دقة وسرعة تعلم تلك المهارات.

1-2 أهداف البحث:

1- اعداد تمارين تعليمية وفق نظرية (سكر) الاشتراطية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات.
2- التعرف على تأثير تمارين تعليمية وفق نظرية (سكر) الاشتراطية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات .

2- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات .

4- التعرف على الفروق في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات .

1-3 فرضيات البحث :

1- وجود تأثير ايجابي للتمارين التعليمية وفق نظرية (سكر) الاشتراطية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات .

2- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات.

3- وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات.

1-4 مجالات البحث :

1-1-4 المجال البشري: فريق كرة القدم للصالات في مدرسة ثانوية شمس المعرفة للمتفوقين في قضاء بلد روز في محافظة ديالى.

1-2-4 المجال المكاني: الساحات الخارجية في مدرسة ثانوية شمس المعرفة للمتفوقين في قضاء بلد روز في محافظة ديالى.

1-3-4 المجال الزمني: المدة من 2024/1/14 ولغاية 2024/3/19 .

1-5 تعريف المصطلحات:

- نظرية سكر: هي " التشريط الفعال والذي يقوم على أساس أن التعلم الجيد هو حصيلة لما يؤدي له السلوك من آثار أو نتائج " ومن امثلة نظريات سكر " يأخذ شكل نقل فأر جائع أو حمامة جائعة بداخل صندوق به وعاء من الطعام لا يسقط نه الطعام إلا إذا نجح الحيوان في الضغط على إحدى الرافعات إذن الهدف فقد كان على الحيوان أن يتعلم أولاً وأن يظهر استجابة "فعالة تؤدي للهدف" (Abdel Sattar & Radwan, 2003)

2. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لأهمية في معالجة مشكلة البحث وخصوصا ذو الأسلوب المجموعتين المتكافئة.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بفريق كرة القدم للصالات في مدرسة ثانوية شمس المعرف للمتفوقين في قضاء بلد روز في محافظة ديالى والبالغ عددهم (25) لاعب وتم اختيارهم بالطريقة العمدية. وتم اختيار عينة البحث عددهم (20) لاعب وهم يشكلون نسبة (80%) من المجتمع الأصلي والتي قسمت بدورها إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بالطريقة العشوائية بحيث بلغت كل مجموعة (10) لاعبين وتم تجانس عينة البحث داخل كل مجموعة وتكافؤها كما في جدول (1).

جدول (1)

يبين تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

مستوى الدلالة	قيمة ت المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			الاختبارات والقياسات المستخدمة
		معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س	
غير معنوي	0.366	1.108	1.334	120.34	1.01	1.214	120.12	الطول/ سم
غير معنوي	1.168	2.576	0.841	32.647	2.316	0.746	32.21	الوزن/ كغم
غير معنوي	0.22	3.823	0.632	16.531	2.616	0.431	16.475	الدرجة / ثانية
غير معنوي	0.532	8.892	0.314	3.531	9.681	0.334	3.45	المناوله /درجة
غير معنوي	0.506	7.499	0.475	6.334	8.561	0.532	6.214	التهديف / درجة

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى (0.05) = 1.74

2-3 أنوات البحث ووسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية، الملاحظة العلمية، ساعة توقيت، ملعب كرة قدم للصالات، كرات قدم للصالات، ميزان طبي، شريط قياس طول 2متر، لاصق، صافرة، شاخص عدد 4.

2-4 إجراءات البحث الميدانية

2-4-1 تحديد متغيرات البحث :

لأهمية مشكلة البحث وضرورة معالجة اهم المهارات الاساسية الهجومية بكرة القدم للصالات قام الباحثان وفق خبرتهما بتحديد متغيرات البحث وهي :

- 1- الدرجة بكرة القدم .
- 2-المناوله بكرة القدم .
- 1- التهديف بكرة القدم .

2-5 الاختبارات المستخدمة:

2-5-1 اختبار الجري المتعرج بالكرة (الدرجة) (Saad Allah & Haval, 2011)

الغرض من الاختبار: قياس مدى قدرة المختبر على التحكم في الكرة إنشاء الجري بها بين الشواخص.
الأنوات: كرة قدم للصالات، شواخص عدد 10، ساعة توقيت، ملعب توضع فيه (10) شواخص في خط مستقيم المسافة بين شاخص وآخر (1.5 متر) والمسافة بين البداية وأول شاخص (2 متر).

وصف الأداء: يقف المختبر بالكرة على خط البداية، وعند إعطاء إشارة البدء يجري المختبر بين الشواخص جريا "متعرجا" حتى يصل إلى آخر شاخص يدور حوله ويعود إلى خط البداية بالطريقة نفسها ، للاعب الحق في استعمال كلتا القدمين.

شروط الأداء:

* يمكن للمختبر إن يبدأ باجتياز الشاخص الأول من جهة اليمين أو اليسار.

* يجب عدم توقف حركة اللاعب في إنشاء الاختبار.

* تعاد المحاولة في حالة سقوط شاخص.

طريقة التسجيل:

* يحتسب الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطائه إشارة البدء حتى عودته لخط البداية مرة أخرى.

2-5-2 اختبار المناولة (Khalaf, 2008)

اسم الاختبار : المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (10 متر).

الهدف من الاختبار : قياس دقة المناولة.

الألوات : كرات قدم عدد (5) ، هدف صغير إبعاده 60×60 سم ، شريط قياس ، لاصق.

إجراء الاختبار : يرسم خط البداية بطول (1 متر) وعلى مسافة (10 متر) عن الهدف الصغير وتوضع الكرات الخمسة على خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بتهديف هذه الكرات نحو الهدف الصغير من خلال اتخاذ المكان الصحيح عند خط البداية .

التسجيل : تحتسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المختبر من مناولات الكرات الخمس وعلى نحو الاتي:

1- (2 درجة) لكل محاولة صحيحة تدخل الهدف الصغير .

2-(1 درجة) إذا مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف.

3-(صفر) في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير .

4-حدود الدرجة هي (صفر - 10).

2-5-3 اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10 متر) (Kamel, 2007)

اسم الاختبار : اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10 متر).

الهدف من الاختبار : قياس دقة التهديف.

الألوات المستخدمة : كرة خاصة بكرة القدم للصالات عدد (3)، هدف مقسم بواسطة حبال على (5) أقسام ، صافرة ، شاخص، استمارة تسجيل.

طريقة الأداء : يقف المختبر على بعد (10) متر من الهدف وعند إعطاء الإشارة يقوم بالتهديف.

التسجيل : تعطى للمختبر (3) محاولات إذ يتم حساب الدرجات حسب الموقع.

2-6 التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2024/1/14 على العينة التطبيقية وذلك بتطبيق التمرينات التعليمية الخاصة بنظرية سكرن وذلك لتقنين حمل التمارين المستخدمة وتطبيقها ومعرفة مدى صعوبتها لدى أفراد العينة والتكرارات المطلوبة والزمن المستغرق لتطبيقها كذلك معرفة مستوى اللاعبين لغرض توحيدهم في تطبيق التمرينات بنفس المستوى.

2-7 التجربة الميدانية:

2-7-1 الاختبارات القبلية: أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 2024/1/ 21

2-7-2 تطبيق التمرينات التعليمية وفق نظرية سكرن :

قام الباحث بإعداد تمارين تعليمية للمهارات الأساسية الهجومية لكرة القدم للصالات وبرمجها داخل وحدات تعليمية ووفق نظرية سكرن التعليمية التي اهتمت بالتعزيز باعتباره هو اساس التعلم اذ " هو عملية تقديم مثير مرغوب فيه أو إزالة مثير غير مرغوب فيه بعد القيام بالسلوك المرغوب فيه مباشرة مما يزيد من احتمال تكرار سلوك مرغوب فيه " (Nasser, 2008)

ولهذا تم معالجة السلوك الغير صحيح اثناء تطبيق التمارين التعليمية ومعرفة الاخطاء وتم تعليم الحالات الصحيحة وعلى ضوء ذلك تم تطبيق البرنامج خلال الوحدات التعليمية لمنهاج المدرب اثناء تعليم وتطوير المهارات الهجومية لكرة القدم ولمدة ثمان أسابيع ضمن. وبدا تطبيق البرنامج بتاريخ 2024/1/22 وانتهى تطبيقه بتاريخ 2024/3/18.

8-2 الاختبارات البعديّة: أجريت الاختبارات البعديّة بتاريخ 2024/3/19.

9-2 الوسائل الإحصائية: استعمال نظام (spss) بالمعالجات الإحصائية

3 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (2)

يبين قيم (ت)القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهاري الهجومية

بكرة القدم للصالات المستخدمة

الاختبارات المهارية	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
الدرجة / ثانية	16.475	0.431	15.034	0.652	0.445	3.238	معنوي
المنافسة / درجة	3.45	0.334	4.996	0.562	0.447	3.458	معنوي
التهديف / درجة	6.214	0.532	8.045	0.745	0.668	2.741	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

جدول (3)

يبين قيم (ت)القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهاري الهجومية

بكرة القدم للصالات المستخدمة

الاختبارات المهارية	القبلي		البعدي		الخطأ القياسي	قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع			
الدرجة / ثانية	16.531	0.632	13.21	0.745	0.998	3.327	معنوي
المنافسة / درجة	3.531	0.314	6.784	0.557	0.665	4.891	معنوي
التهديف / درجة	6.334	0.475	10.425	0.631	1.004	4.074	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى (0.05) = 1.833

من خلال ملاحظة الجدولين (2) و (3) تبين وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعديّة وهذا يدل على أن المجموعتين قد تعلمت المهارات الأساسية الهجومية بكرة القدم للصالات وهذا يعد طبيعي باستعمال التمارين والتعليم بالتدرج وانتباع الأسلوب

التعليمي (Muhammad & ahmeed Abdulaziz, 2016) المناسب وذو التخصص التعليمي ولهذا يرى (Saad, 1996) " الاستعانة بالبرنامج التعليمي المنتظمة يؤدي تساعد على التعلم وتحقيق الانجاز، بشرط ان يكون مبني على أسس علمية من خلال تنظيم عملية التعليم وبرمجته واستعمال الأساليب المناسبة والمتدرجة بالصعوبة وملاحظة الفروق الفردية كذلك استعمال الوسائل التعليمية المؤثرة " (Mohan et al., 2024)

جدول (4)

يبين قيم (ت) البعنية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهاري الهجومية بكرة القدم للصالات المستخدمة

الاختبارات المهاري	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	س	ع	س	ع		
الدرجة / ثانية	15.034	0.652	13.21	0.745	5.527	معنوي
المناولة / درجة	4.996	0.562	6.784	0.557	6.798	معنوي
التهديف / درجة	8.045	0.745	10.425	0.631	7.323	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى (0.05) = 1.74

بينما يؤكد كذلك (Zahir, 2002) في نجاح هذه العملية التعليمية "من الامور الطبيعية ان يكون هناك تعلم وتحسن ما دام المدرس يتبع الخطوات الأساسية والصحيحة للتعلم والتعليم والأداء الصحيح والتركيز على المحاولات والتكرار متواصل لحين ترسيخ وثبات الأداء"

ومن خلال ملاحظة جدول (4) تبين لنا هناك تعلم وتحسن بالمهارات الأساسية بكرة القدم للصالات بصورة افضل للمجموعة التجريبية نتيجة استعمال وتطبيق شروط نظرية سنكر في التعليم والعمل على رفع مستوى الاستجابة الصحيحة ومعالجة الاستجابات الخاطئة ومن هذه الشروط " تحديد العناصر السلوكية السلمية وغير السلمية بوضوح وبطريقة إجرائية خاضعة للملاحظة والقياس، تحديد المعززات الفعالة في معالجة مواقف التعلم، توظيف الأساليب حيث يظهر تقدما في أداء السلوك المراد تشكيله أو تعديله " (Al-Ajili & Naji, 1997)

كما اهتمام الباحثان بهذا الامر مع استعمال هذه النظرية للتعليم كونها الانسب والانجح في التعليم وهذا سر نجاح نظرية سنكر في رفع مستوى التعليم اذ يرى (Farid, 2003) " ان التنوع في الاساليب التعليمية ضروري لتتناسب مع طرق التعلم التي يفضلها الطالبة واشغال اكبر عدد ممكن من الحواس المختلفة لديهم "

ويؤكد (Alaa, 2022) " ان عملية التعليم تتأثر بطرق واساليب التعلم التي يتبعها المعلم ، فقد ظهرت اساليب واستراتيجيات تعليمية جديدة تساعد على نقل مركز النشاط من المعلم الى المتعلم ، فالأسلوب الذي يعتمد على اساس من التجريب والتطبيق ينتقل اثره اسرع واسهل من الذي يلحق فيه المتعلم مجموعات مستقلة من المعرفة لا يعرف فوائد تعلمها "

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1- التمرينات التعليمية وفق نظرية (سنكر) الاشتراطية مهمة واساسية في رفع مستوى تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات.

2- شروط التعلم لنظرية سنكر من تحديد العناصر السلوكية واستعمال طريقة إجرائية للملاحظة والقياس، وتحديد المعززات الفعالة في معالجة مواقف التعلم، اساسية في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات .

2-4 التوصيات:

- 1- اعتماد التمرينات التعليمية وفق نظرية (سكرن) الاشتراطية كونها مهمة واساسية في رفع مستوى تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم الصالات.
- 2- ضروري التأكيد على شروط التعلم لنظرية سكرن من تحديد العناصر السلوكية واستعمال طريقة إجرائية للملاحظة والقياس، وتحديد المعززات الفعالة في معالجة مواقف التعلم، كونها اساسية في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في فريق كرة القدم للصالات في مدرسة ثانوية شمس المعرف للمنفوقين في قضاء بلد روز في محافظة ديالى

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

تحسين شاغي عبد محمد <https://orcid.org/0009-0007-9028-050X>

References

- Abdel Sattar, I., & Radwan, I. (2003). *Psychology* (3rd ed, p. 277). Anglo Egyptian Library.
- 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>
- Alaa, T. A. I. (2022). The effect of using the SPORT TIP strategy on some aspects of learning in the physical education lesson for second-cycle basic education students. *Benha University Journal*, 30(18), 28.
- Al-Ajili, S., & Naji, K. (1997). *Educational Theories* (2nd ed, p. 145). Qaryounis University Publications.
- Ali, G. H. A., & Hamid, H. A. (2024). The effect of an educational curriculum according to the (Beyer) model in learning basic skills in indoor football and students' cognitive achievement. *Thi Qar Journal of Physical Education Sciences*, 1201–185, (4 جزء الثاني).
<https://utjspe.utq.edu.iq/index.php/utjspe/article/view/262>
- Al-Rubaie, M., & Amin, S. H. (2011). *Methods and Approaches of Teaching Physical Education* (p. 225). Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah.
- Farid, A. Z. (2003). *School Mathematics and its Teaching* (2nd ed, p. 132). Al-Falah Library.
- Hajjaj, A. H. (1983). *Learning Theories* (p. 127). The World of Knowledge, a monthly cultural book series.
- Kamel, W. S. (2007). *The effect of physical effort on some special physical abilities, biomechanical variables, and the level of performance of the scoring skill in five-a-side football* [Master's thesis]. University of Baghdad.
- Khalaf, Q. H. (2008). *The effect of exercises similar to playing in acquiring some motor qualities and basic skills in five-a-side football* [Master's thesis]. University of Diyala.
- Nasser, A.-D. A. H. (2008). *Modifying selfish behavior and methods of solving behavioral problems* (1st ed, p. 199). Alam Al-Kutub.
- 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, L. H., & ahmeed Abdulaziz, K. (2016). The effect of cooperative learning complementary and peers in learning and developing some technical skills and in

badminton. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 48.

<https://www.iraqoj.net/iasj/article/112903>

Saad Allah, F. J., & Haval, K. (2011). *Cognitive and mental training for football players* (1st ed, p. 215). Dar Dijlah.

Saad, M. I. (1996). *The effect of training methods to develop explosive strength of the legs and arms on the accuracy of long-range shooting by high jumping in handball* [PhD thesis].

Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>

Zahir, H. I. (2002). *The interdisciplinary training method and its impact on education and development through spatial organizational options for the tennis education environment* [PhD thesis].

ملحق (1)

نموذج (من الوحدات التعليمية)

الأسبوع : الأول أهداف الوحدة التعليمية: تعلم المهارات الأساسية الهجومية بكرة القدم للصالات

الوحدة التعليمية: 1

أقسام الوحدة	الزمن	التفاصيل والتمرينات	التكرارات	الملاحظات
القسم التمهيدي	10 دقيقة	احماء .وتهيئة الجسم		
القسم الرئيسي: 1-التعليمي 2-التطبيقي	30 دقيقة	-عمل درجة بين الشواخص وبين زميلين بشكل تنافسي وثم التصويب على الهدف (اعطاء سلوك ارادي للاعب بتصحيح الاخطاء). -عمل مناولة مع الزميل على طول الملعب وثم التهديد (التأكيد على الدقة بالتهديد وتحت الضغط للمعلم). -لعبة بين (3×3) مع التأكيد على الدرجة والمناولة والتهديد ومعرفة سلوكيات اللاعبين بالأداء لغرض تصحيحها ووفق طريقة اداء يرغبون تعلمه	2×8 2×8 2×8	-التأكيد على تطبيق شروط نظرية سكر
القسم الختامي	5دقيقة	تهديته		



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of high-intensity physical effort on anaerobic capacity, physical recovery, blood sugar level, and complex offensive performance speed of soccer players aged 17-19 years

Huthaifah Najem Khazaal¹  

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences¹

Article information

Article history:

Received 21/11/2024

Accepted 12/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Physical effort - football - anaerobic capacity - physical recovery - speed of complex offensive performance

Abstract

The study aimed to identify the differences before and after high-intensity physical effort in measuring anaerobic capacity and physical recovery for players of Al-Madinah Sports Club and Al-Qurna Club in football aged (17-19) years. The researcher used the descriptive approach with the survey method. The research community was represented by the midfielders and attackers of Al-Madinah Club and Al-Qurna Club aged 17-19 years for the 2023-2024 football season, numbering (22) players. The researcher deliberately chose (13) players, who are the main players in the two midfield positions. The researcher concluded that the functional variables were negatively affected by physical effort (anaerobic capacity, physical recovery time, and blood sugar level). The researcher recommends increasing skill exercises for developing complex offensive skills among players in different forms and under different conditions and high intensities to reach adaptation to actual efforts during matches





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



أثر جهد بدني عالي الشدة في القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني ومستوى سكر الدم وسرعة الاداء الهجومي المركب للاعبي كرة القدم بأعمار 17 - 19 سنة

حنيفة نجم خزل¹  

جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

المخلص

هدفت الدراسة التعرف على الفروق قبل وبعد الجهد البدني عالي الشدة في قياس القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني للاعبي نادي المدينة الرياضي ونادي القرنة بكرة القدم بأعمار (17-19) سنة استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي , تمثل مجتمع البحث بلاعبي الوسط والهجوم في نادي المدينة ونادي القرنة بأعمار 17-19 سنة للموسم الكروي 2023-2024 والبالغ عددهم (22) لاعب وقد اختار الباحث (13) لاعب بطريقة عمدية وهم اللاعبين الأساسيين في مركزي الوسط, استنتج الباحث تأثير سلبي للمتغيرات الوظيفية جراء الجهد البدني (القدرة اللاهوائية وزمن الاسترداد البدني ومستوى سكر الدم), ويوصي الباحث بزيادة التمرينات مهارية الخاصة بتطوير المهارات الهجومية المركبة لدى اللاعبين وبأشكال مختلفة وتحت ظروف مختلفة وشدد عالية للوصول الى التكيف مع الجهود الفعلية اثناء المباريات.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/11/21

القبول : 2025/1/12

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

جهد بدني - كرة القدم - قدرة لاهوائية - استرداد بدني - سرعة الاداء الهجومي المركب

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يشهد العالم اليوم تطوراً كبيراً شمل جميع العلوم المختلفة والمتنوعة وأصبحت التجارب العلمية سمة بارزة للوصول إلى الحقائق التي من شأنها أن تساعد في التقدم والتطور العلمي، وشمل التطور العلمي علوم التربية البدنية والرياضة وأصبح الباحثين في هذا المجال يبحثون عن التجارب العلمية والحقائق التي من شأنها أن ترفع المستوى الرياضي والوصول إلى تحقيق الإنجازات من خلال تشخيص أهم الحالات التي تساهم في رفع مستوى الإنجاز وتعزيزها كذلك تشخيص الحالات التي تعيق مستوى الإنجاز ومعالجتها والغاية واحدة هي تطور المستوى الرياضي .

إن أهم سمة من سمات التطور في المستوى الرياضي هو كيفية مواجهة الأعباء البدنية التي تسببها الجهود البدنية سواء خلال التدريب أو خلال المنافسات الفعلية، حيث أن لكل حمل خارجي هنالك ردود أفعال داخلية في أجهزة الجسم الوظيفية تؤثر في قابليات الجسم البدنية والعقلية والمهارية والخططية والنفسية بسبب عدم التوازن الداخلي الذي يخلقه الحمل البدني الخارجي ويسعى المختصين بعلوم التدريب الرياضي إلى كيفية مجابهة الاحمال الخارجية للوصول إلى التكيف والانسجام للأجهزة الوظيفية وآليات التحكم الداخلي مع تلك الجهود أو الاحمال من خلال التدريبات بهدف تأخير ظهور التعب ورفع مستوى الأداء المهاري أثناء المنافسات. (Khazaal et al., 2023)

إن الارتقاء بالمستويات في جميع الفعاليات الرياضية ومنها لعبة كرة القدم يتطلب من العاملين والمختصين في مجال هذه اللعبة بذل المزيد من الجهد في حقل التدريب والتزود بالمعارف والعلوم من أجل وضع البرامج التدريبية وتقنين الاحمال التدريبية فيها بشكل ينسجم ويتوافق مع قابليات اللاعبين من أجل تحقيق التكيفات الوظيفية والكيميائية، حيث أن تأثير الاحمال الخارجية الواقعة على جسم اللاعب والاختلال الوظيفي الذي يقع في أجهزته الداخلية وعدم وجود التكيف مع تلك الاحمال يؤثر في أداء اللاعب البدني والمهاري والخططي حيث ما أكدته دراسة (Muhanna, 2023) "أن التغيرات الحادثة بالجانب الوظيفي جراء الحمل الخارجي أثرت سلباً على دقة وسرعة أداء المهارات الأساسية لعينة البحث"، كما بينت دراسة (Fayyad, 2022) إلى أن دقة أداء العينة والقبليات الحركية للاعبين ومستوى مهارة التهديد قبل الجهد البدني كانت أعلى وأفضل من ادائها بعد الجهد وهذا يدل على تأثير سلبي للجهد البدني على المتغيرات المبحوثة". (Aldewan et al., 2015)

كما أن لاعب كرة القدم أغلب تحركاته في الملعب هي جهود لاهوائية سواء كانت فوسفاجينية أو لأكثيكية لذلك تلعب القدرة اللاهوائية دور كبير في أداء اللاعب وسرعة حركته وانسيابية ادائه أثناء المباريات الذي ينعكس إيجاباً في تحسين اداء الهجوم المركب كما يلعب الاسترداد البدني دوراً كبيراً أيضاً في الاستمرار بالأداء بفاعلية حيث أن سرعة التحركات في كرة القدم تتبعها توقفات بسيطة أو محدودة هنا يأتي دور التكيفات للأجهزة الوظيفية وآليات التحكم في الجسم من أجل سرعة إعادة عمليات الاسترداد أو الاستشفاء للقيام بالجهود الأخرى اللاحقة بنفس الكفاءة والابتعاد عن انخفاض مستوى الأداء، كما يعد قياس سكر الدم وبشكل متتابعي أثناء الأداء مؤشر كيميائي مهم للتكيفات الوظيفية وعمليات صرف الطاقة والاقتصاد فيها أثناء الايض البدني لذا عمد الباحث إلى دراسة تلك القدرات ومعرفة مدى انعكاسها على سرعة الأداء المهاري المركب لدى لاعبي الوسط والهجوم في اندية المدينة والقرنة بأعمار 17-19 سنة. (Khazal et al., 2024)

وهناك العديد من الدراسات السابقة والمثابرة التي بحثت في هذا المجال سيستعرض الباحث بعضها، منها دراسة (Al-Saadi, 2018) التي هدفت إلى (معرفة تأثير الجهد البدني على بعض المتغيرات الكيموحيوية والوظيفية ومعايير الدم للاعبين كرة القدم، واستنتجت وجود تغير في المؤشرات المبحوثة بعد الجهد عن مستوياتها قبل الجهد).

كما هدفت دراسة (Muhanna, 2023) الى (معرفة تأثير الجهد البدني على بعض المؤشرات الوظيفية وبعض المهارات الأساسية

للاعبي كرة القدم للصالات , واستنتجت الدراسة وجود تأثير سلبي للجهد البدني الى المؤشرات والمهارات قيد الدراسة) , وأيضاً هدفت دراسة (Fleih, 2017) الى (معرفة تأثير الجهد البدني المختلف الشدة على الادراك الحس -حركي ودقة التهديف بكرة القدم للصالات , واستنتجت الدراسة وجود تأثير سلبي للجهد البدني على الادراك ودقة التهديف) ومن خلال ما تقدم يجد الباحث ضرورة لمعرفة تأثيرات الجهد البدني على القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني ومستوى كلوكوز الدم وسرعة الأداء المهاري المركب للاعبين كرة القدم الشباب حيث تكمن أهمية البحث والحاجة اليه في بيان وازهار ووضع حقائق العاملين في حقل التدريب والفسيولوجيا وخصائين اللياقة البدنية في الاندية اسباب انخفاض سرعة ودقة الاداء الهجومي المركب والقدرة اللاهوائية والاسترداد البدني وكلوكوز الدم خاصة عند تقدم في أوقات المباريات من اجل تقديم حلول وغاياتها مجابهة التعب او تأخير ظهوره وزيادة كفاءة الاسترداد البدني اثناء المباراة والحفاظ على السرعة والدقة المناسبة للأداء من اجل استمراره بكفاءة وفعالية وهذا ما يتم معالجته من خلال تقنين واختيار التدريبات المناسبة والمرادفة لمواقف اللعب الفعلي للوصول الى التكيفات المناسبة والاستمرار بالأداء الأمثل حسب المتطلبات المهارية الخاصة للأداء .

1-2 مشكلة البحث:

ان تطور كرة القدم اصبح يشمل جوانب عديدة لا يعتمد على جانب معين وان مستوى الفرق اصبح متقارب خاصة الفرق العالمية وان حسم التنافس اصبح يعتمد على جوانب وظيفية وبدنية ومهارية وعقلية ونفسية , واغلب الأحيان يكون الحسم في أوقات متأخرة من المباراة ما يثير ذلك الكثير من النقاشات والاسئلة حول أسباب الفوز والخسارة . ان الجوانب الفسيولوجية والتكيفات الوظيفية تعد العامل الأساس في الأداء الفني او المهاري الناجح كلما كانت هنالك تكيفات وظيفية وظروف مشابهة لما يحدث في المباريات الفعلية كلما كان هنالك تطور في مستوى الأداء المهاري حيث يتعود اللاعب على التعامل الصحيح مع المواقف المرادفة لمواقف المنافسة والجهود الفعلية الواقعة على أجهزة الجسم اثناء الأداء الفعلي لذا ان اغلب الفرق المتقدمة عالمياً اصبح همها هو الاعداد البدني ووضع المتخصصين في اللياقة البدنية ضمن الكوادر التدريبية لضمان قدرة اللاعبين على الاستمرار بالأداء بكفاءة والابتعاد عن انخفاض المستوى الوظيفي الذي ينعكس سلباً على القابليات البدنية والحركية والمهارية للاعبين وعامل الكفاءة الوظيفية عامل مهم ويعتبر اهم العوامل المؤثرة في انخفاض او ارتفاع مستوى الأداء البدني والمهاري وحسم او خسارة نتائج المباريات.

وتكمن مشكلة البحث انه من خلال اطلاع الباحث ومتابعته للكثير من مباريات الأندية الشباب في شمال البصرة منها اندية القرنة والمدينة وجد ان هناك الكثير من لاعبي الفرق وخاصة لاعبي الجناحين والوسط والمهاجمين ينخفض مستوى ادائهم المهاري كالسرعة او الدقة في بناء الهجمات وتفكيك المنظومات الدفاعية المنافسين والضعف في استلام وتسليم الكرة للزميل لذا ارتأى الباحث لخوض هذه التجربة لاعتقاده بتأثير سلبي للجهد البدني على مستوى القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني ومستوى كلوكوز الدم وهذه العوامل تنعكس على سرعة الاداء المهاري المركب وهذا يحدث عند تقدم اوقات المباراة وتعرض اللاعبين الى درجات متقدمة من الجهد البدني ويمكن صياغة المشكلة على هيئة سؤال (هل الجهد البدني العالي الشدة له تأثير سلبي على القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني ومستوى سكر الدم وسرعة الأداء المهاري المركب للاعبين عينة البحث ؟)

1-3 أهداف البحث :

- 1- التعرف على الفروق قبل وبعد الجهد البدني عالي الشدة في قياس القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني للاعبين نادي المدينة الرياضي ونادي القرنة بكرة القدم بأعمار (17-19) سنة
 - 2- التعرف على الفروق قبل وبعد الجهد البدني في سرعة الأداء الهجومي المركب للاعبين عينة البحث
- فروض البحث :** يفترض الباحث ما يأتي :

- 1- وجود تأثير سلبي للجهد البدني عالي الشدة في القدرة اللاهوائية والاسترداد البدني ومستوى سكر الدم لدى لاعبي عينة البحث
- 2- وجود تأثير سلبي للجهد البدني عالي الشدة على سرعة الأداء الهجومي المركب لدى لاعبي عينة البحث

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبي نادي المدينة ونادي القرنة بأعمار 17-19 سنة للموسم الكروي 2023-2024
- 1-5-2 المجال المكاني: ملعب نادي المدينة الرياضي
- 1-5-3 المجال الزمني: 2024/4/1 لغاية 2024/5/15

2-1 الجهد البدني

يعرفه (Board, 2017) "هو مجمل الأنشطة والمجهودات البدنية والعصبية التي يقوم بها اللاعب خلال عمليات التدريب أو المنافسة ،وحجم التأثيرات الفسيولوجية والبدنية والمورفولوجية الحادثة بالجسم نتيجة ذلك كما عرفه بأنه الجهد أو العبء الذي يقع على أجهزة الجسم المختلفة خلال أداء اللاعب لجرعات تدريبية مقننة ،ومقدار ما يتطلبه ذلك الجهد من طاقات فسيولوجية وبدنية وعصبية"

2-2 القدرة اللاوكسجينية

القدرة اللاوكسجينية هي كمية الطاقة التي يتم الحصول عليها من أنظمة الطاقة اللاهوائية بتمارين قصيرة ولكن مكثفة وتعتمد بالدرجة الأساس على ATP وهذا هو كمية مجتمعة من أنظمة فسفوكرياتين وحمض اللبنيك خلال فترة زمنية معينة هناك طريقة بسيطة لقياس هذه الصفة وهي الركض الى اقصى حد ممكن معدل تقريباً كلما تمكنت من الركض بوتيرة سريعة ستمكن الأنزيمات اللاهوائية من انتاج واستخدام اللاكتات بشكل افضل , فكلما كانت لنظم المركبة للطاقة اللاهوائية مجتمعة افضل في استخدام الطاقة و استعادتها (W, 2011)

2-3 الاسترداد البدني

ان الجهد البدني يؤدي الى ظهور التعب وهو هبوط وفتي للأداء وهي حاله فسيولوجية طبيعية تحدث لأجهزة وأعضاء الجسم المختلفة كرد فعل عن شدة الحمل البدني الخارجي المؤدى خلال التدريبات او المنافسات , ويجب تنظيم العقة بين الحمل والراحة لضمان استعادة الشفاء أي عودة نسبية لحالة اللاعب الطبيعية او قريب من الطبيعية (استرداد بدني) بالتالي استمرار قدرة اللاعب على العمل والأداء وتقبل المزيد من حمل التدريب ويختلف زمن العودة الى الحالة الطبيعية (استعادة الشفاء) بحسب قدرات اللاعب ولياقته البدنية والتكيفات الفسيولوجية الداخلية لأعضاء اللاعب الوظيفية مع متطلبات الاحمال الخارجية (Mulook Kamaal, 2017)

2-4 سكر الدم

ويعتبر الكلوكوز المصدر الرئيسي للطاقة في الجسم إذ إن هذه الطاقة ضرورية ويحتاجها الجسم البشري لأداء الفعاليات المختلفة وهذه الطاقة تتحرر من خلال تكسر الأواصر بين جزيئات سكر الكلوكوز إذ يتحول إلى ثاني أكسيد الكربون والماء في عملية تسمى التنفس الخلوي ، والطاقة المتحررة سواء كانت من سكر الكلوكوز أو المواد الغذائية الأخرى تخزن

في خلايا الجسم على شكل مركب يسمى إدينوسين ثلاثي الفوسفات (ATP) الذي يُسمى أيضاً بمركب الطاقة، إذ أن تحرر الطاقة من سكر الكلوكوز يكون على مرحلتين الأولى: اللاهوائية التي تعني حل السكر (تكسر الأواصر بين جزيئات سكر الكلوكوز) بدون وجود الأوكسجين وتحدث هذه العملية في سايتوبلازم الخلية، أما المرحلة الثانية: فهي الهوائية التي تعتمد بصورة مباشرة على الأوكسجين إذ تحدث هذه العملية في بيوت الطاقة (الميتوكندريا) عبر دورة تسمى بدورة (كريبس) حيث وجدت في بيوت الطاقة (الميتوكندريا) الإنزيمات الضرورية لحدوث هذه التفاعلات (Mohammed, 2008)

2-5 الأداء الهجومي المركب

ان المهارات المركبة (المندمجة) تمثل نماذج لأشكال مختلفة لمجموعة من المهارات المنفردة تندمج مع بعضها البعض وتتداخل مراحلها النهائية لتشكل بداية للمهارة التالية التي يؤديها اللاعب في موقف لعب معين لتحقيق هدف محدد وفقاً لمتطلباته، ولذلك يجب النظر إليها بعين الاعتبار أثناء عملية الإعداد المهاري خلال مراحل التدريب للاعبين الناشئين والمتقدمين، إذ يعد امتلاك اللاعب للمهارات المنفردة وإتقانه لها (استلام، درجة، تمرير، مراوغة، تهديف) ليس بأهمية توافر القدرة لديه على ادائها بصورة مركبة (استلام ثم مناولة، استلام ثم تهديف، استلام ثم درجة ثم تهديف) ودقيقة تتناسب مع طبيعة الموقف خلال المباراة، وامتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من المهارات المركبة بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها طبقاً لمواقف اللعب، ومن ثم زيادة قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط، وللتلليل على أهمية المهارات المركبة يجب على المدرب النظر إلى المناولة أو الدرجة ليس كمهارات منفردة فقط ولكن كنهاية لأداء مركب يجب التدريب عليه من خلال ربطها بمهارات أخرى، لأن لاعب كرة القدم يقوم خلال المباراة بالمزج بين حركات اللعب فهو يستلم الكرة ثم يقوم بالمراوغة أو الدرجة وبعد ذلك يعطي مناولة أو يقوم بالتهديف على المرمى، واللاعب الجيد هو من يقوم بهذه الحركات باستمرار جيدة ودون توقف (Stevan & Mahmood, 2016)

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته حل مشكلة البحث.

3-2 مجتمع وعينة البحث: حدد الباحث مجتمع البحث بلاعبين نادي المدينة ونادي القرنة بأعمار 17-19 سنة للموسم الكروي 2023-2024 والبالغ عددهم (22) يشغلون خطي الوسط والهجوم لاعب وقد اختار الباحث (13) لاعب بطريقة عمدية وهم اللاعبون الأساسيين ونسبة (59%) من مجتمع البحث.

3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والابوات المستخدمة في البحث

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية، الاختبارات والقياس، الشبكة العنكبوتية (شبكة الانترنت)، المقابلة، استمارة تسجيل بيانات الاختبارات والقياسات في التجربة الرئيسية، ملعب كرة قدم مفتوح، شريط قياس، شواخص، كرة قدم قانونية عدد (8)، صافرة، ساعة توقيت، لابتوب نوع (DELL)، جهاز إلكتروني لقياس سكر الدم صيني المنشأ، كرسي، صندوق ارتفاع 40 سم

3-4 فريق العمل المساعد*

* (1) عبد الواحد بندر - دكتوراه تربية بدنية
(2) مصطفى ثابت عودة- دكتوراه تربية بدنية
(3) حسين عبد الغفار جواد - طالب ماجستير تربية بدنية

3-5 إجراءات البحث الميدانية

3-5- الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث

أولاً: قياس السكر تم بواسطة جهاز قياس السكر الفوري (ACCU-CHEK)
ثانياً : اختبار القدرة اللاهوائية (Radwan & bin Hamdan Al-Masoud, 2013)
ثالثاً : اختبار الاسترداد البدني (Alhiti, 2014a)
رابعاً : اختبار الأداء الهجومي المركب (Mahmoud, 2020)
خامساً : اختبار الجهد البدني (400) متر (Alhiti, 2014b)
3-6 الأسس العلمية للاختبارات المهارية

3-6-1 الصدق

استعمل الباحث صدق المحتوى حيث تم توزيع مجموعة الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم وتم اختيار الاختبارات التي حصلت على أعلى نقاط اتفاق بين الخبراء وهي الاختبارات الأربعة المذكورة أعلاه

3-6-2 الثبات

وتم قياس الثبات من خلال إعادة الاختبار بعد فترة سبعة أيام من اجراء التجربة الاستطلاعية وتمتعت الاختبارات المذكورة بدرجات عالية من الثبات تراوحت بين (0.87 الى 0.94)

3-6-3 الموضوعية

مستوى الصدق والثبات العاليان يدل على مستوى الموضوعية العالية والحياد والابتعاد عن الذاتية لدى المحكمين حيث يعتبر الصدق والثبات مؤشرا مهما لمستوى الموضوعية في القياسات والاختبارات

3-7 التجربة الاستطلاعية

التجربة الاستطلاعية هي عبارة عن "دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه لغرض اختبار أساليب البحث وأدواته (Badr, 1996)
قام الباحث وبالتعاون مع فريق العمل المساعد اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ الاثنين 15/4 /2024 في الساعة الرابعة مساء على ملعب نادي المدينة في قضاء المدينة وقد اجريت التجربة على (3) لاعبين من عينة البحث تم اختيارهم بشكل عشوائي وتم استبعادهم عند تطبيق التجربة الرئيسية
وقد هدفت هذه التجربة الى:

1- معرفة توافق الجهد البدني المقترح مع عينة البحث

2- التأكد من انسجام العينة وقدرة اللاعبين على الاختبارات المهارية قبل وبعد الجهد البدني

3- تعرف فريق العمل المساعد على دور كل منهم في عملية الاختبار

4- معرفة آلية العمل في القياسات الوظيفية والاختبارات المهارية

3-8 التجربة الرئيسية

قام الباحث بالاتفاق مع عينة البحث وفريق العمل المساعد بتحديد يوم الثلاثاء 22 / 4 / 2024 وفي الساعة الرابعة مساء تم اجراء التجربة الرئيسية للبحث حيث حضر الجميع وعلى ملعب نادي المدينة المثل في قضاء المدينة وقد قسمت التجربة الرئيسية الى مرحلتين:

المرحلة الاولى : قبل اداء الجهد البدني (وضع الراحة)

اولا : قياس سكر الدم لجميع افراد العينة

ثانيا : قيام العينة بأداء الاختبارات الخاصة بالقدرة اللاهوائية والاسترداد البدني ثم اختبار سرعة الأداء الهجومي المركب

المرحلة الثانية: بعد اداء الجهد البدني مباشرة

بعد الانتهاء من المرحلة الاولى تم اجراء الاحماء على عينة البحث وبشكل متعاقب من قبل فريق العمل المساعد وبشكل ثابت ومقنن على جميع لاعبين العينة من حيث المدة الزمنية واداء الحركات, ومن ثم القيام بأداء الجهد البدني من قبل المختبر ثم مباشرة بعد الانتهاء من الجهد وبدون فترة راحة يقوم اللاعب بأداء الاختبارات الخاصة التي قام بها في المرحلة الاولى

3-9 الوسائل الاحصائية

*استعمل الباحث نظام (SPSS) الإحصائي الإصدار التاسع عشر,

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها**4-1 عرض وتحليل ومناقشة النتائج للقياسات الوظيفية والكيميائية****جدول (2)**

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمة (T) المحسوبة للقياسات قيد الدراسة قبل وبعد الجهد البدني

النتيجة	Sig	ت	بعد الجهد		قبل الجهد		وحدة القياس	المعالم الاحصائية القياسات الوظيفية
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.000	7.238	3.238	208.65	3.025	253.277	كغم/م/د	القدرة اللاهوائية
معنوي	0.001	2.612	2.240	2.255	2.549	4.321	درجة	الاسترداد البدني
معنوي	0.010	1.899	3.18	78.6	3.414	89.211	ملغ	سكر الدم

قيمة T الجدولية تساوي (1.833) عند درجة حرية (9) وبمستوى دلالة (0.05)

***مناقشة نتائج القياسات**

تبين من جدول (2) الخاص باختبار (ت) وجود فروق معنوية دالة احصائيا في مؤشر القدرة اللاهوائية بين القياس الاول قبل الجهد البدني والقياس الثاني الذي تم بعد الجهد البدني مباشرة ولصالح القياس الاول حيث بلغ الوسط الحسابي للقياسين الاول والثاني على التوالي (253.277-208.65) وانحرافاتهما المعيارية بلغت ايضا (3.025-3.238) بينما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (7.238) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1.833) وهذا ما يبين معنوية الفروق. ويعزو الباحث الفروق الحادثة في القياس الثاني الى الجهد البدني وفاعليته وشدته العالية ادت الى حدوث تغيرات وظيفية لمجابهة الجهد البدني الذي تعرضت له الأجهزة الوظيفية لجسم اللاعب حيث ان حاجة الجسم الى استمرار انتاج الطاقة من اجل مواجهة والتغلب على الجهد البدني يتطلب استمرار انتاج الطاقة تحت متطلبات نقص الاوكسجين وتراكم الحوامض الابضية نتيجة لنظام الطاقة اللاكتيكي مما يؤدي الى انخفاض الكفاءة اللاهوائية للاعب حيث ان المباريات الفعلية في كرة القدم (Abdulrahman et al., 2020) هي تكون كذلك حيث ان اغلب الجهود المستخدمة فيها هي جهود لاهوائية مما يؤدي الى التأثير على تلك القدرة لديهم حيث يبين (Muslim, 2006) "ان فاعلية الجهد البدني وعمليات انتاج الطاقة تحت نقص الاوكسجين تسبب زيادة في العبء والضغط بسبب الجهد المستخدم في النظام اللاهوائي", مما يقلل ذلك من الكفاءة اللاهوائية للاعب مقارنة بمستوياتها قبل أداء الجهد البدني.

اما بالنسبة لعملية الاسترداد البدني ومن خلال هذه النتائج يتضح تأثير الجهد البدني على درجة الاسترداد حيث قلت درجة الاسترداد مقارنة بقيمتها قبل أداء الجهد وهذا يعني طول زمن الاسترداد بالقياس الثاني وهذا مؤشر سلبي يدل على انخفاض الكفاءة البدنية للاعب حيث ان بطئ العودة الى الحالة الطبيعية ولو بنسبه معينة يدل حدوث اختلال وظيفي وعدم قدرة أجهزة التحكم في الجسم في حفظ توازن في البيئة الداخلية للاعب او العودة للتوازن بأسرع ما يمكن حتى يستطيع اللاعب من الاستمرار بالأداء بكفاءة وفاعلية وتعود تلك الأسباب في طول الفترة الزمنية للاسترداد البدني للاعب الى استهلاك مصادر الطاقة وتراكم مخلفات الايض البدني حيث يؤكد (Ali, 2009) "إن درجة الاسترداد تنخفض بعد التعرض للجهد نتيجة الارتفاع في معدل ضربات القلب بعد الجهد اكبر مما كانت عليه قبل الجهد وزمن العودة للحالة الطبيعية بالنسبة لأجهزة الجسم يكون ابطئ نتيجة للوقت المستغرق لوجود حامض اللاكتيك ونقص مادة ثلاثي فوسفات الادينوزين الـ ATP في العضلات" , كما تبين دراسة (Abdul-Jabbar & Mohammed, 2016) "ان إزالة الحوامض الايضية ومنها حامض اللاكتيك يجب ان تكون سريعة لأنه يعتبر المعوق الأكثر أهمية في الأداء "

اما التغيير الحاصل في مستوى كلوكوز الدم وسبب نقصه بعد أداء الجهد البدني فيفسر الباحث ذلك يحصل نقص في كمية الكلوكوز بعد اداء جهد بدني عالٍ وذلك بسبب الاعتماد الأساس على سكر الدم في توليد الطاقة خاصة في النظام السريع الفوسفاجيني وكذلك في النظام اللاكتيكي لذا يحتاج الجسم الى تعويض كميات الكلوكوز المفقودة وإعادة مخازنها للامتلاء لأنها الطاقة السريعة والاساسية للعمل البدني ,لذا عند الجهد العاليي نقص في مستوى السكر بعد أداء الجهود البدنية ذات الشد العاليية بسبب زيادة عمليات استهلاك الطاقة وهذا ما يعضده (Hussein & I. A, 1986) "يلاحظ عند قيام الشخص بجهد بدني شديد يؤدي الى نقصان كمية الكلوكوز في الدم مما يتحتم اخذ كميات إضافية من الكبد لتعويض النقص الحاصل اذ يقوم هرمون النمو والكلوكاكرون وبعض الانزيمات على تنظيم الكميات اللازمة من الكلوكوز".

فالسبب الرئيسي لنقصان الكلوكوز بعد الجهد هو استخدامه مصدر للطاقة وهذا ما يؤكد (sota.y, 2006) " ان الجهد البدني يبدأ باختزال كلوكوز الدم ولذا ينخفض مستوى سكر الكلوكوز في الدم اذ تزداد عملية الطلب على الكلوكوز من قبل العضلات عند اداء الجهد لأنه المصدر الرئيسي للطاقة "

وهنا يأتي دور الكبد لغرض اعادة توازنه في السائل خارج الخلايا من خلال تكسير الكلايوجين المخزون وتحويله الى كلوكوز بأقصى سرعه بعد الاداء، حيث يرى الباحث ان ذلك سوف ينسحب على قدرة وقابلية اداء اللاعبين كون ان الكلوكوز هو المصدر الرئيسي للطاقة.

4-2 عرض وتحليل ومناقشة النتائج لاختبار سرعه الأداء المهاري المركب

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة لاختبار سرعة وبقة الأداء المهاري المركب

قبل وبعد الجهد البدني

المعالم	الوحدات	قبل الجهد		بعد الجهد		ت	Sig	النتيجة
		س	ع	س	ع			
الاحصائية الاختبارات	ثانية	14.5	0.248	17.6	0.319	10.882	0.000	معنوي
سرعة الأداء الهجومي المركب								

قيمة T الجدولية تساوي (833.1) عند درجة حرية (9) وبمستوى دلالة (0.05)

***مناقشة نتائج الاختبار المهاري المركب**

من خلال جدول (3) الخاص بالاختبارات الخاصة بالأداء المهاري المركب قيد البحث تبين للباحث وجود فروق معنوية بين الاختبارين الاول (قبل الجهد) والثاني (بعد الجهد) في قياس سرعة الأداء المهاري المركب حيث بلغت نتائج الاختبارين على التوالي (14.5-17.6) ثانية وانحراف معياري (0.248-0.319) وهذا ما يبين معنوية الفروق ولصالح القياس الثاني وهذا لا يعني ان العينة كانت افضل بالاختبار الثاني بسبب معنوية الفروق لها ,كلا فأن القياس هنا سرعة الاداء وكلما قلت السرعة اثناء اداء المهارات المركبة المرتبطة بالدقة الجيدة كلما كان الاداء افضل وحتى يستطيع اللاعب من تحقيق الهدف من المهارة قبل ان يتخذ المدافعين اماكنهم الصحيحة ويتمكنوا من تضيق المساحات وتصعب الامر على اللاعب المهاجم اذ يشير (Khayoun, 2002) الى ان " اذا تطورت دقة الاداء مع سرعة التنفيذ فأن ذلك يعكس تحسن وتطور الاداء المهاري".

وهذا يعني ان الجهد البدني قد اثر سلبا على سرعة الأداء لعينة البحث حيث ان التأثير الذي حدث للمؤشرات الوظيفية جراء الجهد البدني اثر سلبا على الاداء البدني حيث ان كلاً من الدقة والسرعة عنصران مطلوبان في نجاح الأداء المهاري إذ إن أداء هذه المهارة بالشكل الناجح لابد أن تكون من خلال التوافق الحركي الجيد والربط الانسيابي للحركات وهذا ما يؤكد (Yassin, 1986) " الأداء المهاري الناجح هو قدرة الفرد للسيطرة على عمل أجزاء الجسم المختلفة والمشاركة في أداء واجب حركي معين وربط هذه الأجزاء بحركة أحادية انسيابية ذات جهد فعال لإنجاز ذلك الواجب الحركي "والذي يعتمد بالأساس على الاليعازات الصادرة من الجهاز العصبي المركزي ومدى تكيفها مع الاخلال الذي يحدثه الجسم في الاجهزة الوظيفية والكيميائية, وكلما زادت السرعة اثناء اداء المهارات المركبة المرتبطة بالدقة الجيدة كلما كان الاداء افضل وحتى يستطيع اللاعب من تسجيل الهدف او بناء الفرص الخطرة قبل ان يتخذ المدافعين اماكنهم الصحيحة ويتمكنوا من تضيق المساحات كذلك قبل ان يتمكن حارس المرمى من تضيق الزوايا على المهاجم (Khalifab & Jabbar, 2023).

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

- 1- تأثر سلبى للمتغيرات الوظيفية جراء الجهد البدني (القدرة اللاوكسجينية وزمن الاسترداد البدني ومستوى سكر الدم)
- 2- ان الجهد البدني اثر سلبا على سرعة الأداء الهجومي المركب لعينة البحث
- 3- ان التغيرات الحادثة في الجانب الوظيفي اثرت سلبا على سرعة الأداء الهجومي المركب لعينة البحث , كما تبين ذلك من بطأ في بناء الهجمات اثناء المنافسات نتيجة انخفاض المستوى والاداء مع التقدم بزمن المباراة والنتاج عن عدم التكيف الوظيفي والكيميائي لدى اللاعبين مع الجهود البدنية مما انعكس سلبا على اداءهم المهاري .

5-2 التوصيات :

- 1- زيادة التمرينات مهارية الخاصة بتطوير المهارات الهجومية المركبة لدى اللاعبين وبأشكال مختلفة وتحت ظروف مختلفة وشدد عالية للوصول الى التكيف مع الجهود الفعلية اثناء المباريات.
- 2- اعداد تمارين لتحسن سرعة ودقة الأداء الهجومي المركب تحت الضغط البدني العالي وبوجود المنافسين الايجابي والسلبى مما يصل باللاعبين لظروف مشابهة الى المباريات .

- 3- زيادة حجم التمارين التي تحسن الكفاءة الوظيفية بشكل ينسجم مع نظام الطاقة لاعبي كرة القدم ولا سيما اللاعبين الوسط و المهاجمين .
- 4- ضرورة الاستعانة بالاختبارات والقياسات والوظيفية بشكل تتبعي خلال تطبيق المناهج التدريبية لتصحيح العملية التدريبية وتعزيز موطن القوة فيها .
- 5- اجراء بحوث ودراسات بمتغيرات وظيفية اخرى او متغيرات كيميائية لملاحظة مدى الكفاءة الوظيفية للاعبين وتقييم مستواهم الوظيفي والتكيف الفسيولوجي وانعكاسه الايجابي على الاداء البدني والمهاري ومدى تحقق الاهداف من العملية التدريبية

شكر وتقدير

نتقدم بالشكر الجزيل لكل من ساعد وأعان على إتمام هذا البحث من عمادة الكلية وعينة البحث وفريق العمل المساعد دعائنا لهم بالتوفيق والعافية.

تضارب المصالح

يعلن المؤلف أنه ليس هناك تضارب في المصالح

حنيفة نجم خزعل <https://orcid.org/0000-0002-1109-9080>

References

- Abdul-Jabbar, F. M. M. H., & Mohammed, M. A. R. (2016). Design and test the speed of skill rationing composite performance according to the power system lactic players Premier League football clubs. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 46. <https://www.iraqoj.net/iasj/article/111310>
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Aldewan, L. H., AbdulHussain, Z. S., & Hussein, T. (2015). Building a tactical knowledge scale of women's futsal. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 44, 11–20. <https://www.iasj.net/iasj/article/108020>
- Alhiti, muafaq asead. (2014a). *Basic physiological concentrations of sports training* (p. 36). Dar Noor for Studies and Translation.
- Alhiti, muafaq asead. (2014b). *Basic physiological concentrations of sports training. Dar Noor for Studies and Translation* (p. 36). Dar Noor for Studies and Translation.
- Ali, F. A.–B. at al. (2009). *Metabolism and aerobic and anaerobic energy systems* (p. 62). Knowledge Facility.
- Al-Saadi, Assist. Prof. A. (2018). Impact of Physical Exertion on Some Biochemical and Functional Variables and Hematic Measurements of Footballers. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 45(5), 177–191.
- Badr, A. (1996). Principles and methods of scientific research. *Cairo, Academic Library*.
- Board, H. and A. H. (2017). *Physiology of physical effort for second-year students, Department of Sports and Physical Activity, Specialization in Education and Kinesiology, Field of Science and Technology of Physical and Sports Activities*. printed dictations.
- Fayyad, E. F. H. (2022). The effect of physical effort on the performance of some special motor abilities and the level of performance of the scoring skill of football players. *Journal of the College of Basic Education, Proceedings of the First Scientific Conference of the Department of Physical Education and Sports Sciences*.
<https://www.iraqoj.net/iasj/article/244713>
- Fleih, A. H. (2017). The impact of different intensity on the correction accuracy and Motor Sensory Perception among footballers lounges physical efforts. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 52. <https://www.iraqoj.net/iasj/article/147784>
- Hussein, Q. A., & I. A. (1986). *Biochemistry* (p. 210). Dar Al Kotob Printing.

- 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 Shiyou Univ Nat Sci Ed*, 19(11), 751–764.
- Khayoun, Y. (2002). Motor learning between principle and application. *Al-Sakhra Library for Printing, Baghdad, Iraq*, 65.
- 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*, 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).
- Mahmoud, M. (2020). The effect of complex exercises to develop complex speed skills For young footballers Research presented By. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 4(20). <https://www.iraqoaj.net/iasj/article/189564>
- Mohammed, S. K. (2008). *Principles of Sports Physiology* (p. 11). Faculty of Physical Education.
- Muhanna, I. J. (2023). The effect of physical effort on some physiological indicators and some basic skills in futsal. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.442>
- Mulook Kamaal. (2017). Theory and methodology of sports training. *Institute of Sciences and Technologies of Physical Activities and Sports*, 111.
- Muslim, A. J. (2006). *Sports heart* (p. 110). Ab printing press.
- Radwan, M. N. A.–D., & bin Hamdan Al–Masoud, K. (2013). Physiological measurements in the sports field. *Cairo: AL–Kitab Center for Publishing*.
- sota.y. (2006). *Role of physical exercise for primary*.
- Stevan, Jj. M. garash, & Mahmood, S. S. A.–H. (2016). The effectiveness of some physical fitness elements in some complex skills for football players aged 10–12 years. *Sports Culture Journal*, 7(2), 67–82. <https://www.iasj.net/iasj/article/121715>
- W, Katch. V. M. (2011). *Basics of Sports Physiology* (p. 65).
- Yassin, W. (1986). *Physical Preparation for Women* (p. 532). Ministry of Higher Education and Scientific Research – University of Baghdad, Physical Education Library.

ملحق (1)

أسماء الخبراء والمختصين الذين استعان بهم الباحث في دراسته

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	جهة الانتساب
1	عمار جاسم مسلم	أستاذ	فلسفة/كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة
2	محمد علي فالح	استاذ	تدريب/كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة
3	عقيل حسن فالح	استاذ	تدريب/كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة
4	وائل قاسم جواد	أستاذ	البايوميكانيك/كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة
5	لؤي كاظم محمد	استاذ	علاجية/كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة
6	ماجد صبار محمد	استاذ	فلسفة/كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة
7	عبد علي جعفر محمد	أستاذ	تدريب/كرة القدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Interactive motor speed exercises and their effect on some aspects of speed types and scoring by jumping forward for young handball players

Mariwan Hassan Mohammed ✉

University of Sulaimani / College of Physical Education and Sports Sciences

Article information

Article history:

Received 20/10/2024

Accepted 3/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

interactive motor speed, handball,
types of speed, scoring, jumping
forward



Abstract

The research aims to prepare interactive motor speed exercises to develop some types of speed and shooting from jumping forward in handball juniors. The researcher used the experimental method by designing two groups, one experimental and the other control. The research sample was limited to (12) players, with (6) players for each group, after excluding (4) players for exploratory experiments. The researcher used a number of devices, tools and means to collect information and choose appropriate tests to measure the research variables. The researcher concluded that the exercises prepared according to (interactive motor speed) had a positive effect on developing aspects of the types of speed crouching and scoring by jumping forward in the research sample. Accordingly, the researcher recommended the necessity of using (interactive motor speed) exercises among athletes in general and young handball players in particular.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تمرينات السرعة الحركية التفاعلية وتأثيرها على بعض اوجه انواع السرعة والتهديف بالقفز اماما للاعبين الناشئين بكرة اليد

✉¹ مريوان حسن محمد

جامعة السليمانية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المخلص

يهدف البحث الى اعداد تمرينات السرعة الحركية التفاعلية لتطوير بعض أنواع السرعة والتصويب من القفز أماماً بكرة اليد الناشئين , استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين احدهما التجريبية و الثانية الضابطة, اما عينه البحث اقتصرت على (12) لاعبا بواقع (6) لاعب لكل مجموعة ذلك بعد استبعاد (4) لاعبا للتجارب الاستطلاعية, استعان الباحث بعدد من الاجهزة و الادوات و وسائل لجمع المعلومات, و اختيار الاختبارات الملائمة لقياس متغيرات البحث, استنتج الباحث ان التمرينات المعدة وفق (السرعة الحركية التفاعلية) اثرت ايجابيا في تطوير اوجه انواع السرعة المجوثة والتهديف بالقفز اماما لدى عينة البحث , وعليه أوصى الباحث بضرورة استعمال تمرينات (السرعة الحركية التفاعلية) لدى الرياضيين بصورة عامة و لاعبي الشباب بكرة اليد بصورة خاصة.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/20

القبول : 2024/11/3

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية:

السرعة الحركية التفاعلية , كرة اليد , أنواع
السرعة , التهديف , القفز اماما

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

ان التطور المستمر في الالعاب الرياضية الجماعية تعتمد على القوة و التركيز في الوصول الى المستوى المطلوب و تهيئة اللاعبين في جميع النواحي البدنية، و كرة اليد واحدة من الالعاب الجماعية التي تستقطب اهتمام عدد كبير من الرياضيين و المعينين بالرياضة في مختلف بقاع العالم إذ تحتوي هذه اللعبة على كثير من المهارات التي تحقق متعة الممارسة و المشاهدة لما تحتويه من اثارة و سرعة الأداء. يسعى الرياضيون و اللاعبون و علماء الرياضة بشكل عام و مستمر عن الطرائق التدريبية الحديثة بهدف تحسين الاداء الرياضي و اكتساب ميزة تنافسية و من تلك الطرق تدريبات (السرعة الحركية التفاعلية) تعد تدريبات السرعة الحركية التفاعلية مناسبة لجميع الرياضات سواء كانت جماعية أو فردية، لاهتمامها بتطوير اللياقة البدنية الخاصة مثل القدرة على تغيير الاتجاهات كما في دراسة (Mashkour, 2015) و الانتقال من التسارع للتباطؤ بشكل انسيابي، بالإضافة الى التوقع و صفاء الذهن و سرعة رد الفعل، و جميعها مفاتيح رئيسية لتحقيق التفوق الرياضي في أي رياضة. و يشير (Faraj & Jaber, 2019) بأن "من الممكن استعمال تلك التدريبات أو التمرينات بشكل رئيسي داخل المناهج التدريبية أو كمنهج و برنامج مستقل لتمييزها بالعدد و المتكرر و التسارع و الحركات الانفجارية و سرعة تغير الاتجاه، أو استعمالها في جزء الاحصاء البدني".

و يعد عنصر السرعة واحدة من عناصر اللياقة البدنية و التي يحتاجها لاعبي كرة اليد داخل المنافسات و تمتع بنجاح المخططات الهجومية أو الدفاعية (Karim & Al-Diwan, 2024) على ذلك العنصر و ذات التأثير الفعال للاعب و التي "يلزم المدربين بالتذكير عليها و تطويرها إذ يجب على لاعبي كرة اليد الحديثة ان يمتلكوها بما يخدم تنفيذ المهارات بالسرعة الممكنة و التي اصبحت سعة اللعب الحديث لمعظم فرق المقدمة في العالم" (Arabi, 2004)

و تعد مهارة التهديف من المهارات الضرورية و الاساسية في اللعبة و يلعب دورا مهما في المساهمة في نتيجة المباراة، إذ يجب أن تلقي اهتمام المدربين و ديب ففهم بكافة المستويات. و من هنا تكمن أهمية البحث في اعداد تمرينات السرعة الحركية التفاعلية (S.A.Q) للاعبين الشباب بكرة اليد و معرفة تأثيرها على اوجه انواع السرعة و التهديف من القفز اماما بكرة اليد، (Kadhim, 2024) ربما نتيجة هذه الدراسة يساعد المدربين و مساعدتهم في تطوير مستوى هذه الفئة التدريبية باللعبة.

1 - 2 مشكلة البحث

من خلال المتابعة الميدانية للباحث كونه لاعب لعدد من السنوات والمدرّب و مشرفا لفرق واطلاعه على وحدات التدريبية للفرق العديدة داخل محافظة السليمانية ذلك عند تدريبهم لفئة الشباب، إذ لا حظ بأن تلك تقتصر من تمرينات أو تدريبات السرعة الحركية الانتقالية و بشكل تكميلي داخل الوحدات التدريبية بشدد و اهمال تتماشى مع شدد و احوال العام لتدريب فئة الشباب إذ أن التمرينات للسرعة الحركية التفاعلية ولكونها نظام تدريبي متكامل يحسن مستوى التسارع و درجة التوافق بين العينين واليد بالإضافة القدرة الانفجارية و سرعة القدرات البدنية.

لذا ارتأ الباحث الخوض هذا الموضوع الحيوي لإمكانية الاجابة على التساؤلات الآتية:-

- هل ان تمرينات السرعة الحركية التفاعلية يؤثر في تطوير بعض نواع اوجه لسرعة و دقة التهديف من القفز لدى لاعبي الناشئين بكرة اليد؟

- هل يوجد الفرق بين التمرينات المعدة و تمرينات المتعبة داخل الوحدات التدريبية للمدرّب في تطوير متغيرات البحث؟

1 - 3 هفي البحث:

- اعداد تمرينات السرعة الحركية التفاعلية لتطوير بعض أنواع السرعة والتصويب من القفز أماماً بكرة اليد الناشئين.

- التعرف على تأثير تمارين السرعة الحركية التفاعلية لتطوير بعض أنواع السرعة والتصويب من القفز أماماً بكرة اليد الناشئين.

1 - 4 فرض البحث :

- هناك فروق ذات دلالة احصائية لتمرينات السرعة الحركية التفاعلية لتطوير بعض أنواع السرعة والتصويب من القفز أماماً بكرة اليد الناشئين.

1-5 مجالات البحث

1 - 5 - 1 المجال البشري / لاعبو نادي كوية الرياضي فئة الشباب

1 - 5 - 2 المجال الزمني / 2024/7/1 و لغاية 2024/9/25

1 - 5 - 3 المجال المكاني / القاعة المغلقة التابعة لنادي كوية الرياضي

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2 - 1 منهج البحث

استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين احدهما التجريبية والثانية الضابطة الملائمة مع طبيعة البحث.

2 - 2 مجتمع البحث و عينته:

حددت لاعبي نادي كوية الرياضي فئة الشباب والبالغ عددهم (16) لاعبا مجتمعاً للبحث، وتم اختيار (12) لاعبا كعينة للبحث ذلك بعد استبعاد (4) لاعب للتجارب الاستطلاعية. و بعد ذلك تم توزيع العينة الى مجموعتين احدهما التجريبية بواقع (6) لاعبا و (6) لاعبا المجموعة الضابطة. بذلك اصبحت نسبة العينة الى المجتمع. وتم اجراء التجانس للعينة كما في الجدول(1).

الجدول (1)

بين تكافؤ العينة في القاسات (طول، قرن، العمر، العمر الرديبي)

ت	المتغيرات	س	ع	معامل الالتواء
1	الطول/سم	168.12	3.31	0.649
2	الوزن/كغم	60.23	2.29	0.663
3	العمر/سنة	16.25	4.007	0.628
4	العمر التدريبي/شهر	14.28	3.15	0.108

2 - 3 الاجهزة والادوات و وسائل جمع المعلومات

- ساحة كرة اليد القانونية بكرات اليد قانونية عدد (6) ,جهاز القياس الوزن والطول ,حاسبة الكترونية , جهاز قياس النبض, شواخص بارتفاع 30سم عدد 12, صافرة عدد (2), شريط قياس قماش بطول 25م, مستطيل حديد قياس (50x75)سم, المصادر والمراجع والدراسة المشابهة ,شبكة المعلومات الدولية (الأنترنت), الاختبارات المهارية والبدنية , رأي الخبراء والمختصين, استمارات لجمع البيانات

2 - 4 التصميم التجريبي:

استعمل الباحث التصميم التجريبي وفق المجموعتين متكافئتين ذات الاختبارات القبلي والبعدي. وكما في الشكل رقم(1)

الشكل (1)

يوضح التصميم التجريبي في البحث

ت	المجموعة	الاختبار القلبي للمجموعتين	العامل التجريبي	الاختبار البعدي	الفرق بين البعدين للمجموعتين
1	التجريبية	-اوجه أنواع السرعة -التهدف بالقفز	-تمرينات السرعة الحركية التفاعلية	-اوجه أنواع السرعة -التهدف بالقفز	اوجه أنواع السرعة -التمرين بالقفز

2-5 متغيرات البحث

2-5-1 تحديد اوجه انواع السرعة و اختباراتهم

بعد حصر الشامل للمراجع و المصادر العربية و التي تتناول اوجه انواع السرعة, قام الباحث بتصميم استمارة الاستبيان و أدرج فيها انواع السرعة, ثم قام بتوزيع الاستمارات على المتخصصين في مجال علم التدريب الرياضي و لعبة كرة اليد بغية تحديد اوجه انواع السرعة لعينة البحث و اختياراتهم, و بعد جمع الاستمارات و التفريغ ما تم تحديد تلك الانواع و كما يأتي:-

- السرعة الانتقالية (ركض من بدء الطائر لمسافة ٢٠م)

- القوة المميزة بالسرعة (ركض بالقفز في ١٠ ثواني)

- سرعة التحمل (ركض ١٥٠م)

(H. A. Muhammad & Radwan, 1982)

2-5-2 تحديد التهدف من القفز و الاختبار

يعد التهدف و بأنواعه من أهم المهارات الاساسية في لعبة كرة اليد و من اجل تحديد نوع التهدف المبحوث تم تحديد (التهدف بالقفز اماما) كونه ينعكس على نوع التدريب المستخدم في البحث الحالي بصورة واضحة (Al-Baik, 1987)

2-6 التجربة الاستطلاعية

ان التجربة الاستطلاعية هي "تجربة اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل التجربة الرئيسية بهدف معرفة السليبيات و المعوقات التي قد تواجه الباحث" (Al-Mandlawi, 1987)

2-6-1 التجربة الاستطلاعية للاختبارات

قام الباحث و بمساعدة فريق العمل المساعد باجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من مجتمع البحث البالغ عددهم (4) لاعبا ذلك بتاريخ 2024/7/3 و في قاعة نادي كوية الرياضي. و كانت الهدف من التجربة:-

- التعرف على المعوقات و السليبيات التي قد تواجه الباحث.

- التعرف على مدى تفهم افراد عينة البحث للاختبارات.

- التعرف على الوقت المستغرق للاختبارات.

- التعرف على الوصول اللازمة قبل التجربة الرئيسية.

2-6-2 التجربة الاستطلاعية للتمرينات

قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية للتمرينات المعدة على نفس عينة التجربة الاستطلاعية للاختبارات و ذلك في 2024/7/4, و كان الهدف من التجربة:-

- معرفة المعوقات و السليبيات تطبق التمرينات المعدة.

- مدى امكانية تطبيق التمرينات المعدة.

- سهولة و صعوبة التمرينات المعدة لدى العينة.

- الوصول الى البدائل قبل التجربة الرئيسية.

2-7 اعداد التمرينات

بعد الاطلاع على المراجع و المصادر التي تتناول تمرينات السرعة الحركية التفاعلية و الدراسات و البحوث المشابهة للموضوع, قام الباحث باعداد عدد من التمارين. و تم تطبيق تلك التمرينات في البداية القسم الرئيسي للوحدات التدريبية و الذي يستغرق (25) دقيقة في كل وحدة تدريبية, و بطريقة التدريب التكراري و كانت شدة التمرينات تتراوح بين 70 - 100% و استمرار الباحث في تطبيق التمرينات لمدة (8) اسابيع و بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع و في الايام (السبت, الاثنين, الاربعاء) ملحق (1) و (2).

2-8 الاختبارات القبلية:

قام الباحث بتطبيق الاختبارات القبلية لمتغيرات البحث و بمساعدة فريق العمل و في ملعب و قاعة نادي كوية الرياضي بتاريخ 2024/7/5, و في تمام الساعة الخامسة عصرا.

2-9 تطبيق التمرينات

استغرقت مدة تطبيق التمرينات مدة (8) اسابيع حيث تم تطبيق التمرينات من 2024/7/7 و لغاية 2024/9/6. بواقع ثلاث وحدات في اسبوع واحد.

2-10 الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات و داخل الوحدات التدريبية لعينة البحث تم اجراء و تطبيق البعدية للمتغيرات المبحوثة بتاريخ 2024/9/7. إذ حاول الباحث توفير نفس الجو و الظروف أو المشابهة للاختبارات القبلية.

3-11 الوسائل الاحصائية

استعان الباحث بالحقيبة الاحصائية الالكترونية وفق المحاولات الاحصائية الآتية: (Al-Takriti & Al-Ubaidi, 1999)

- الوسط الحسابي, الانحراف المعياري, اختبار t للعينات المستقلة, اختبار t للعينات الغير المستقلة.

3- عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها:

3-1 عرض و تحليل و مناقشة نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لأفراد المجموعتين الضابطة و التجريبية في متغيرات البحث .

3-1-1 عرض و تحليل نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لأفراد المجموعة الضابطة في المتغيرات:

(جدول 2)

يبين قيم t للقياس القبلي و البعدي لأفراد المجموعة الضابطة للمتغيرات المبحوثة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		فرق الأوساط	قيمة T المحسوبة	الدالة
			س	ع	س	غ			
1	السرعة الانتقالية	ثانية	3.75	1.07	3.65	1.11	1.75	1.32	معنوي
2	القوة المميزة بالسرعة	متر	58.97	0.82	60.72	0.73	0.87	0.92	غير معنوي
3	سرعة التحمل	ثانية	25.17	1.01	24.90	0.82	0.93	0.86	غير معنوي
4	التهديف	عدد	9.64	0.11	1.042	1.21	1.22	1.28	معنوي

*قيمة (t) الجدولية (1.11) عند درجة حرية (5) و مستوى دلالة (0.05) من الجدول (2) يتبين الفرق معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في (السرعة الانتقالية و الاهداف) و غير معنوي في (القوة المميزة بالسرعة و سرعة العمل).

4-1-2 عرض و تحليل نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لأفراد المجموعة التجريبية في المتغيرات المبوثة:

(جدول 3)

جدول قيم t للقياس القبلي و البعدي لأفراد المجموعة التجريبية للمتغيرات المبوثة

ت	المتغيرات	القياس القبلي		الاختبار البعدي		فرق الأوساط	قيمة T المحسوبة	الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	السرعة الانتقالية	0.72	3.64	1.15	3.01	0.63	1.85	معنوي
2	القوة المميزة بالسرعة	0.91	58.29	0.82	62.11	3.49	1.92	معنوي
3	سرعة التحمل	1.48	25.28	1.09	23.82	1.80	2.16	معنوي
4	التهديف	0.54	10.22	1.21	12.01	1.79	1.85	معنوي

*قيمة (t) الجدولية (1.11) عند درجة حرية (5) و مستوى دلالة (0.05) من الجدول (3) يتبين الفرق معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي لجميع متغيرات المبوثة للمجموعة التجريبية كانت معنوية لصالح الاختبارات البعدية.

3-1-3 عرض و تحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة و التجريبية في التغيرات المبوثة:

(جدول 4)

يبين الأوساط الحاسبية و الانحرافات المعيارية و قيمة (t) المحسوبة و الجدولية لنتائج الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة و التجريبية

ت	المتغيرات	الاختبار البعدي		الاختبار البعدي		فرق الأوساط	قيمة T المحسوبة	الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	السرعة الانتقالية	1.15	3.01	1.11	3.65	0.54	2.31	معنوي
2	القوة المميزة بالسرعة	0.82	62.11	0.73	60.72	1.81	2.25	معنوي
3	سرعة التحمل	1.09	23.82	0.82	24.90	1.07	2.17	معنوي
4	التهديف	0.61	10.42	1.21	12.01	1.59	2.61	معنوي

*قيمة (t) الجدولية (2.11) عند درجة حرية (10) و مستوى دلالة (0.05) من الجدول (4) يتبين بأن الفرق بين المجموعتين في الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية كانت معنوية.

3-2 مناقشة النتائج

من خلال الجداول (2 و 4) تبين بأن الفروق بين الأوساط الحاسبية للاختبارية القبلي و بعدي و للمجموعة التجريبية معنوية في اوجه انواع السرعة (السرعة الانتقالية القوة المميزة بالسرعة، سرعة التحمل، التهديف) في البحث، و يعيد الباحث السبب ذلك الى تخطيط التدريب المناسب و وفق السبب عملية سليمة تزداد فاعليته "في الحقيقة ان جوهر تخطيط التدريب

هو تخطيط لتحقيق ردود افعال فسيولوجية للجسم تجاه أي حمل بدني يقع عليه و من خلال استجابة الجسم بتحقيق التكليف الفسيولوجي و يرتفع مستوى الاداء الرياضي" (Hamad et al., 2024) و يؤكد ذلك (Odeh et al., 2024) بأن "تطوير المناهج التدريبية للأهداف الاساسية, و اختيار التمرينات التي تتناسب و طبعة الفعالية في كل وحدة تدريبية و على مدى الزمني للوحدات يعبر من اهم معايير نجاح المنهج التدريبي. و من جهة اخرى يعز و الباحث السبب الحركية التفاعلية المعدة من قبل الباحث مما ادى الى تطوير نتيجة التدريب "ان تدريبات السرعة الحركية التفاعلية نظام تدريبي حديث ينتج عنه تأثيرات متكاملة للعديد من القدرات البدنية داخل برنامج تدريبي واحد" (Velmurugan & Palanisamy, 2012) و يشير (Abdel & Ali, 2014) بأن " تدريبات السرعة الانتقالية التفاعلية تعتبر من الاشكال التدريبية الحديثة في المجال الرياضي و ان الدراسات التي تناولت تأثيراتها البدنية و الفسيولوجية على اللاعبين الناشئين و الكبار اختلفت في نتائجها و ذلك الى اختلاف طريقة استعمالها في المجال الرياضي"

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة التي طورت فيها كل من (السرعة الانتقالية و التهديف) يعود السبب أي يعزوه الباحث الى ان تكرارات أو ممارسة التدريبية يؤدي الى تطوير العناصر و التغيرات بغض النظر عن طريقة ادائها ((ان التدريب يساعد على تحسين و تطوير كفاءات و قدرات الافراد, كما يساهم في تطوير مهارات الاتصال بين الأفراد)) (Abdelkhalq, 2003) و يضيف ((Al-Sayed, 1997) بأن " ان اية ممارسة ميدانية للرياضي سواء كانت بطريقة منظمة أو غير المنظمة يؤدي التطور, ذلك بسبب التكرارات في الاداء و الممارسة المستمرة)).

إما مهارة التهديف فقد حققت نسبة من التطور مقارنة بالاختبار البعدي ليست بالكبيرة والسبب في هذا الى العامل التجريبي فأنها تحتاج إلى تركيز عال جدا بسبب صعوبة أدائها ويذكر محمد عثمان أن التعلم للحركات والمهارات الجديدة يحتوي في الغالب على مراحل معقدة وتختلف درجة الصعوبة من حالة إلى أخرى وينطبق ذلك على كل من الناشئين والرياضيين فضلا عن نوعية المهارة الحركية المراد تطويرها بأساليب مختلفة والتي يؤدي إلى بناء وتطوير التصور الحركي عند الفرد (A.-G. O. Muhammad, 1994)

وكذلك فهي تحتاج إلى مرونة وقوة وسرعة الذراع بشكل كبير مقارنة بالمهارات الأخرى " إن أنواع التصويب بكرة اليد كثيرة ومتنوعة الاداء الحركي وتتطلب امتلاك اللاعب للمرونة والسرعة والرشاقة والقوة الكافية وعلى كافة المحاور الجسمية لكي تؤهله بأن يصوب إلى الهدف بدقة (Osama, 1989)

4- الاستنتاجات و التوصيات

4-1 الاستنتاجات

1- ان التمرينات المعدة وفق (السرعة الحركية التفاعلية) اثرت ايجابيا في تطوير اوجه انواع السرعة المجوثة و لدى عينة لبحث.

2- تفوقت المجموعة التجريبية (تمرينات السرعة الركبة التفاعلية) على المجموعة الضابطة (التمرينات المعدة من قبل المدرب) في تطوير جميع متغيرات قيد البحث.

3- اثرت التمرينات المدرب في تطوير (السرعة الانتقالية و التهديف) وللمجموعة الضابطة

4-2 التوصيات

1- ضرورة استعمال تمرينات (السرعة الحركية التفاعلية) لدى الرياضيين بصورة عامة و لاعبي الشباب بكرة اليد بصورة خاصة.

2- ضرورة استعمال التمرينات المعدة لتطوير اوجه انواع السرعة و التهديف بالقفز اماما للاعبي الشباب بكرة اليد.

3- التأكد على أهمية السرعة الحركية التفاعلية في الدورات التدريبية.

4- اجراء دراسات و بحوث مستقبلية على الفئات التدريبية و الجنس الآخر.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبو نادى كوبة الرياضي فئة الشباب

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

مريوان حسن محمد marewan.hasan@univsul.edu.iq

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.
- Abdelkhaleq, E. E.-D. (2003). *Sports Training, Theories – Applications*. Dar Al-Maaref.
- Al-Baik, A. K. (1987). *Measurement in the Sports Field* (p. 122). Dar Al-Maaref.
- Al-Mandlawi, Q. H. (1987). *Tests and Statistics in the Field of Mathematics* (p. 71). Higher Education Press.
- Al-Sayed, A.-M. (1997). *Sports Training Theories, Training and Strength Physiology* (p. 49). Kitab Publishing Center.
- Al-Takriti, W. Y., & Al-Ubaidi, H. M. (1999). *Statistical Applications and the Use of Computers in Physical Education Research* (p. 88). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.
- Arabi, A. (2004). *Handball and its Basic Elements* (p. 4). Dar Al Salam Office.
- Faraj, A. S., & Jaber, H. M. (2019). The effect of psycho training on some physical changes and the level of start speed and achievement in the 100m running event. *Journal of Studies and Researches of Sport Education* , 29(4), 292–300.
<https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/230>
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Kadhim, M. A. A. (2024). The effect of the SQ3R strategy on learning the effectiveness of the long jump for students. *Journal Mustansiriyah of Sports Science*, 5.
<https://www.iraqoaj.net/iasj/article/312713>
- 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>
- Mashkour, N. H. (2015). *THE EFFECT OF TRAINING & COMPONENT OF HARMONIC CAPACITY IN SOME PHYSICAL, BIO-KINEMATIC VARIABLES & ACHIEVEMENT OF LONG JUMP*.
- Muhammad, A.-G. O. (1994). *Motor learning and sports training: Vol. 2nd edition* (Dar Al-Qalam for Publishing and Distribution, Ed.). <https://www.iraqnla.gov.iq/opac/index.php?q>
- Muhammad, H. A., & Radwan, M. N. al-D. (1982). *Motor performance tests* (p. 45). Dar Al-Fikr Al-Arabi.

- Odeh, A. Y., Shabib, S. S., Ghazi, M. A., & Mohammed, L. H. (2024). Developing physical education curricula in the age of artificial intelligence. *Journal of Sports Education Studies and Research*, 34(3), 37–56. DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.687>
- Osama, R. (1989). *Medical Care for Handball Players* (p. 218). Dar Al Hilal, Saudi Arabia.
- Velmurugan, G., & Palanisamy, A. (2012). Effects of SAQ training and plyometric training on speed among college men kabaddi players. *Indian Journal of Applied Research*, 3(11), 432.

ملحق (1)

يبين تدريبات (السرعة الحركية التفاعلية)

- القفز الجانبي بخطوات متوسطة على الجانبين يمينا و يسارا لمسافة ١٠م.
- القفز الجانبي بخطوات واسعة على الجانبين يمينا و يسارا لمسافة ١٠م.
- تمارينات السرعة المتنوعة, بالبدء بالجري بسرعة متنوعة بمسافة ٢٠م بين الاشخاص, تغير في معدل السرعات اثناء عبور بين الشواخص.
- مرحلة الذراعين للأمام و الخلف المرفقين زاوية ٩٠ درجة حركة الذراع من مفصل الكتف مرحلة الذراعين لمستوى الكتفين, مرحلة الذراعين بجانب الجسم دون تقاطع مع منتصف الحجم.
- الجري للخلف, الجري لتنمية السرعة الحركية للرجلين.
- التقدم و مرحلة الرجلين على استقامها, البدء بالجري مع تبادل مرحلة الرجلين زيادة سرعة تردد الخطوات, ملاسة الارض بالجزء الامامي.
- تمارينات السرعة المتنوعة , البدء بالجري بسرعة متنوعة بمسافة ٣٠م بين الشواخص, تغير معدل السرعات اثناء مرور بين الشواخص.
- التقدم مع التركيز على حركة و البدء بخطوات قصيرة مع السرعة تردد ملاسة القدمين بالجزء الامامي للتقدم مع الارض.
- التقدم مع لمس القعدة بالقدم, البدء بالمرونة مع لمس المقعدة بالكامل زيادة سرعة القدمين.
- العدو المتنوع (مربع ٣٠م) العدو من نقطة (1) الى (2) ثم الجري الجانبي الى رقم (3) الجري الخلفي الى رقم (4).

ملحق (2)

نموذج من التمارينات في الوجدة التدريبية الشدة: 75 - 100%

رقم التمرين	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
1	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30
2	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30
3	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30
4	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30
5	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30
6	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30
7	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30
8	2	ثا45	3	ثا45	2	ثا45	2	75	3.30



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



An analytical study of the creative leadership of workers in the scouting divisions from the point of view of scouting leaders in middle schools in the Basra Education Directorate and Departments

[mansoor yousif salboohk](#) ✉ [Aqeel jareh saper](#) ✉ [Riyadh nori abbas](#) ✉

Open College of Education / Qurna Branch¹

University of Basra/ College of Education and Sports Sciences ^{2,3}

Article information

Article history:

Received 23/10/2024

Accepted 3/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Analytical study , innovative
leadership , scouting branches ,
scouting leaders

Abstract

The objective of the study was to design, standardize, and implement an innovative leadership scale for employees in scouting divisions, according to the opinions of scouting leaders in intermediate schools affiliated with the Basra Education Directorate and its departments. The research used a descriptive approach, utilizing surveys and correlational studies, because they are more in line with the research objectives and the issue at hand. The selection of the research sample, which comprised (280) scouting leaders from intermediate schools in the Basra Education Directorate and its departments, was deliberate. The statistical analyses were carried out by employing SPSS software for statistical processing. As a result, the researchers discovered that there are diverse levels within the creative leadership scale for employees in the scouting branches and advised them to utilize all approaches that foster creative leadership.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



دراسة تحليلية للقيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية من وجهة نظر القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة

منصور يوسف صلبوح¹ ✉ عقيل جراح صبر² ID رياض نوري عباس³ ID
الكلية التربوية المفتوحة / فرع القرنة¹ جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,3}

معلومات البحث	الملخص
<p>تاريخ البحث : الاستلام : 2024/10/23 القبول : 2024/11/3 التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025</p> <p>الكلمات المفتاحية : دراسة تحليلية , القيادة الابداعية , الشعب الكشفية , القادة الكشفيين</p>	<p>هدف البحث الى بناء وتقنين وتطبيق مقياس القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية من وجهة نظر القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة، وكان المنهج المستعمل في البحث هو المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية لكونها اكثر ملائمة لأهداف البحث وطبيعة المشكلة ، اما عينة البحث تم اختيارها بالطريقة العمدية التي تكونت من (280) قائدا كشافيا في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة ، وتم معالجة العمليات الاحصائية بنظام (spss) للمعالجات الاحصائية ، لذا استنتج الباحثون وجود مستويات مختلفة في مقياس القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية وأوصوا بتوجيه العاملين في الشعب الكشفية بالاعتماد على جميع الاساليب التي تعمل على القيادة الابداعية</p>

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تشكل القيادة الابداعية بخصائصها المميزة احد اهم العناصر المؤثرة في المنظمات على اختلافها والسعي الى تكييفها بما يتناسب مع التطورات الحاصلة بالبيئة الخارجية من خلال العمل على تبني أسلوب الداعم للإبداع بما تتناسب مع متطلبات المرحلة الجديدة ولا بد من وجود خطة واضحة الأهداف من قبل العاملين في الشعب الكشفية والعمل على توضيحها للقادة الكشفيين الذين سوف يقومون بتنفيذها والتركيز في أعماله على الأعمال الأساسية والرئيسية التي تساهم في تحقيق أهداف الفرقة الكشفية .

والقائد الكشفي هو الشخص الذي يقود الفرقة ويتحمل مسؤولية أفرادها ويعمل على رفع مستوى نفسه وأعضاء فرقته وفقاً لأهداف الحركة، وعليه أن يتّصف بالأخلاق والأمانة ليصلح لقيادتهم ، وهو الذي يدير دفّة العمل في وحدته الكشفية بدقة، وتقع على كاهله كافة الأعباء والمسؤوليات، فهو الذي يتعرف على مواطن الضعف بين أفراد وحدته الكشفية ليعمل على تنميتها وتطويرها وصلها بالوجهة الصحيحة (Abbas et al., 2023)

ومن هنا تكمن أهمية البحث من خلال توجيه انظار العاملين في الشعب الكشفية في ميدان العمل المبحوث الى ضرورة انتقاء وأهمية القيادة الابداعية وتبنيها لما لها من أهمية بالغه في عمل القادة الكشفيين وكذلك التعرف على ابعاد الدراسة ومدى تأثيرها في تحقيق القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية البصرة وما تشكله هذه المتغيرات والابعاد من مجالات لتطوير عمل العاملين في الشعب الكشفية ميدانيا في هذا المجال .

1-2 مشكله البحث

الحركة الكشفية تعتمد بصورة رئيسة على القيادة ولذلك سمي من يقود الفرقة الكشفية هو قائدا كشفيا لان كل انشطتها سواء داخل المدرسة كرفعة العلم يوم الخميس او خارجها كالمخيمات الكشفية والمسيرات والتجمعات في الاعياد والمناسبات الوطنية يسيرها القائد الكشفي وهذا يتطلب من المؤسسة التي ترعى هذه الانشطة والمتمثلة بالعاملين بالشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية البصرة ان يتمتعوا بقيادة ابداعية لائقة و جيدة تنعكس على عمل الفرق الكشفية في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة وتكمن مشكلة البحث هل يتمتع العاملين في الشعب الكشفية بمستوى لائق من القيادة الإبداعية.

1-3 اهداف البحث

1. بناء وتقنين وتطبيق مقياس القيادة الإبداعية للعاملين في الشعب الكشفية من وجهة نظر القادة الكشفيين
2. وضع مستويات معيارية لمقياس القيادة الإبداعية من وجهة نظر القادة الكشفيين.
3. التعرف على مستوى القيادة الإبداعية للعاملين في الشعب الكشفية من وجهة نظر القادة الكشفيين.

1-4 مجالات البحث

- 1- المجال البشري: القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة
- 2- المجال الزمني: للفترة من 20 / 9 / 2024 ولغاية 25 / 10 / 2024
- 3- المجال المكاني: المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

المنهج "هو تلك الخطوات التي يسلكها الباحث لحل مشكلة معينة لذلك تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية لكونها أكثر ملاءمة لأهداف 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 مجتمع البحث وعينه

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية التي تكونت من (280) قائدا كشفيا في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية محافظة البصرة ، وبنسبة (71.42) لمجتمع البحث وقد قسمت الى عينة البحث الاستطلاعية وقد شملت (20) بنسبة (5.10) ، وعينة البناء شملت (180) وبنسبة (45.91) ، وعينة التطبيق شملت (80) بنسبة (20.40) من مجتمع البحث كما في الجدول (1)

جدول (1)

يبين اعداد القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة

ت	اقسام تربية البصرة	مجتمع البحث	عينة البناء	عينة التطبيق	التجربة الاستطلاعية	المستبعدون
1	مركز محافظة البصرة	132	70	30	10	22
2	الهارثه	6	4	0	0	2
3	ابي الخصيب	45	15	10	0	20
4	الزبير	53	22	10	0	21
5	القرنة	55	20	10	10	15
6	الفاو	10	0	0	0	10
7	شط العرب	36	19	10	0	7
8	المدينة	55	30	10	0	15
9	المجموع	392	180	80	20	112
	النسبة المئوية	%100	%45.91	%20.40	%5.10	0

2-3 وسائل جمع المعلومات و الأدوات والأجهزة المستعملة

المصادر والمراجع العربية والأجنبية و شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) المكتبة الالكترونية الافتراضية و الاستبيان وحاسوب نوع (Dell) وحاسبة الكترونية

2-4 خطوات بناء مقياس القيادة الابداعية

لتحقيق هدف البحث الأول المتمثل ببناء مقياس القيادة الابداعية قام الباحثون بالإجراءات والخطوات الآتية

2-4-1 تحديد الظاهرة المطلوب دراستها

الظاهرة قيد البحث هي القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية محافظة البصرة

2-4-2 الغرض من بناء مقياس القيادة الابداعية

الغرض من بناء مقياس القيادة الابداعية هو دراسة القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية محافظة البصرة ، وتحديد مجالاتها

2-4-3 تحديد مجالات مقياس القيادة الابداعية

من خلال الاطلاع على الأدبيات الخاصة بعلم الإدارة الرياضية والمصادر المتعلقة بمشكلة البحث ومراجعة دراسات سابقة بعلم الإدارة الرياضية واخذ اراء الخبراء الكشفيين فقد حددت خمس مجالات مقترحة للمقياس وهي : تحديد الاهداف ، الاتصال الفعال ، التمكين ، التدريب ، الحوافز

2-5-4 صلاحية مجالات مقياس القيادة الابداعية

عرضت مجالات المقياس على ذوي الخبرة والاختصاص في علم الادارة الرياضية ، وكان عددهم (17) خبيراً و مختصاً لتحديد المجالات المناسبة لـ (لمقياس القيادة الابداعية) وبيان صلاحية المجالات وملاءمتها وإبداء أية ملاحظات . وبعد تحليل الإجابات باستخدام (نسبة الخطأ sig) و(كا²) , اعتمدت نسبة الخطأ (0.029) فما دون، وذلك بالاعتماد على درجة كا² (4.765) التي تكون معنوية عند مستوى دلالة (0.05) أي موافقة (13 خبيراً) من أصل (17) والجدول (2) يبين ذلك

جدول (2)

يبين مربع كاي ونسبة الخطأ لاتفاق رأي الخبراء والمختصين لمجالات المقياس

مقياس القيادة الابداعية						
ت	المجالات	الموافقون	غير الموافقون	درجة كا ²	نسبة الخطأ sig	نوع الدلالة
1	تحديد الاهداف	17	0	17	0.000	معنوي
2	التمكين	9	8	0.059	0.808	غير معنوي
3	الاتصال الفعال	16	1	13.235	0.000	معنوي
4	الحوافز	15	2	9.941	0.002	معنوي
5	التدريب	10	7	0.529	0.476	غير معنوي

2-5-5 تحديد أسلوب صياغة الفقرات وأسسها

ان عملية اعداد فقرات المقياس تعتبر من اهم الخطوات إذ تتطلب توافر شروط معينة لدى الباحث مصمم المقياس وهي على الباحث معرفة طريقة كتابة المفردات حتى يستطيع أن يختار منها ما يناسب هدف المقياس ويجب ان تكون لديه القدرة على التصور والابداع والابتكار والقدرة على صياغة الفقرات التي يمكن من خلالها قياس القدرة أو السمة المراد قياسها و ان يمتلك لغة عربية تمكنه من صياغة فقراته وسهولة التعبير بلغة بسيطة و ان تكون ممثلة لمجالات القياس (Ziad, 2010)

واستند الباحثون على أسس في صياغة فقرات مقياس القيادة الابداعية كما يرى (Al-Yasiri, 2010) إن تكون لكل فقرة معنى واحد واضح ومحدد و الابتعاد عن استخدام أسلوب نفي النفي و كتابة الفقرات بلغة سهلة وواضحة ممثلة لمجالات المقياس حيث صيغت (39) فقرة لمقياس القيادة الابداعية موزعة على ثلاثة مجالات وهي مجال تحديد الاهداف ومجال الاتصال الفعال ومجال الحوافز والجدول (3) يبين ذلك .

جدول (3)

يبين عدد فقرات مقياس القيادة الابداعية موزعة على المجالات بعد عرضها على الخبراء

مقياس القيادة الابداعية		
ت	المجال	عدد الفقرات
1	تحديد الاهداف	13
2	الاتصال الفعال	13
3	الحوافز	13
	المجموع	39

2-5-6 صلاحية فقرات مقياس القيادة الابداعية

بعد إعداد المقياس بصيغته الأولى ، عُرضت على ذوي الخبرة والاختصاص في علم الإدارة الرياضية والحركة الكشفية ، وكان عددهم (19) خبيراً ومختصاً وذلك من اجل التعرف على مدى صلاحية الفقرات ومدى مناسبتها لقياس ما وضعت لأجله فضلاً عن تقويم الفقرات والحكم عليها من حيث الصياغة والدقة في المضمون اعتمدت نسبة الخطأ (0.039) فأكثر ، وذلك بالاعتماد على درجة كاسي² (4.263) التي تكون معنوية عند مستوى دلالة (0.05) أي بموافقة (14) خبيراً من أصل (19) خبيراً والجدول (4) يبين ذلك .

جدول رقم (4)

يبين نسبة الخطأ وقيمة كاي لمقياس القيادة الابداعية

مقياس القيادة الابداعية											
مجال تحديد الاهداف											
ت	الموافقون	غير الموافقون	قيمة كاي	نسبة الخطأ	الدلالة	ت	الموافقون	غير الموافقون	قيمة كاي	نسبة الخطأ	الدلالة
1	19	0	19	0.000	معنوي	8	19	0	19	0.000	معنوي
2	18	1	11.842	0.001	معنوي	9	17	2	15.211	0.000	معنوي
3	13	6	2.579	0.108	غير معنوي	10	18	1	15.211	0.000	معنوي
4	16	3	8.895	0.003	معنوي	11	19	0	19	0.000	معنوي
5	15	4	6.308	0.012	معنوي	12	16	3	8.895	0.003	معنوي
6	11	8	0.474	0.491	غير معنوي	13	15	4	6.308	0.012	معنوي
7	18	1	15.211	0.000	معنوي						
مجال الاتصال الفعال											
1	19	0	19	0.000	معنوي	8	19	0	19	0.000	معنوي
2	17	2	11.842	0.001	معنوي	9	18	1	15.211	0.000	معنوي
3	18	1	15.211	0.000	معنوي	10	16	3	8.895	0.003	معنوي
4	19	0	19	0.000	معنوي	11	15	4	6.308	0.012	معنوي
5	16	3	8.895	0.003	معنوي	12	19	0	19	0.000	معنوي
6	15	4	6.308	0.012	معنوي	13	18	1	15.211	0.000	معنوي
7	18	1	15.211	0.000	معنوي						
مجال الحوافز											
1	11	8	0.474	0.491	غير معنوي	8	16	3	8.895	0.003	معنوي
2	19	0	19	0.000	معنوي	9	15	4	6.308	0.012	معنوي
3	17	2	11.842	0.001	معنوي	10	19	0	19	0.000	معنوي

معنوي	0.000	15.211	1	18	11	معنوي	0.000	15.211	1	18	4
معنوي	0.000	19	0	19	12	معنوي	0.003	8.895	3	16	5
معنوي	0.000	15.211	1	18	13	معنوي	0.012	6.308	4	15	6
						معنوي	0.000	15.211	1	18	7

وبعد أن أبدى الخبراء والمختصون آراءهم على فقرات مقياس القيادة الابداعية أنتج التحليل الإحصائي على رفع الفقرات التي كانت نسبة الخطأ فيها اقل من (0.039) وبالاتتماد على درجة كا² (4.263) إذ بلغ عددها (3) فقرات وهي الفقرة رقم (3) و (6) من مجال تحديد الاهداف والفقرة (1) من مجال الحوافز في مقياس القيادة الابداعية وكما مبين في جدول (5)

جدول (5)

يبين فقرات المقياس قبل وبعد عرضها على الخبراء والمختصين

مقياس القيادة الابداعية				
ت	المجالات	قبل عرضها على الخبراء	بعد عرضها على الخبراء	الفقرات المستبعدة
1	تحديد الاهداف	13	11	2
2	الاتصال الفعال	13	13	0
3	الحوافز	13	12	1
	المجموع	39	36	3

2-5-7 اختيار سلم التقدير

عرض سلم تقدير المقياس على المختصين في علم الادارة الرياضية لبيان آرائهم في سلم التقدير المقترح فكان سلم التقدير الخماسي (اتفق دائماً، اتفق غالباً، اتفق احياناً، اتفق نادراً، لا اتفق ابداً) وإعطاء مفاتيح التصحيح عن السلم المقترح ، وقد اتفق الخبراء على بدائل الإجابة.

2-5-8 أسلوب تصحيح فقرات مقياس القيادة الابداعية

من اجل الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد في العينة تعطى اوزان مناسبة لبدائل المقياس و من خلال جمع درجات المستجيب على سلم التقدير الخماسي نحصل على الدرجة الكلية لكل فرد .وقد حددت أوزان الفقرات من (1-5) درجات لكل فقرة في المقياس ، فقد وضعت خمسة بدائل واستجابة متدرجة ، وكانت أعلى درجة يمكن الحصول عليها في المقياس هي (5) وأقل درجة هي (1) والجدول (6) يبين ذلك .

جدول (6)

يبين أوزان بدائل فقرات مقياس القيادة الإبداعية

اتفق دائماً	اتفق غالباً	اتفق احياناً	اتفق نادراً	لا اتفق ابداً
5	4	3	2	1

2-5-9 إعداد تعليمات مقياس القيادة الابداعية

تعتبر تعليمات المقياس هي الدليل الذي يسترشد به المستجيب للإجابة عن فقرات المقياس، حيث راعى الباحث ان تكون التعليمات سهلة ومفهومة (Al-Tarfi, 2013) ، كما تم التأكيد على سرية الإجابات وان الهدف من المقياس هو لأغراض البحث العلمي فقط .واكد الباحث لأفراد العينة بضرورة الاجابة عن كل فقرة بما ينطبق تماماً على الشخص المستجيب والتأكيد على الاجابة على جميع فقرات المقياس لغرض الوصول إلى نتائج موضوعية ومثمرة ، كذلك تم توضيح كيفية الاجابة على فقرات المقياس بمثال توضيحي ارفق مع استمارة المقياس، ووضع الباحث رقم هاتفه في حالة حاجة المستجيب له.

2-5-10 صلاحية الفقرات من الناحية اللغوية

قبل تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية تم عرضه على متخصص في اللغة العربية ، لأجل ان تكون الفقرات صحيحة وخالية من الاخطاء اللغوية وبهذا يكون المقياس خالي من الأخطاء اللغوية وتكون الفقرات سليمة.

2-6 التجربة الاستطلاعية لمقياس القيادة الابداعية

بعد ان اصبح المقياس جاهز للتطبيق قام الباحثون بأجراء التجربة الاستطلاعية للتعرف على المعوقات والصعوبات التي تواجه عملية التطبيق وكذلك لمعرفة الوقت اللازم للإجابة على فقرات المقياس بصورة كاملة , وكذلك للتأكد من فهم أفراد عينة الدراسة لأداة البحث وتبديل المصطلحات والكلمات التي تزيد الاستفسارات حولها وحتى يتأكد ويطمئن الباحث من سلامة الأداة ثم تطويرها وتغيير ما يلزم تغييره (Ziad, 2010) وللتأكد من صحة الفقرات وسلامتها بالنسبة للعينة والتدريب على طريق التصحيح ، طُبّق المقياس على عينة من (20) من مجتمع البحث الأصلي وكانت للقادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية محافظة البصرة . وطلب من العينة قراءة الفقرات بدقة والاجابة بعلامة (√) في الحقل المناسب ، ان الوقت المستغرق للإجابة تراوح بين (20 - 25) دقيقة للمقياس وملاءمة فقرات المقياس لمستوى عينة البحث

2-7 تطبيق مقياس القيادة الابداعية على عينة البناء

بعد اتمام كافة المتطلبات وزع المقياس على عينة البناء والبالغ عددهم (180) "وتتضمن هذه العملية الكشف عن مستوى صعوبة الفقرة وقوة تمييزها وفعالية البدائل في فقرات الاختبار . وبعد استعادة الاستمارات تم تدقيقها جميعا للتأكد من الاجابة على جميع فقرات المقياس , ومن أجل تحقيق ذلك طُبّق المقياس باستمارة واحدة على عينة البناء , وبعد الانتهاء من عملية توزيع الاستمارات والإجابة عليها دُفّقت كل استمارة للتأكد من الإجابة عنها بالصورة المطلوبة حيث تمت الاجابة على جميع الاستمارات البالغ عددها (180) استمارة .

2-8 تحليل فقرات المقياس إحصائياً

الهدف الرئيس من تحليل فقرات المقياس احصائياً لتحسين نوعية الاختبار, كل هذا من خلال اكتشاف ضعف الفقرة ومن ثم العمل على إعادة صياغتها أو استبعادها أن لم تكن صالحة . وتحليل الفقرات هو عملية فحص استجابات العينة واختبارها عن كل فقرة من فقرات المقياس وتتضمن هذه العملية الكشف عن القوة التمييزية لفقرات المقياس (Ebel, 1972) وقد اعتمد الباحث أسلوب المجموعتين الطرفيتين والاتساق الداخلي.

2-8-1 المجموعتان الطرفيتان (القوة التمييزية)

من خلال هذه الخطوة يتم التمييز بين القادة الكشفيين الحاصلين على درجات عالية والقادة الكشفيين الحاصلين على درجات منخفضة في استمارات المقياس . حيث قام الباحثون باحتساب الدرجة الكلية لكل قائد كشفي من خلال جمع درجات الفقرات الكلية للمقياس ولغرض حساب تمييز الفقرات أتبع الباحث الخطوات الآتية :

1. صححت الاستمارات وحسبت الدرجة الكلية لكل استمارة .
2. رتبت الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة تنازلياً.
3. تم تقسيم الدرجات الى مجموعتين تمثل احدهما القادة الكشفيين الذين حصلوا على اعلى الدرجات وبنسبة (27%) والمجموعة الثانية تمثل القادة الكشفيين الذين حصلوا على ادنى الدرجات وبنسبة (27%) , اذ ان تقسيم الدرجات بنسبة (27%) من المجموعة العليا و(27%) من المجموعة الدنيا هي النسبة الافضل والتي نحصل بواسطتها على اعلى معاملات التمييز وعلى ضوء ذلك كان عدد الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا

للمقياس (18) استمارة وكذلك الدنيا (18) ليصبح مجموع الاستمارات المأخوذة (36) استمارة .كما في الجدول

(7)

جدول (7)

يُبين القدرة التمييزية لفقرات مقياس القيادة الابداعية

مقياس القيادة الابداعية							
مجال تحديد الاهداف							
ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة t	sig	الدلالة
	الوسط	الانحراف	الوسط	الانحراف			
1	3.53	0.91	1.9	0.73	9.6	0.000	معنوي
2	3.61	0.93	2.40	0.57	7.7	0.000	معنوي
3	3.69	1.04	2.46	0.58	7.16	0.000	معنوي
4	3.55	1.06	1.42	0.57	6.5	0.000	معنوي
5	3.67	1.068	1.44	0.58	7.05	0.000	معنوي
6	3.75	1.05	2.51	0.58	7.25	0.000	معنوي
7	3.73	1.03	2.55	0.61	6.87	0.000	معنوي
8	3.63	1.07	2.59	0.53	6.87	0.000	معنوي
9	3.53	1.04	2.6	0.52	6.06	0.000	معنوي
10	3.65	1.03	2.67	0.51	5.94	0.000	معنوي
11	2.40	1.49	1.15	0.73	6.91	0.000	معنوي
مجال الاتصال الفعال							
1	3.42	0.49	1.15	0.73	8.47	0.000	معنوي
2	4.28	0.45	2.10	0.73	7.96	0.000	معنوي
3	4.40	0.49	1.03	0.71	9.24	0.000	معنوي
4	3.51	0.50	1.75	0.52	9.51	0.000	معنوي
5	4.33	0.47	1.28	0.72	11.10	0.000	معنوي
6	4.42	0.49	1.95	0.70	12.92	0.000	معنوي
7	4.15	0.50	1.82	0.61	11.48	0.000	معنوي
8	4.35	0.48	1.73	0.57	.630	0.000	معنوي
9	4.51	0.50	1.68	0.46	.630	0.000	معنوي
10	4.60	0.49	2.35	0.77	4.01	0.000	معنوي
11	4.53	0.50	1.93	0.68	5.35	0.000	معنوي
12	3.27	0.50	1.91	0.63	4.26	0.000	معنوي
13	3.23	0.50	2.04	0.60	7.09	0.000	معنوي
مجال الحوافز							
1	3.54	0.50	2.31	0.66	10.96	0.000	معنوي
2	4.26	0.47	1.95	0.67	10.82	0.000	معنوي
3	3.37	0.49	1.86	0.69	11.10	0.000	معنوي
4	3.46	0.50	1.84	0.36	11.14	0.000	معنوي
5	4.01	0.50	2.20	0.75	9.98	0.000	معنوي
6	4.60	0.49	1.90	0.67	4.10	0.000	معنوي
7	4.46	0.50	1.90	0.63	4.26	0.000	معنوي
8	4.43	0.49	2.02	0.69	4.60	0.000	معنوي
9	4.04	0.50	1.93	0.68	5.53	0.000	معنوي
10	4.13	0.50	2.10	0.70	5.41	0.000	معنوي
11	3.40	0.49	2.15	0.67	3.87	0.000	معنوي
12	3.01	0.50	2.24	0.74	5.42	0.000	معنوي

2-8-2 الاتساق الداخلي لفقرات المقياس

الاتساق الداخلي معناه مدى ارتباط الفقرات أو الوحدات مع بعضها داخل المقياس أو الاختبار ومدى ارتباط كل فقرة أو بند مع الاختبار ككل ، فوجود الارتباطات غير الصفريّة بين بنود المقياس يؤكد اتساق هذه البنود وأن جميعها تقيس الشيء المراد قياسه نفسه (N. al-D. R. Muhammad, 2006) كما مبين في جدول (8)

جدول (8)

يبين معامل الاتساق الداخلي بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس القيادة الابداعية

مقياس القيادة الابداعية								
ت	معامل الارتباط	sig	ت	معامل الارتباط	sig	ت	معامل الارتباط	sig
1	0.83	0.00	15	0.81	0.00	29	0.79	0.00
2	0.85	0.00	16	0.71	0.00	30	0.68	0.00
3	0.84	0.00	17	0.84	0.00	31	0.81	0.00
4	0.76	0.00	18	0.73	0.00	32	0.71	0.00
5	0.86	0.00	19	0.80	0.00	33	0.81	0.00
6	0.78	0.00	20	0.78	0.00	34	0.78	0.00
7	0.77	0.00	21	0.70	0.00	35	0.81	0.00
8	0.84	0.00	22	0.84	0.00	36	0.83	0.00
9	0.89	0.00	23	0.75	0.00			
10	0.86	0.00	24	0.85	0.00			
11	0.88	0.00	25	0.72	0.00			
12	0.85	0.00	26	0.77	0.00			
13	0.75	0.00	27	0.73	0.00			
14	0.71	0.00	28	0.88	0.00			

2-9-2 المعاملات العلمية للمقياس

2-9-1 الصدق

يعتبر الصدق من اهم الخصائص التي يجب الاهتمام بها في الاختبارات وبناء المقياس ويعرف بأنه "الدرجة التي يقيس بها الاختبار أو المقياس الشيء المراد قياسه (Farhat, 2001)

2-9-2 معامل الاتساق الداخلي

استخدم معامل الاتساق الداخلي في تحليل فقرات المقياس أي حساب صدق فقرات المقياس باستخدام المحك الداخلي من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وتحقق هذا النوع من الصدق من خلال استخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسون) .

2-9-3 الثبات

يعتبر الثبات من العناصر الاساسية في إعداد الاختبارات واعتماد نتائجها و يعرف الثبات بأنه " الدقة في تقدير العلامة الحقيقية للفرد على الفقرة التي يقيسها المقياس ، أو مدى الاتساق في علاقة الفرد إذا أخذ المقياس نفسه مرات عدة في الظروف نفسها (A. Ahmed & Fathi, 1993) وهناك عدة طرائق يمكن من خلالها استخراج معامل الثبات وقد أختار الباحثون من بينها طريقتين هما :

أولاً : طريقة ألفا كرونباخ

تستخدم هذه الطريقة كثيراً في الأسئلة المقالية والموضوعية، وقد استخدمت هذه الطريقة نظراً " لكون المقياس يحتويان على أنواع الأسئلة الموضوعية والمقالية (Al-Aqili & Al-Shaib, 1988) إذ أُستخرج الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق معادلة (كرونباخ) على أفراد عينة بناء المقياس باستخدام الحقيبة الإحصائية (spss). إذ بلغ معامل ألفا كرونباخ (0.917) لمقياس القيادة الإبداعية وهو مؤشر ثبات عالٍ للمقياس

ثانياً : طريقة التجزئة النصفية

تعد هذه الطريقة من أكثر طرق الثبات شيوعاً وتمتاز بالاقتصادية في الجهد والوقت، فقد لا يستطيع الباحث جمع أفراد العينة ثانية في حالة إعادة تطبيق الاختبار (Bahi, 1999)

ولغرض إيجاد معامل ثبات المقياس تم اختيار طريقة التجزئة النصفية لانسجامها مع المتطلبات، إذ تم تقسيمهم إلى جزئين الأول يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية والثاني يتضمن درجات الفقرات الفردية إذ تم حساب معامل الارتباط البسيط بيرسون الذي بلغ لمقياس القيادة الإبداعية (0.836) حيث يعتبر مؤشر ثبات عالٍ للمقياس.

جدول (9)

يبين معامل الثبات بالتجزئة النصفية وبطريقة ألفا كرونباخ للمقياس

المقياس	بيرسون	ألفا كرونباخ
القيادة الإبداعية	0,836	0.917

4-9-2 الموضوعية

الموضوعية هي عدم تأثر المقياس حتى وإن تغير المحكمون أو المصححون، وأن يعطي الاختبار النتائج نفسها بغض النظر بمعنى يقيّم الاختبار وهذا يعني استبعاد الحكم الذات. وهي تعني تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية كالتحيز، وذلك بتحديد درجة اتفاق الحكام أو الفاحصين إذ يكون المحكم مستقلاً ، ففي المجال الرياضي لابد من إيضاح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار من حيث إجراءاته ، إدارته ، تسجيل النتائج (Ali & Mazen, 2008)

2-10 معامل الالتواء

إن أغلب توزيعات العينات ليست متماثلة تماماً وقد تميل إلى أحد الجانبين للقيمة العظمى بمعدل أكثر من الآخر ، وهذا يعود عن التماثل يطلق عليه الالتواء. فإذا كانت قيم المتغير تتمركز باتجاه القيم الصغيرة أكثر من تمركزها باتجاه القيم الكبيرة ، فإن توزيع هذا المتغير ملتو نحو اليمين ويسمى موجب الالتواء أما إذا كان العكس فيكون سالب الالتواء (S. H. Muhammad, 1995) وللتعرف على مدى قرب إجابات العينة أو بعدها من التوزيع الطبيعي قام الباحث بحساب معامل الالتواء باستخدام البرنامج الإحصائي (spss) لمقياس القيادة الإبداعية وكما في الجدول (10)

جدول (10)

يبين معامل الالتواء للمقياس

المقياس	بيرسون	ألفا كرونباخ
القيادة الإبداعية	0,836	0.917

2-11 الدرجات المعيارية

أن الدرجات الأولية (البيانات الخام) لا تكون ذات فائدة، ما لم تقارن بدرجة أخرى ، فهذه الدرجات وحدها لا تعطينا فكرة عن مستوى ما تم قياسه إلا بمقارنتها بدرجات معيارية. وعليه لابد من التعامل إحصائياً مع الدرجة الخام لتحويلها إلى درجة

معيارية (Mashkoo & Othman, 2023) لذلك قام الباحثون بمعالجة نتائج المقياس احصائياً من خلال استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري والدرجة الزائفة والدرجة التائية للمقياس لاستخراج الدرجات المعيارية للمقياسين ومجالاته

2- 12 المستويات المعيارية للمقياس

الجنول (11)

يبين الدرجات المعيارية والدرجات المعدلة والدرجات الخام والمستويات لمقياس القيادة الابداعية

المستويات	الدرجة المعيارية	الدرجة المعيارية المعدل	الدرجة الخام	العدد	النسبة المئوية
جيد جداً	1.8+ 3+	68 - 80	151 -180	9	5%
جيد	0.6+ 1.8+	56 - 68	121-150	33	18.33%
متوسط	0.6- 0.6+	44 - 56	92-120	97	53.88%
مقبول	1.8- 0.6-	32- 44	63-91	29	16.11%
ضعيف	3- 1.8-	20 - 32	36-62	12	6.66%
المجموع					
				180	100%

جنول (12)

يبين الدرجات المعيارية والدرجات المعدلة والدرجات الخام والمستويات لمجالات مقياس القيادة الابداعية

المستويات	الدرجة المعيارية	الدرجات الخام للمقياس	مجال تحديد الاهداف	مجال الاتصال الفعال	مجال الحوافز
جيد جداً	68-80	151 -180	46-55	54-65	51-60
جيد	56-68	121-150	37-45	44-53	41-50
متوسط	44-56	92-120	28-36	33-43	31-40
مقبول	32-44	63-91	19-27	23-32	22-30
ضعيف	20-32	20.7-62	11-18	13 -22	12-21

2- 13 التطبيق النهائي لمقياس القيادة الابداعية

بعد اكتمال اجراءات البناء والتصميم والتقنين اصبح المقياس جاهز للتطبيق النهائي, فقد بلغ عدد فقرات المقياس النهائية (36فقرة), حيث تم تطبيقه على عينة التطبيق والبالغ عددهم (80) قائدا كشفا في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية محافظة البصرة وللفترة الزمنية من 2024/9/20 لغاية 2024/10/25, بعد ذلك قام الباحثون بتحليل اجابات عينة التطبيق النهائية فقد تم حساب الدرجة النهائية التي حصل عليها المجيب من الفقرات والتي تمثل رأيه الشخصي.

3- 14 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث نظام (spss) للمعالجات الاحصائية

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3- 1 عرض نتائج مقياس القيادة الإبداعية وتحليلها ومناقشتها :

جنول (14) يبين

المستويات والدرجات المعيارية والدرجات المعدلة والدرجات الخام والنسبة المئوية لعينة التطبيق لمقياس

القيادة الابداعية

المستويات	الدرجات المعيارية	الدرجات المعيارية المعدلة	الدرجة الخام	العدد	النسبة المئوية
جيد جداً	1,8+ 3+	68-80	151 -180	4	5%
جيد	0,6+ 1,8+	56-68	121-150	12	15%
متوسط	0,6- 0,6+	44-56	92-120	48	60%

مقبول	1,8- 0,6-	32-44	63-91	11	13.75%
ضعيف	3- 1,8-	20-32	36-62	5	6.25%

يعزوا الباحثون هذا الى اهتمام بعض العاملين في الشعب الكشفية بالقادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام مديرية تربية البصرة اي ان هؤلاء العاملين في الشعب الكشفية الذين حصلوا على مستوى (جيد جدا) هم يتمتعون بمستوى عالٍ من القيادة الابداعية من خلال اهتمامهم بالقادة الكشفيين وإعطاءهم ادوارا قيادية من خلال قيادتهم الابداعية مما يؤدي الى الاسهام في تطوير كل ما يتعلق بنشاطات الفرقة الكشفية في المدرسة كمراسيم رفعة العلم وعمل الانشطة التطوعية والفعاليات في المهرجانات والاحتفالات حيث نرى ان القائد الكشفي وفرقته الكشفية هم محور كل هذه الانشطة كلك الانشطة خارج المدرسة كالمشاركة في المخيمات الكشفية التي تقيمها مديرية التربية داخل المحافظة او التي تقيمها الوزارة على مستوى البلد او التجمعات الكشفية في الاعياد والمناسبات الوطنية كل سوف يتحقق وبصورة جيدة اذا كان هناك قيادة صحيحة وجيدة للقادة الكشفيين وبتأثير القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية وبالتالي يعود على ان العمل الذي يتمتع بقيادة ابداعية للعاملين في الشعب الكشفية يؤثر ايجابيا في القادة الكشفيين (Kadhim et al., 2024)، اما القادة الكشفيين الذين حصلوا على المستوى (جيد) في مقياس القيادة الابداعية يعود الى قدرة القادة الكشفيين على استخدام السلوك الامثل والافضل في المواقف والواجبات التي من ضمن مسؤولياتهم بدءا من تشكيل الفرقة الكشفية الى اقامة الانشطة الكشفية في المدرسة او خارجها المتمثلة في فعاليات رفعة العلم يوم الخميس والمهرجانات والاحتفالات التي تقام في المدرسة في الاعياد والمناسبات الوطنية او الانشطة خارج المدرسة كالمخيمات الكشفية والتجمعات والمسيرات التي تقيمها الوزارة او الشعبة الكشفية في مديرية التربية كل هذا سوف يكون بمستوى جيد اذا ما كانت هناك قيادة ابداعية للعاملين في الشعب الكشفية من خلال تطبيق المنهاج المعد من قبل الوزارة وتقوم بتنفيذه الشعب الكشفية في مديريات التربية في المحافظات كانه لان تنفيذ هذا المنهاج يعتمد على الملاحظة العلمية والتجارب والخبرة السابقة خلال العمل الكشفي لذلك يكون اختيار العاملين في الشعب الكشفية وفق الخبرة والكفاءة العلمية وما يتمتعون به من قيادة ابداعية وقدرتهم على مواجهة التحديات من اجل الاستمرار في عمل الفرقة الكشفية ونجاحها وفعاليتها (Hamed & Ahmed, 2023)

اما القادة الكشفيين الذين حصلوا على مستوى (متوسط) في مقياس القيادة الابداعية يرى الباحث ان هذا يدل على ان بعض العاملين في الشعب الكشفية يحاولون ان يطوروهم من انفسهم فضلا عن العمل على تطوير الفرقة الكشفية من خلال القادة الكشفيين بما يحقق اهداف الحركة الكشفية لذا لا يمكن للقادة الكشفيين ان يستمروا في عملهم وواجباتهم الكشفية من دون ان يعملوا العاملين في الشعب الكشفية على تطوير وتعزيز قيادتهم الابداعية من خلال مبدأ الاحترام وتبادل الآراء والافكار الابداعية بينهم هذا يؤدي الى التعاطف والتسامح والتعاون بين العاملين في الشعب الكشفية والقادة الكشفيين وهذا ما اكده (T. Muhammad, n.d) ان القيادة الابداعية تعمل على تحقيق طول مبتكرة خاصة في مواجهة المواقف المعقدة او المتغيرة حيث اشار الى الاشخاص الذين عندما يتغير كل شيء ولا تزال الاساليب الجديدة غير معروفة لا يزال لهم بإمكانهم خلق وضوح الهدف لفرقهم هؤلاء هم القادة الذين يسعون الى تحقيق الاهداف الى ابعد الحدود ليس فقط من اجل المؤسسة او انفسهم ولكن للمجتمع ككل ، ان الحاجة الى القيادة الابداعية لها طبقات مختلفة ولا يمكن ربطها بميزة تنافسية فقط حيث يأتي افضل ابداع من الرغبة في المساهمة في حياة الآخرين اما عن طريق تقديم شيء جديد يحسن من جودة حياتهم او يظهر للناس ما يمكن تحقيقه (Abdul Hussein et al., 2023)

اما وقوع بعض القادة الكشفيين في المستويين (مقبول وضعيف)، في مقياس القيادة الابداعية يعزوه الباحث الى ان نمط بعض العاملين في الشعب الكشفية قد يغلب عليه الجانب الفردي ، كما ان بعض العاملين في الشعب الكشفية يتبع الأساليب التقليدية عند دعم القادة الكشفيين وافراد الفرقة الكشفية كالدعم المادي مبتعدين عن الايمان بالدعم المعنوي او

النفسي للقادة الكشفيين وبالنتائج المتأتية منه كذلك افتقارهم الى تحمل المسؤولية في اداء المهام والواجبات وضعفهم في ادارة فرقهم الكشفية سواء كانت داخل المدرسة أم من خلال المشاركة في المبادرات الكشفية و يرى الباحث وقوعهم بالمستويين مقبول وضعيف يعزوه الى عدم تطوير انفسهم من خلال القراءة والمتابعة للتطورات التي تحدث في المجال الكشفى او عدم قناعتهم للدخول بهذا العمل ، تبذل الوزارة جهود كثيرة في سبيل الارتقاء بالمستوى المهارى والفنى للعاملين في مجال التربية الكشفية من خلال برامج التدريب التي تقدم الدعم لهم أثناء الخدمة ، إلا أن هذه البرامج لم تقدم الدعم المهني المطلوب الكافي لهم أو تحقيق الارتقاء بمستوى القيادة الابداعية، ولم تمنح فرص كافية للتنمية المهنية للعاملين في الشعب الكشفية حيث يؤكد (Al-Shamaa, 2007) على أن القيادة الابداعية تتطلب إدارة استراتيجية ، وأن احد أسس الإدارة الاستراتيجية المشاركة من قبل جميع أعضاء شعب التربية الكشفية في العملية الإدارية ، لأنه يسهم في تدريب الكوادر كافة على عملية التخطيط ، وكنتيجه لذلك فأن القيادة الابداعية تساعد في إعداد العاملين في الشعب الكشفية ، حيث يؤكد (Abdul Bari, 1988) على أن البرامج التي تضعها الوزارة عبارة عن جهد منظم يقوم على التخطيط وتخصص فرعي من تخصصات حقل القوى البشرية يهتم بتحديد وتقدير وتطوير الكفاءات الرئيسة للقوى البشرية ، كالمعارف ، والمهارات ، والابداع مما يساعد الأفراد على أداء وظائفهم الحالية والمستقبلية بفاعلية

ويراها (Abu Kloub, 2017) هي التأثير في الآخرين، ودفعهم لتحقيق أهداف المنظمة، ولكي يصبح هذا التأثير فعال وحقيقيا لا بد أن تكون القيادة مبنية على الإبداع في إعدادها واختيارها، لتترجم المعرفة التي اكتسبتها إلى اختيارات جديدة تتسم بالجودة، وتحقق الفائدة من خلال اهتمامها بحل المشكلات بطرق إبداعية تختلف عن غيرها من الطرق، حيث إن المبدع يلاحظ أن هناك شيئاً خطأ لم يلاحظه الآخرين، وأن هناك طريقة للحل، أو من خلال إعادة تركيب الأنماط المعروفة في أشكال فريدة وخطوط تتميز بالأصالة وتصل إلى طول مبدعة ،فالقيادة الإبداعية مرنة، متجددة، متحدية، موجهة، والقائد المبدع شخصية فذة، واثقة، مثابرة تأخذ بزمام المبادرة وتترك عواقب الأمور ولديه نظرة شاملة ورؤية مستقبلية

3-2 عرض نتائج مجالات مقياس القيادة الإبداعية وتحليلها ومناقشتها :

3-2-1 عرض نتائج مجال تحديد الأهداف :

يرى الباحثون ان مجال الاهداف في مقياس القيادة الابداعية مهم جدا لأنه يعتبر المجال الاول والرئيسي من مجالات القيادة الابداعية كون تحديد الاهداف سوف يحدد المجالات الاخرة ويرتكز عليه انجاز العمل في الفرقة الكشفية اي عندما يكون هناك تحديد جيد للأهداف من قبل العاملين في الشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية البصرة سوف ينعكس على قيادتهم الابداعية وبالتالي يؤثر على قيادة الفرقة الكشفية من قبل القادة الكشفيين بصورة ايجابية اما اذا كان العكس عدم تمتع العاملين في الشعب الكشفية بهذا النوع من القيادة سيكون التأثير سلبى في المشاركة في الانشطة الكشفية داخل المدرسة وخارجها لذلك على العاملين في الشعب الكشفية ان يتلوا خطوات علمية في تحديد الاهداف ويقترحوا على القادة الكشفيين الاهداف التي سوف تحدد وتكون لديهم اكبر قدر ممكن من المعلومات عن العمل التي سوف توضع وتحدد له الاهداف وتوظيف تلك الاهداف المحددة وبما ان مجال تحديد الاهداف قد اوقعته عينة التطبيق في المستوى متوسط هذا يعني ان العاملين في الشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية البصرة تحديدهم للأهداف متوسط وليس بصورة جيدة او جيدة جدا لذلك عليهم ان يعملوا على كل ما من شأنه ان يطور التحديد الجيد للأهداف مثل التوظيف الجيد والابتعاد عن الروتين في تحديدهم للأهداف ويشاطروا القادة الكشفيين في هذا المجال والالتزام في التعليمات التي تخص الحركة الكشفية ، وهذا ما اكده (T. Muhammad, n.d). القيادة الابداعية تعمل على تحقيق حلول مبتكرة خاصة في مواجهة المواقف المعقدة او المتغيرة حيث اشار الى الاشخاص الذين عندما يتغير كل شيء ولا تزال الاساليب الجديدة غير معروفة لا يزال لهم بإمكانهم خلق وضوح الهدف لفرقهم هؤلاء هم القادة الذين يسعون الى تحقيق الاهداف الى ابعد الحدود ليس فقط من اجل

المؤسسة او انفسهم ولكن للمجتمع ككل ، ان الحاجة الى القيادة الابداعية لها طبقات مختلفة ولا يمكن ربطها بميزة تنافسية فقط حيث يأتي افضل ابداع من الرغبة في المساهمة في حياة الآخرين اما عن طريق تقديم شيء جديد يحسن من جودة حياتهم او يظهر للناس ما يمكن تحقيقه

3-2-2 عرض نتائج مجال الاتصال الفعال :

يعزو الباحثون هذا الى ان مجال الاتصال الفعال بكل انواعه بين العاملين في الشعب الكشفية والقادة الكشفيين هو من صلب عملهم بأن يكونوا على تواصل مستمر وتشجيع وابداء الآراء والافكار واقامة الورش والدورات والمهرجانات وحضورها ودعمهم ماديا ومعنويا كل هذا بالتالي ينعكس على القادة الكشفيين ويؤثر في عملهم في قيادة فرقهم الكشفية وتطويرها في المخيمات الكشفية والمسيرات والتجمعات والانشطة الكشفية داخل المدرسة والعمل بروح الفريق الواحد مما يؤدي الى تكامل العمل الكشفي وتنعكس اثاره على اعضاء الفرقة الكشفية والقادة الكشفيين انفسهم ومن المميزات المهمة للاتصال الفعال بين العاملين في الشعب الكشفية والقادة الكشفيين هو ان يكون العمل بروح الفريق الواحد وخاصة بعد ما انفتح العالم على ثورة كبيرة من وسائل الاتصال والتواصل بكل انواعها حيث حصل تطور كبير وواسع في مجال الاتصال يسهل من عمل التواصل وتعدد مصادر هذه الاجهزة والبرامج والسعي في استخدامها لخدمة الجانب الكشفي بين العاملين في الشعب الكشفية والقادة الكشفيين بأسهل الطرق والوقت المناسب ويجب ان تكون هناك ثقة متبادلة في تحقيق عملية الاتصال وان يكون بلغة مفهومة وواضحة ومعلومات تخص الموضوع لذلك يجب ان يتصف الاتصال بالوضوح والدقة لان نجاح الاتصال الفعال يؤدي الى نجاح العمل الكشفي بكل اشكاله ويرى (Nazza, 2016) يعتمد الاتصال الفعال أساساً على معرفة ما هو مطلوب إن يوصل إلى الطرف الآخر أو المستقبل من قبل المرسل بوضوح وعلى فهم الطرف الآخر من خلال المعرفة التامة بالمعلومات والبيانات المطلوب إيصالها ، فالاتصال يبدأ بالفهم العميق لما مطلوب تحقيقه وقبول المستقبل للرسالة يتأثر بمدى الثقة ، وبدون توفر عمل الثقة فلن تحقق عملية الاتصال أهدافها ويجب أن تكون بلغة مفهومة وواضحة ومعلومات محددة وفي التوقيت المناسب ، فكلما كان الاتصال متعلقاً بالهدف الذي من اجله زادت فاعليته في تحقيق الهدف منه ، ولذا يجب إن ينتم الاتصال بالوضوح والتحديد والدقة والاتصالات بجانب كونها عملية إدارية هي عملية اجتماعية عن طريقها تتفاعل الجماعة أيضاً ، وهي كذلك عملية نفسية تتطلب قدراً مناسباً من فهم النفس البشرية واتجاهات الآخرين ، وهي تنمي عند الأشخاص الإحساس بالإسهام في الإدارة والشعور بالأهمية وكلها تفرز شعورهم بالرضا والاستقرار النفسي (M. Ahmed, 2004) ان الاتصالات وسيلة المديرين في ادارة انشطتهم الادارية وفي ادارة الاهداف وتحقيقها لان الاتصالات تساعد على تحديد الاهداف الواجب تنفيذها ومعرفة المشكلات وطريقة علاجها وتقييم الاداء وانتاجية العمل

3-2-3 عرض نتائج مستوى مجال الحوافز :

يرى الباحثون ان العاملين في الشعب الكشفية يجب ان يمتلكوا مهارات التحفيز للأفراد والمجموعات وتشجيع القادة الكشفيين من اجل انجاح العمل والاداء وتحقيق الاهداف فالتشجيع والثناء ليس اعطاء الاوامر ولكنه صورة من صور التواصل الراجي والمهذب مع الآخرين واطهار ما لديهم من مميزات حقيقية دون مبالغة هذا من جهة واستخدام الطريقة التي يحفز بها العاملين في الشعب الكشفية القادة الكشفيين من جهة اخرى ويمكن ان يكون هذا التحفيز ماديا او معنويا في دعم الانشطة الكشفية وتمكين القادة الكشفيين لأداء اعمالهم بالشكل المناسب والمطلوب كل هذا يعود ويعمل على تطوير العمل الكشفي الا ان مجال الحوافز قد وقعت فيه عينة التطبيق في المستوى مقبول لذلك يرى الباحث ان الحوافز والتحفيز لم يكن بالمستوى المطلوب بين العاملين في الشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية البصرة والقادة الكشفيين في المدارس المتوسطة وبالتالي سوف يكون عائق في عمل القادة الكشفيين ولا يمكن لهم ان ينفذوا الخطط الموضوعة للفرقة الكشفية خلال السنة الدراسية ، وترى (Nadia, 2002) ان مجال الحوافز في القيادة الابداعية هو ممارسة التحفيز باستمرار واكتشاف مواهب الفرقة او

المجموعة وتحتاج الى استجابتهم بشفافية ووضوح واهتمام وحسن خلق في سبيل تطوير عمل المؤسسة وتميزها ويرى (Gamal, 2008) ان الحوافز سواء كانت مادية أو معنوية تعتبر رافداً مهماً للعاملين في الشعب الكشفية في رفع كفاءتهم ويتطلب وضوح الصورة لدى مسؤولي الشعب الكشفية في استغلال هذا الجانب المهم والمؤثر وتوفير جميع الإمكانيات المتاحة لإنجاح الأهداف الموضوعية , وكذلك اهتمام الإدارة بإشعار العاملين بروح العدالة يشكل حافزاً كبيراً في إعطاء القدرة على التطور والإبداع والاستمرار بالعمل , "كلما اجتهد العاملون في أداء العمل وأتموا العمل على أكمل وجه فأنهم ينتظرون المكافآت المادية التي تعقب الإثابة والاستحسان المعنوي خلال العمل

4-الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

1. بناء مقياس القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية محافظة البصرة
2. وجود مستويات مختلفة في مقياس القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية البصرة
3. الاتصال الفعال في مقياس القيادة الابداعية له دور مهم وبارز بين العاملين في الشعب الكشفية والقادة الكشفيين
4. من المجالات المهمة والرئيسية في مقياس القيادة الابداعية للعاملين في الشعب الكشفية هو الحوافز

4-2 التوصيات

1. توجيه العاملين في الشعب الكشفية في مديرية واقسام تربية البصرة بالاعتماد على جميع الاساليب التي تعمل على القيادة الابداعية
2. يجب ان تكون معرفة واضحة للعاملين في الشعب الكشفية في تحديد الاهداف
3. توجيه العاملين في الشعب الكشفية باتباع كل ما من شأنه تطوير الاتصال الفعال بينهم وبين القادة الكشفيين
4. حث العاملين في الشعب الكشفية على استخدام الحوافز سواء كانت مادية او معنوية مع القادة الكشفيين

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة في مديرية واقسام تربية البصرة

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

منصور يوسف صليوخ mansooriousif88@gmail.com

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>
- Abdul Bari, D. et al. (1988). *Training Facts* (1st ed, p. 18). Arab Encyclopedia House.
- 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>
- Abu Kloub, R. (2017). *Creative leadership and its relationship to enhancing motivation among secondary school teachers in the Ministry of Education and Higher Education in the Gaza Strip* [Unpublished Master's Thesis]. Al-Aqsa University.
- Adnan Awad. (2008). *Scientific Research Methods*. Arab Marketing and Supplies Company.
- Ahmed, A., & Fathi, M. (1993). *Fundamentals of Scientific Research* (2nd ed, p. 194). Al-Kanani Library.
- Ahmed, M. (2004). *How to improve your administrative communication skills* (p. 31). University House for Publishing.
- Al-Aqili, S. A., & Al-Shaib, S. M. (1988). *Statistical Analysis Using the Program (Spss)* (1st ed, p. 282). Dar Al-Shorouk Publishing.
- Ali, S., & Mazen, H. J. (2008). *Statistics and its applications in the mathematical axis using the SPSS program* (p. 137). Al-Ghari Modern Press.
- Al-Shamaa, S. M. M. (2007). *Strategy and Strategic Planning – A Contemporary Approach* (p. 17). Dar Al-Yazouri Scientific Publishing and Distribution.
- Al-Tarfi, A. S. (2013). Applied tests in physical education–physical–motor–skill. *Baghdad, Al-Nour Office*.
- Al-Yasiri, M. J. (2010). Theoretical foundations of physical education tests. *Dar Al-Diyaa for Printing and Publishing. Al-Najaf Al-Ashraf*, 72.
- Bahi, M. H. (1999). *Scientific Practical Transactions between Theory and Application* (1st ed, p. 16). Kitab Publishing Center.
- Ebel, R. L. (1972). *Essentials of Education Measurement* prentice. Hall, New York.
- Farhat, L. E.–S. (2001). *Measurement and testing in physical education*. Cairo: Book Center for Publishing.
- Gamal, M. A. (2008). *Administrative Development* (1st ed, p. 43). Book Center for Publishing.

- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- Kadhim, H. K., Labid, A. R., & Zughair, H. O. (2024). An analytical study of the levels of field intelligence among scout leaders in the Sports and School Activities Department. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.484>
- Mashkoo, N. H., & Othman, I. A. (2023). Design and standardization of the self-talk scale for students applied in the fourth stage of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Basra. *Sciences Journal Of Physical Education*, 16(6).
- Muhammad, N. al-D. R. (2006). *Introduction to Measurement in Sports and Physical Education* (1st edition, p. 49). Al-Kitab Publishing Center.
- Muhammad, S. H. (1995). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports* (3rd edition, p. 202). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Muhammad, T. (n.d.). Creative leadership and enhancing their skills. *Arab Journal of Science and Research Publishing*, 2012.
- Nadia, A.-S. (2002). *Introduction to Creativity* (p. 32). Wael Printing and Publishing House.
- Nazzal, A. H. J. (2016). *Basics of Work in Sports Administration* (1st ed, p. 58). Al-Ghadeer Press.
- Ziad, bin A. bin M. (2010). *Educational Methodological Rules for Building a Questionnaire* (2nd ed, p. 82). Abnaa Al-Jarrah Press.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Motivation degree of participation in fourth grade students in school sports activities from their point of view

Luay Ali Attallah salih¹  

General Directorate of Education in Anbar¹

Article information

Article history:

Received 6/11/2024

Accepted 30/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

motivation of participation-fourth grade preparatory-school sports activities

Abstract

The study aimed to identify the degree of motivation to participate among fourth-year middle school students in school sports activities from their point of view. The researcher used the descriptive analytical approach. The study sample consisted of 360 male and female learners, i.e. (20%) of the study community. The questionnaire was used to measure the learners' opinions, consisting of (14) paragraphs about their level of motivation to participate. After collecting the data, it was processed statistically. The researcher concluded that encouragement from teachers and trainers has an important role in enhancing the motivation to participate in sports activities. He also recommended working on integrating educational activities with physical and sports movements because of their positive impact on concentration and improving performance



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



درجة دافعية المشاركة لدى طلبة الصف الرابع إعدادي في الأنشطة الرياضية المدرسية من وجهة نظرهم

لؤي علي عطا الله¹

المديرية العامة لتربية الانبار¹

الملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة دافعية المشاركة لدى طلبة الصف الرابع إعدادي في الأنشطة الرياضية المدرسية من وجهة نظرهم، استعمل الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من 360 متعلما من الذكور والإناث، أي بنسبة (20%) من مجتمع الدراسة، واستعملت الاستبانة لقياس آراء المتعلمين، مكونة من (14) فقرة حول مستوى دافعية المشاركة لديهم، وبعد جمع البيانات تمت معالجتها إحصائياً، واستنتج الباحث ان التشجيع من المعلمين والمربين له دوراً مهماً في تعزيز دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية وكذلك أوصى العمل على دمج النشاطات التعليمية بالحركات البدنية والرياضية لما لها من أثر إيجابي على التركيز وتحسين الأداء

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/11/6

القبول : 2024/11/30

التوفر على الانترنت: 15 يناير، 2025

الكلمات المفتاحية :

دافعية المشاركة – الصف الرابع إعدادي – الأنشطة الرياضية المدرسية.

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

ينطوي واقع التعليم في المجال التربوي على كثير من الممارسات التي يقوم بها الطلبة في مدارسهم، وبما ان نظريات التعلم التي تبحث في معرفة المتعلم السابقة غير جامدة تتطور في بناء الاسس الرصينة لكل ما يتعلمه من اساسيات المتعلم المعرفية، ولهذا علية اعادة الافكار السابقة المكتسبة عند دخول معلومات جديدة ولا يمكن ان يبني المتعلم معرفته منفردا بمعزل من الآخرين بل بالتفاعل الاجتماعي وهو ما تعتمد عليه درجة دافعية المتعلمين.

ممارسة الأنشطة الرياضية، أمرٌ محبَّب ومرغوب بين المتعلمين في كل المراحل الدراسية، وله تأثيره على الفرد من النواحي الجسدية، العقلية والنفسية، ولأنها نواحي مترابطة ومتكاملة لا يمكن التفريق فيما بينها. ولهذا تعد الأنشطة المدرسية جزءاً مهماً من التعليم الشامل وهي مصممة لتنمية قدرات المتعلمين البدنية والعقلية والاجتماعية، فهي فرص لتعزيز اللياقة البدنية (Mashkor, 2017) وتعزيز روح الفريق وتطوير مهارات القيادة والتعاون. ومع ذلك، فإن المشاركة في الأنشطة، وخاصة الأنشطة البدنية، تتطلب التحفيز، وقد ثبت أن التحفيز يعمل بفعالية من خلال تحفيز المتعلمين على المشاركة في النشاط. (Hamed & Ahmed, 2023)

وبما أن النشاط البدني يعتبر من أهم أشكال التعبير عن الذات للأفراد في جميع الأعمار، فبالإضافة إلى تحفيز الجسم والعقل، يمكن أن يكون النشاط البدني أيضاً مكاناً للتحرر والتعبير عن الرغبات والمويل الشخصية. كما تشمل عدة جوانب مثل الجوانب الاجتماعية والاقتصادية والنفسية التي تساعد على تحسين نوعية حياتهم اليومية. (Samia & Wahba, 2022)

إن دوافع المشاركة في الأنشطة الرياضية واضحة لأنها يمكن أن توفر رؤية قيمة حول كيفية تحسين برامج التربية البدنية المدرسية لتلبية احتياجات المتعلمين وتعزيز مشاركتهم، في حين أن فهم الدوافع والعوائق التي يواجهها المتعلمون يمكن أن يساعد أيضاً في تصميم إستراتيجيات فعالة لزيادة المشاركة والمساعدة في تحقيق أهداف الأنشطة الرياضية المدرسية وتعزيز صحة المتعلمين ورفاههم بشكل عام. (Hammadi, 2024)

وفي ضوء هذه الخلفية تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الدافعية لدى متعلمي الصف الرابع الإعدادي للمشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية وتحليل العوامل المؤثرة فيها. لذا، تكمن أهمية الدراسة بتعزيز فهمنا للدوافع المختلفة وتقديم توصيات لتحسين مشاركة المتعلمين في الرياضة المدرسية وضمان الحصول على أقصى قدر من الفوائد من هذه البرامج.

1-2 مشكلة البحث

تعتبر درجة دافعية المشاركة لدى طلبة الصف الرابع إعدادي في الأنشطة الرياضية المدرسية موضوعاً هاماً نظراً لتأثيره الكبير على الصحة البدنية والنفسية للمتعلمين، بما أنه شهدت المدارس في الفترة الأخيرة تراجعاً ملحوظاً في مشاركة المتعلمين في هذه الأنشطة، وبالرغم من الفوائد العديدة لها، والتي تشمل تحسين اللياقة البدنية، تعزيز القدرات الاجتماعية، بناء الثقة بالنفس، فضلاً إلى تنمية المهارات القيادية والانضباط.

بالتالي تتمحور الإشكالية حول فهم العوامل والأسباب التي تؤثر على دافعية المتعلمين للمشاركة في الأنشطة، من الممكن أن تكون متعددة، متنوعة وشاملة، كالنقص بالموارد أو عدم توفر الدعم الكافي من المعلمين والإدارة، فيشعر المتعلمون بالخوف من الفشل، فتقل دافعتهم للمشاركة.

الامر الذي دفع الباحث بالاجوء لدراسة، من هذا المنطلق يمكن صياغة مشكلة الدراسة في السؤال الآتي:

ما مستوى دافعية المشاركة لدى طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي في الأنشطة الرياضية المدرسية؟
الأسئلة الفرعية:

انبثق من السؤال الرئيس السؤالين الآتيين:

- هل توجد فروق إحصائية بين إجابات طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي حول دافعية المشاركة لديهم في الأنشطة الرياضية المدرسية تعزى لمتغير الجنس (ذكور-إناث)؟
- هل توجد فروق إحصائية بين إجابات طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي حول دافعية المشاركة لديهم في الأنشطة الرياضية المدرسية تعزى لنوع النشاط الرياضي (جماعي - فردي)؟

1-3 أهداف البحث

- التعرف على مستوى دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية لدى طلبة الصف الرابع الإعدادي من وجهة نظرهم الشخصية .
- التعرف على الفروق في درجة دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية بين طلبة الصف الرابع الإعدادي الذكور والإناث من وجهة نظرهم الشخصية .
- التعرف على الفروق في درجة دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية لدى طلبة الصف الرابع الإعدادي من وجهة نظرهم الشخصية .

1-4 مجالات البحث

- المجال البشري: طلبة الصف الرابع الإعدادي في مدارس الرمادي المركز .
- المجال الزمني: من 1/10/2024 إلى 18/11/2024
- المجال المكاني: محافظة الأنبار / مدارس الإعدادية في مدينة الرمادي.

1-5 تحديد المصطلحات

- **الدافعية:** هي مقدار الرغبة والنزوع في بذل جهد الأداء الواجبات والمهام الدراسية بصورة جيدة، حيث منشطة ومفسرة و موجهة للسلوك الإنساني. (Naima, 2018)
- هي المستوى الذي يعكس رغبة وحماس واستناد طلبة الصف الرابع إعدادي للمشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية. وقد عرّفها "الدسوقي الدافعية" على أنها بالحالة الداخلية التي تسهل وتوجه و تدعم الإستجابة، كما أنها تحافظ على استمرارية السلوك حتى يتحقق الهدف. ويشير الدافع إلى مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد. وذلك لاسترجاع حالة التوازن بإرضاء الحاجات أو الرغبات النفسية أو البيولوجية. (Afifa, 2014)
- **دافعية المشاركة:** هي حالة من التوازن بين مجموع الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد نحو أراض حاجاته أو رغبته النفسية، يمكن تعريفها بأنها الحالة الداخلية التي تسهل وتوجه وتقدم الإستجابة، وتحافظ على إستمرارية السلوك حتى يتحقق الهدف، من الناحية السلوكية، تعمل على تحريك سلوك المتعلم وأدائه نحو الهدف المطلوب، بينما من الناحية المعرفية، تحرك أفكاره ومعارفه ووعيه، هذه الدافعية تلعب دورًا مهمًا في تكوين العادات والميول والممارسات لدى الأفراد، وتؤثر بشكل إيجابي على مستوى التحصيل. (Ihab, 2013)
- **الأنشطة الرياضية:** هي مجموعة من الأنشطة الرياضية المزاولة داخل المؤسسات التعليمية والتي تتوج ببطولات محلية ووطنية بيدع من خلالها الطلبة وبيبرزون كفاءتهم ومواهبهم. (Lund & Tannehill, 2010) وعرفه المطيري : التنمية الجسدية والعقلية والنفسية والاجتماعية يتم تعزيزها من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المتنوعة، وذلك تحت إشراف متخصصين لتحقيق الأهداف المرجوة من ممارستها. (Al-Mutairi, 2007)

ويعرفها الباحث: بأنها مجموعة من الفعاليات والتمارين البدنية التي تُنظم وتُنفذ ضمن البيئة المدرسية بهدف تعزيز اللياقة البدنية والصحة العامة وتنمية المهارات الرياضية للمتعلمين في الصف الرابع إعدادي.

2- منهج البحث

تمّ استعمال المنهج الوصفي التحليلي نظراً لملائمته، وتماشيه مع طبيعة وأهداف الدراسة،

1-2 مجتمع البحث وعينه

تكوّن مجتمع البحث من جميع طلبة الصف الرابع إعدادي في 30 مدرسة من المدارس الإعدادية خلال العام الدراسي 2023-2024 في مدينة الرمادي والذي بلغ عددهم 1800 طالبا ، ذلك حسب الإحصاءات الرسمية لتربية الانبار(مدينة الرمادي)، تمّ اختيار عيّنة قسدية من طلبة الصف الرابع إعدادي في (10) مدارس إعدادية من مدارس مجتمع الدراسة، والبالغ عددهم 360 طالبا من الذكور والإناث، اي بنسبة (20%) من مجتمع الدراسة اذ بلغ عدد الذكور (190) طالبا فيما بلغ عدد الاناث (170) طالبة

2-2 العينة الاستطلاعية

من أجل التيقن من صحة الأدوات المعتمدة في هذه الدراسة والتعمّق في معرفة العلاقة بين دافعية المشاركة عند المتعلمين وبين المشاركة في الرياضة المدرسية، تمّ تحديد عيّنة صغيرة مكونة من (30) متعلّم ومتعلّمة من المجتمع المحدد سابقاً تحمل الخصائص نفسها.

3-2 اداة الدراسة

من أجل بلوغ الأهداف المراد تحقيقها تمّ الإستعانة بالإستبانة كأداة اساسية لجمع بيانات الدراسة، والتي تمّ بناؤها وتصميمها وفق التالي:

• مصادر بناء الاستبانة

عمد الباحث في بناء الإستبانة إلى عدة مصادر تبرز الأدبيات الدراسية السابقة، والتي تطرّقت لمتغير دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية لدى المتعلمين صف الرابع إعدادي من وجهة نظر المعلمين.

• إجراءات بناء الاستبانة

تمّ بناء الإستبانة والتي تقيس مستوى الدافعية لدى المتعلمين في المشاركة في الرياضة المدرسية، بعد أن تمّ إعداد فقرات المحاور والتي بلغت 16 فقرة، تمّ عرضها على المحكمين من أصحاب الخبرة في العلوم التربوية الرياضية من جامعة الرمادي. بالإعتماد على ملاحظاتهم تمّ تعديل الإستبيان بين حذف وتعديل 14 فقرة.

• بناء المحك الخاص بالاستبانة

من أجل تقدير إجابات المتعلمين لجهة الإجابة عن الفقرات المتعلقة بالإستبانة، تمّ إعتماد مقياس ليكرت الخماسي. كما تمّ تصنيف الإجابات بالتساوي، وترتيب المتوسطات الحسابية كالتالي:

الجدول (1)

المتوسطات الحسابية وربطها بدرجة موافقة المستطلعين

درجة الإجابة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
القيمة	5	4	3	2	1
مدى المتوسطات	5-4.21	4.20-3.41	3.40-2.61	2.60-1.81	1-1.80

4-2 صدق أداة الاستبانة

للوصول لأهداف الدراسة من خلال تحقيق النتائج، تم التأكد:

• صدق المحكمين

بعد أن أنهى الباحث من بناء الاستبانة بشكلها الأولي، أرسلها إلى مجموعة من المحكمين من أهل اختصاص في التربية الرياضية وعلم النفس التربوي، للاطلاع عليه وإبداء الآراء التي تتيح وصولها للشكل النهائي قبل أن يتم إرسالها أولاً لعينة استطلاعية ومن ثم لأفراد العينة الميدانية، وقد قدم السادة المحكمين آراءهم وتعليقاتهم وتصويباتهم المنهجية واللغوية والموضوعية، تعديلاً وموافقة وحذفاً، وقد تم اعتماد الفقرة التي يتم الموافقة عليها أو تعديلها بنسبة (80%) من المحكمين، واجمعوا على ابقاء الفقرات وتعديل بعضها وحذف فقرتين منها ، بحيث وصل الاستبيان بالشكل النهائي الى (14) فقرة . الاستبانة بصيغتها الاولى في ملحق رقم (1)

ولتبيان ما قدمه المحكمين من ملاحظات على الاستبانة، قامت الباحثة بفرزها وتوزيعها وفق آراءهم وتقديراتهم على النحو الآتي:

جدول (2)

أرقام الفقرات (موافق عليها - معنلة - محنوفة) من قبل المحكمين

الفقرات التي تم الموافقة عليها	الفقرات التي تم تعديلها	الفقرات التي تم حذفها
14-11-10-7-5-4-1	16-15-13-12-9-8-6-2	14-3

• صدق الاتساق الداخلي

من خلال تطبيق أداة البحث الأولى أي الاستبانة على عينة استطلاعية وطبقها عليهم، تم احتساب معامل ارتباط بيرسون بين كل درجة من فقرات المحور مع الدرجة الكلية للمحور نفسه، وجاءت النتائج تشير أن قيمة الارتباط تتراوح بين (0.792 - 0.815) وهي دلة إحصائية، هذه النتائج دلت على وجود صلاحية وصدق مرتع للاستبانة مما يفتح المجال للباحث لتطبيقها على العينة الميدانية.

2-5 ثبات الاستبانة

لتأكيد ثبات الاستبانة اعتمد الباحث أداتان وهما :

• ثبات التجزئة النصفية

تم احتساب ثبات الاستبانة بالاعتماد على طريقة التجزئة النصفية عبر استخراج الارتباط بين درجات نصف الاستبانة الفردي والزوجي، وبذلك يتم الحصول على نصف الثبات والذي بلغ (0.784) وبعدها تم معادلة النتيجة بمعادلة سيبرمان برون لاستخراج الثبات الكلي والذي بلغ (0.802) .

3- عرض النتائج ومناقشتها

يعرض الباحث من خلال هذا الفصل نتائج الدراسة المستندة على لإجراءات الميدانية في الفصل السابق، وذلك في ضوء تساؤلات الدراسة والتحقق من صحتها، حيث يقوم بعرض نتائج الدراسة عبر عدة جداول، ومن ثم يعتمد الى تفسير قيمها الإحصائية وصفيًا وإستدلاليًا، وأخيراً القيام بتحليلها ومناقشتها وفق ما يراه من جهة ، مقدماً توصيات ومقترحات مستندا على النتائج التالية.

أولاً: الإجابة على السؤال الرئيسي ومناقشته

وينص السؤال الرئيسي على:

ما مستوى دافعية المشاركة لدى طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي في الأنشطة الرياضية المدرسية؟
 بهدف الإجابة على السؤال الرئيسي تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات التساؤل الأول من
 الأداة عن كل إجابة، وقد قام الباحث بالتأكد من صحة هذا السؤال، حيث عمد الى إعطاء قيمة لدرجة الموافقة من جهة،
 ومن ثم قامت بترتيب هذه الدرجات تنازلياً لتسهيل عملية تحليل النتائج فيما بعد، وفيما يلي جدولاً يظهر ذلك:

الجدول (2)

القيم الوصفية لفقرات السؤال الرئيسي وترتيبها

ت	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الفقرة
1	تُعد المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية محفزاً شخصياً لأنها تزيد من لياقة الفرد وصحته العامة.	3.59	1.194	5	مرتفعة
2	يشجعني المعلمون بانتظام على المشاركة في الأنشطة الرياضية، مما يحفزني على المشاركة بشكل أكبر.	3.61	1.130	4	مرتفعة
3	تساعد الأنشطة الرياضية على تكوين صداقات جديدة وتحسين العلاقات الاجتماعية.	3.63	1.066	3	مرتفعة
4	يتم تحفيز المدارس على المشاركة لأنها توفر المرافق والمعدات الرياضية المناسبة.	3.65	1.002	2	مرتفعة
5	أرى أن المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية فرصة لتحقيق التميز الشخصي والمهني في المستقبل.	3.67	0.938	1	مرتفعة
6	المشاركة في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة السلة أمر ممتع.	3.51	0.874	9	مرتفعة
7	أشعر بالحماس والتحفيز عندما أكون جزءاً من فريق يسعى لتحقيق الهدف المشترك	3.53	0.810	8	مرتفعة
8	ساعدت الأنشطة الجماعية على تحسين المهارات الاجتماعية ومهارات التواصل.	3.55	0.746	7	مرتفعة
9	أستمتع بالتحدي والتطوير الذاتي الذي توفره الأنشطة الرياضية الفردية مثل الركض والسباحة.	3.57	0.738	6	مرتفعة
10	يلعب التشجيع من المعلمين والمدرسين دوراً مهماً في تعزيز دافعتي للمشاركة في الأنشطة الرياضية	3.41	0.774	14	مرتفعة
11	يساعد التوازن بين الدراسة والرياضة في تحسين فعاليتي الأكاديمية	3.43	0.810	13	مرتفعة
12	تركز الأنشطة الفردية على تحسين ذاتي وتحقيق أهداف شخصية دون التأثير بالآخرين.	3.45	0.846	12	مرتفعة
13	سيساعدك الدعم المستمر على تحقيق أعلى أداء في المنافسة وزيادة استمراريته في المنافسة.	3.47	0.882	11	مرتفعة
14	تساهم الأنشطة الرياضية الجماعية في تعزيز شعوري بالانتماء للفريق	3.49	0.918	10	مرتفعة
	المحور ككل	3.54	0.909		مرتفعة

يتبين من الجدول أعلاه ما يلي:

بالنسبة للجدول ككل، جاءت امتلاك الطلبة لدافعية المشاركة بالنشاطات الرياضية بوسط حسابي بلغ (3.54) أي بدرجة مرتفعة، وعليه يمكن القول ان هناك مستوى مرتفع من دافعية المشاركة لدى طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي في الأنشطة الرياضية المدرسية.

ويعزو الباحث سبب ذلك الى أنه في هذه المرحلة العمرية، يشهد الطلاب تطوراً ملحوظاً في قدراتهم الجسدية والنفسية، فهم يشعرون بشعور متزايد من القوة والثقة بالنفس، مما يجعلهم أكثر ميلاً للمشاركة في الأنشطة الرياضية كوسيلة لإثبات أنفسهم وتحقيق إنجازات جديدة، ومما يزيد من حماسهم أكثر الأنشطة الرياضية تمنح الطلاب فرصة للتواصل مع أقرانهم وبناء علاقات اجتماعية قوية.

ومن ناحية أخرى يلاحظ بشكل كبير أنه في بيئات مدرسية تتبنى الثقافة الرياضية كجزء أساسي من أنشطتها التعليمية، يشعر الطلاب بأهمية الرياضة وينظرون إليها كجزء لا يتجزأ من تجربتهم الدراسية، مما يزيد من دافعيتهم للمشاركة، وهذه الأنشطة الرياضية توفر للطلاب متنفساً من ضغوط الدراسة، مما يشعر المتعلمون بأنهم يحققون توازناً بين العمل والراحة، مما يساهم في رفع روحهم المعنوية ويزيد من رغبتهم في المشاركة.

- جاءت الفقرة (5) " أرى أن المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية فرصة لتحقيق التميز الشخصي والمهني في المستقبل " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.67) وانحراف معياري (0.938)، وهذا يشير الى أنه من خلال الانخراط في الأنشطة الرياضية، يتمكن الطلاب من تطوير مجموعة من المهارات الحياتية كالتعاون، والتنظيم، والقيادة، وهذه المهارات تعد ضرورية في جميع مجالات الحياة، منها الحياة المهنية، فالنشاط البدني المنتظم يساعد في تحسين الصحة الجسدية والنفسية، الصحة الجيدة تمنح الفرد طاقة أكبر وقدرة على التركيز، مما يعزز أداءه الأكاديمي والمهني في المستقبل(Kamal, 2012)

- جاءت الفقرة (4) " يتم تحفيز المدارس على المشاركة لأنها توفر المرافق والمعدات الرياضية المناسبة " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.65) وانحراف معياري (1.002)، ولهذا يرى الباحث بأن الأنشطة الرياضية تعزز روح الفريق والاندماج للمدرسة، مما يمكن أن يؤدي إلى تحسين المناخ المدرسي بشكل عام، بحيث توفر المرافق والمعدات الرياضية المناسبة قد تساعد في اكتشاف وتجهيز المواهب الرياضية المميزة بين الطلاب، بحيث يلاحظ إلى أن النشاط البدني يمكن أن يؤثر إيجابياً على الأداء الأكاديمي، حيث يحسن التركيز والانتباه أثناء الأداء الدراسي وغيره.

- جاءت الفقرة (3) " تساعد الأنشطة الرياضية على تكوين صداقات جديدة وتحسين العلاقات الاجتماعية " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.63) وانحراف معياري (1.066) ويرى الباحث بأن الرياضة تجمع بين أشخاص من مختلف الجوانب مما يقلل من الحواجز الاجتماعية ويعزز الروح الجماعية، وغالباً ما تُمارس الأنشطة الرياضية في الهواء الطلق أو في بيئات اجتماعية، مما يوفر فرصاً للتفاعل مع الآخرين في سياقات غير رسمية ومريحة.

- جاءت الفقرة (2) "يشجعني المعلمون بانتظام على المشاركة في الأنشطة الرياضية، مما يحفزني على المشاركة بشكل أكبر " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.61) وانحراف معياري (1.130)، وهذا يشير الى أن الانخراط في الأنشطة الرياضية يتطلب الالتزام والانضباط، وهما صفتان مهمتان في جميع مجالات الحياة، فالمهارات الأساسية التي يتلقوها خلال الأنشطة الرياضية وفي المنافسة بروح رياضية تعزز من قيم مثل الاحترام والتواضع، سواء في الفوز أو الخسارة.

- جاءت الفقرة (1) " تُعد المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية محفزاً شخصياً لأنها تزيد من لياقة الفرد وصحته العامة " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.59) وانحراف معياري (1.194)، وهذا يشير الى المشاركة في الأنشطة الرياضية تُعطي الفرصة للطلاب لتطوير مهارات القيادة وتعزيز الانضباط الذاتي من خلال الالتزام بالتدريب والمنافسات، وبالتالي إن الانخراط في الرياضة، قد يتغير سلوك الأطفال تجاه التغذية والنشاط البدني، مما يحفزهم على تبني عادات صحية في المستقبل، كما أن الطلاب الذين يشاركون في الأنشطة الرياضية يميلون إلى تحقيق أداء أكاديمي أفضل، بسبب تحسين تركيزهم وطاقاتهم(Amira & Al-Barout, 2024)

- جاءت الفقرة (9) " أستمع بالتحدي والتطوير الذاتي الذي توفره الأنشطة الرياضية الفردية مثل الركض والسباحة " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.57) وإنحراف معياري (0.738)، وهذا يشير الى أن الأنشطة الرياضية تعتبر وسيلة فعالة لتخفيف التوتر والقلق، حيث تساعد في تحرير الإندورفين والإحساس بالسعادة، فهي تمنح أنشطة الركض والسباحة فرصة للتركيز على نفسك وعلى أفكارك، مما يساعد في تحسين الصحة النفسية والعقلية، فالتحدي الذي تقدمه هذه الأنشطة يتطلب الالتزام والانضباط، وهو ما يمكن أن يُترجم إلى جوانب أخرى من حياتك، وبذلك ممارسة الرياضة الفردية تمنح شعوراً بالحرية، حيث يمكن للفرد اختيار المكان، الوقت، والوتيرة التي تناسبه. (Faraj, 2018)
- جاءت الفقرة (8) " ساعدت الأنشطة الجماعية على تحسين المهارات الاجتماعية ومهارات التواصل " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.55) وإنحراف معياري (0.746)، وهذا يشير الى أن الرياضة بشكل عام تجعل الفرد جزءاً من فريق يلبي حاجة الإنسان الطبيعية للشعور بالانتماء، فالعمل مع الآخرين يمكن أن يعزز من شعورك بالارتباط والثقة، فعندما يكون لديك هدف مشترك مع الآخرين، يشعر بأن الفرد يعمل على شيء أكبر منك، وهذا يمكن أن يزيد من الشعور بالمعنى والهدف في العمل، بحيث فرق العمل توفر الدعم المتبادل، ما يمنح شعوراً بالأمان والراحة، وبالتالي عندما يواجه الفرد تحديات، يمكنه الاعتماد على زملائهم نوعاً ما (Al-Zayoud & Bani Melhem, 2017)
- جاءت الفقرة (7) " أشعر بالحماس والتحفيز عندما أكون جزءاً من فريق يسعى لتحقيق الهدف المشترك " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.53) وإنحراف معياري (0.810)، وهذا يشير الى أن الانتماء إلى فريق يخلق شعوراً بالارتباط والألفة مع الزملاء، مما يعزز من شعورك بأهمية ومكانتك في المجموعة، فالعمل مع الآخرين نحو هدف مشترك يعزز الشعور بالتعاون والتضامن، مما يزيد من روح الفريق ويحفز الأفراد على تقديم أفضل ما لديهم، فالفرق يوفر الدعم العاطفي والمادي، مما يعزز من الإيجابية وبالتالي يزيد من الحماس والرغبة في الإنجاز، فالشعور بالنقد والإنجاز عندما تحققون أهدافكم سوياً يزيد من الدافع للعمل ويعطي شعوراً بالنجاح.
- جاءت الفقرة (6) " المشاركة في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة السلة أمر ممتع " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.51) وإنحراف معياري (0.874)، وهذا يشير الى أن الرياضات الجماعية تتيح الفرصة للعمل مع الآخرين، وهذا يعزز روح الفريق والشعور بالانتماء، بحيث توفر المنافسة فرصة للناس لاختبار مهاراتهم وتحقيق الإنجازات، مما يزيد من الحماس والإثارة، فممارسة الرياضة تساعد في تحسين اللياقة البدنية والصحة العامة، مما يجعلها تجربة مريحة وممتعة، بالإضافة الى أنها تتيح الرياضات الجماعية فرصة لتكوين صداقات جديدة وبناء علاقات اجتماعية قوية مع الزملاء والخصوم. (Hammad, 2022)
- جاءت الفقرة (14) " تساهم الأنشطة الرياضية الجماعية في تعزيز شعوري بالانتماء للفريق " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.49) وإنحراف معياري (0.918)، وذلك لأنها تتيح للفرد اكتساب الخبرات الاجتماعية التي تساعد كثيراً في تكوين الشخصية .
- جاءت الفقرة (13) " سيساعدك الدعم المستمر على تحقيق أعلى أداء في المنافسة وزيادة استمراريته في المنافسة " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.47) وإنحراف معياري (0.882)، وهذا يشير الى أن الدعم المستمر يضمن توفر الموارد المالية، البشرية، والتكنولوجية الضرورية لتحقيق الأهداف وتحسين الأداء، فمن خلال توفير بيئة محفزة وداعمة، يمكن للفريق العمل على تطوير أفكار جديدة وطول مبتكرة تميزهم عن المنافسين، فالدعم يشمل التدريب والتطوير المستمر، مما يساعد الأفراد على تحسين مهاراتهم وكفاءاتهم، وبالتالي تحسين أداء الفريق ككل، مما يعني أيضاً وجود

آليات لرصد الأداء وتقييم النتائج، مما يمكن الأفراد والفرق من التعلم من الأخطاء وإجراء التحسينات اللازمة بشكل دوري.

- جاءت الفقرة (12) " تركز الأنشطة الفردية على تحسين ذاتي وتحقيق أهداف شخصية دون التأثير بالآخرين " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.45) وإنحراف معياري (0.846)، وهذا يشير الى أن النشاط الفردي يوفر فرصة للتأمل والنمو الشخصي، يساعد ذلك الأفراد على فهم أنفسهم بشكل أفضل وتحديد أهدافهم ورغباتهم الحقيقية، وبالتالي إن الأنشطة الفردية تتيح للأفراد فرصة لتطوير مهارات جديدة، سواء كانت مهارات فنية، رياضية، أو معرفية، دون ضغط خارجي، بحيث تحمل الأنشطة الفردية شعورًا بالاستقلالية، يمكن للفرد اتخاذ القرارات الخاصة به وتنظيم وقته بطريقة تناسبه، فيساعد القيام بنشاط فردي على التخلص من الضغوط الاجتماعية والمنافسة، مما يخلق بيئة مريحة تساعد في التركيز على الأهداف الشخصية (Alwan, 2008)
 - جاءت الفقرة (11) " يساعد التوازن بين الدراسة والرياضة في تحسين فعاليتي الأكاديمية " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.43) وإنحراف معياري (0.810)، وهذا يشير الى أن ممارسة الرياضة تعزز الصحة البدنية والعقلية، مما يساعد على تحسين التركيز والانتباه أثناء الدراسة، فالنشاط البدني يساعد في تقليل مستويات التوتر والقلق، مما يسمح للطلاب بالتعامل مع متطلبات الدراسة بفاعلية أكبر، وبالتالي تحسين اللياقة البدنية يمكن أن يزيد من مستوى الطاقة، مما يساعد الطلاب على الاستمرار في الدراسة لفترات أطول دون الشعور بالإرهاق.
 - جاءت الفقرة (10) " يلعب التشجيع من المعلمين والمدرسين دورًا مهمًا في تعزيز دافعتي للمشاركة في الأنشطة الرياضية " ، بدرجة مرتفعة ووسط حسابي (3.41) وإنحراف معياري (0.774)، وهذا يشير الى أنه عندما يتلقى الطلاب دعمًا وتشجيعًا من معلمهم ومدرّبهم، يشعرون بأنهم قادرين على تحقيق النجاحات، مما يعزز ثقتهم بأنفسهم وقدراتهم، بحيث يوفر التشجيع بيئة إيجابية تجعل المتعلمين يشعرون بأنهم جزء من فريق أو مجتمع، مما يزيد من رغبتهم في المشاركة وتحقيق الأهداف المشتركة، بحيث يمكن أن يؤدي التشجيع إلى تحفيز الطلاب على تحسين أدائهم، فعندما يشعرون بأن جهودهم ملحوظة ومقدرة، يكون لديهم حافز أكبر للعمل بجدية، وبذلك يساهم التشجيع في تكوين علاقات إيجابية بين المتعلمين والمدرّبين، مما يعزز من تطوير مهارات التواصل والتعاون.
- بناءً على ما سبق، يتضح بشكل عام أن الشعور بالانتماء إلى فريق أو مجموعة يمكن أن يزيد من دافعتهم، حيث يسعى المتعلمون لتكوين صداقات وتعزيز الروابط الاجتماعية، وفي كثير من الأحيان، يتم تقديم تحفيزات مثل الجوائز والشهادات، مما يشجع المتعلمين على المشاركة بفاعلية في الأنشطة، هذه المكافآت تعزز من الرغبة في المشاركة وتزيد من احتمالية الاستمرار في الممارسة الرياضية، وبالتالي يقتصر هنا دور المعلمين في تشجيع الطلاب وتحفيزهم على المشاركة لا يمكن تجاهله، فاستعمال أساليب تحفيزية وإيجابية من قبل المعلمين يساعد في تعزيز دافعية الطلاب ويزيد من إحساسهم بالمسؤولية تجاه الأنشطة الرياضية.

ثانياً : الإجابة على السؤال الفرعي الثاني ومناقشته

وينص السؤال الفرعي الثاني على: هل توجد فروق إحصائية بين إجابات متعلمي الصف الرابع إعدادي في مدينة

الرمادي حول دافعية المشاركة لديهم في الأنشطة الرياضية المدرسية تعزى لمتغير الجنس (ذكور-إناث)؟

وللإجابة على هذا السؤال استعمل اختبار التائي لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج كالآتي:

الجنول (3)

قياس الفروق بين إجابات الطلاب حول دافعية المشاركة لديهم تعزى لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	الوسط الحسابي	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	الدلالة
دافعية المشاركة	ذكر	3.59	1.094	0.02	دالة
	أنثى	3.51			

يتبين من الجدول أعلاه، أن مستوى الدلالة أدنى من (0.05) وعليه هناك فروق واضحة بين إجابات الطلاب الذكور والإناث، وعليه يمكن القول أنه توجد فروق إحصائية بين إجابات طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي حول دافعية المشاركة لديهم في الأنشطة الرياضية المدرسية تعزى لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور.

ويعزو الباحث سبب ذلك الى أن الأنشطة الرياضية المدرسية تُعتبر جزءاً أساسياً من العملية التعليمية، حيث تساهم في تعزيز اللياقة البدنية وتطوير المهارات الاجتماعية، ومع ذلك، تبرز ملاحظة مثيرة للجدل في بعض البيئات التعليمية، وهي أن المتعلمين الذكور يظهرون دافعية أكبر للمشاركة في الأنشطة الرياضية مقارنة بالمتعلمات، ويمكن تفسير هذا التباين في الدافعية من خلال مجموعة متنوعة من العوامل الاجتماعية والثقافية والنفسية.

فمن ناحية المعايير الاجتماعية الثقافية تلعب دوراً كبيراً في تشكيل الدافعية للمشاركة في الأنشطة الرياضية، ففي العديد من المجتمعات، يُنظر إلى الرياضة على أنها مجال ذكوري، مما يجعل الذكور يشعرون بأن المشاركة في الرياضات تعكس قوتهم ومهاراتهم، بينما قد تشعر المتعلمات بالضغط الاجتماعي للابتعاد عن الرياضة بسبب التوقعات الثقافية التي قد تعتبرها غير مناسبة للفتيات، وبالتالي هذه المعايير يمكن أن تؤثر سلباً على ثقة الفتيات بأنفسهن ودافعهن للمشاركة في الأنشطة الرياضية.

أما من ناحية العوامل النفسية تأتي لتسهم في هذا التباين، فقد يواجه الفتيان والفتيات تجارب مختلفة في مراحل نموهم، على سبيل المثال، قد يكون لدى الفتيان فرص أكبر للمشاركة في الألعاب الرياضية منذ الصغر، مما يعزز مهاراتهم وثقتهم بأنفسهم، وبالمقابل قد تعاني الفتيات من نقص في الدعم والتشجيع للمشاركة في الأنشطة الرياضية، مما يؤدي إلى تراجع دافعتهن للمشاركة. (Sayed et al., 2019)

ومن جهة أخرى تساهم الهيكلة التنظيمية للأنشطة الرياضية في المدارس أيضاً في هذا التباين، فغالباً ما تكون الأنشطة الرياضية مصممة بطريقة تستقطب الذكور بشكل أكبر، مثل تنظيم مسابقات رياضية تنافسية أو ألعاب جماعية، وفي المقابل قد تكون هناك قلة من الأنشطة التي تستقطب الفتيات أو تركز على اهتماماتهن الخاصة، مما يؤدي إلى قلة دافعتهن للمشاركة، كما أن توفر المدربات والمرافق المناسبة للفتيات يمكن أن يؤثر أيضاً على مدى اهتمامهن بالمشاركة.

بالإضافة الى أنه يمكن تلعب الانطباعات والاحتياجات الفردية دوراً في تشكيل الدوافع الشخصية، فبعض الفتيات قد يفضلن أنشطة أخرى مثل الفنون أو الأنشطة الاجتماعية، مما قد يؤدي إلى انخفاض في مشاركتهن في الرياضة، وعلى الرغم من ذلك، يجب أن نشير إلى أن هناك العديد من الفتيات اللواتي لديهن شغف بالرياضة، مما يدل على أهمية تعزيز ثقافة الرياضة بين الإناث.

. ثالثاً: الإجابة على السؤال الفرعي الثاني ومناقشته

وينص السؤال الفرعي الثاني على: هل توجد فروق إحصائية بين إجابات طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي حول دافعية المشاركة لديهم في الأنشطة الرياضية المدرسية تعزى لنوع النشاط الرياضي (جماعي - فردي)؟

الجدول (4)

قياس الفروق بين إجابات الطلبة حول دافعية المشاركة لديهم تعزى لنوع النشاط الرياضي (جماعي-فردى)

المتغير	نوع النشاط	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	الدلالة
دافعية المشاركة	فردى	3.46	0.908	1.009	0.005	دالة
	جماعي	3,61	0.805			

يتبين من الجدول أعلاه، أن مستوى الدلالة أدنى من (0.05) وعليه هناك فروق واضحة بين إجابات الطلبة حول متغير الدراسة، وعليه يمكن القول أنه توجد فروق إحصائية بين إجابات طلبة الصف الرابع إعدادي في مدينة الرمادي حول دافعية المشاركة لديهم في الأنشطة الرياضية المدرسية تعزى لنوع النشاط الرياضي، وهي لصالح النشاط الجماعي. ويعزو الباحث سبب ذلك إلى أن الأنشطة الرياضية المدرسية تعتبر من العوامل الأساسية التي تساهم في التنمية البدنية والنفسية والاجتماعية للطلبة، وبالتالي إن دافعية المشاركة في هذه الأنشطة تختلف تبعاً لجوانب عدة، منها طبيعة النشاط الرياضي نفسه، وبذلك فإن الأنشطة الجماعية غالباً ما تجذب الطلبة أكثر من الأنشطة الفردية، وتعزى هذه الظاهرة إلى عدة عوامل. حيث توفر الأنشطة الجماعية فرصاً للتفاعل الاجتماعي والتعاون بين الأفراد، مما يعزز من روح الفريق، وهذا يجذب العديد من الطلبة، سواء كانوا ذكوراً أو إناثاً، حيث يشعر الأفراد بالانتماء إلى جماعة، مما يزيد من دافعهم للمشاركة. (mashkwr & Muhammad, 2017)

وعليه فقد تظل دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية متأثرة بعوامل متنوعة تشمل العوامل الثقافية والنفسية والاجتماعية، بينما تُعتبر الأنشطة الجماعية أكثر جذباً للمتعلمين، فإن تعزيز هذه الأنشطة للجميع بغض النظر عن الجنس يعد فضلاً لتعزيز المشاركة والتفاعل بين المتعلمين، إن خلق بيئة شاملة تشجع الجميع على المشاركة في الأنشطة الرياضية سيكون له تأثير إيجابي دائم على تطورهم الشخصي والاجتماعي. (Al-Mawla, 2019)

علاوة على ذلك، فإن الأنشطة الجماعية تتطوّر بجدية أكبر بسبب طبيعة المنافسة والمرح المرتبط بها، التواصل والتفاعل مع الآخرين في إطار مجموعة يُحفز المشاركين على تقديم أفضل ما لديهم، وهو ما يبيّن شعوراً بالإنجاز الشخصي والجماعي على حد سواء.

4- التوصيات والمقترحات

1-4 الاستنتاجات

- 1- ان التشجيع من المعلمين والمدرّبين له دوراً مهماً في تعزيز دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية.
- 2- الأنشطة الرياضية المدرسية تعتبر من العوامل الأساسية التي تساهم في التنمية البدنية والنفسية والاجتماعية للطلبة.
- 3- المعايير الاجتماعية الثقافية تلعب دوراً كبيراً في تشكيل الدافعية للمشاركة في الأنشطة الرياضية.

1-4 التوصيات

- 1- العمل على دمج النشاطات التعليمية بالحركات البدنية والرياضية لما لها من أثر إيجابي على التركيز وتحسين الأداء.
- 2- تخصيص وقت مضاعف لممارسة الرياضة والأنشطة البدنية أثناء الدوام التعليمي الأسبوعي.
- 3- الإهتمام بتطوير الأداء الرياضي وتجهيز الأماكن المخصصة للأنشطة الرياضية والبدنية بالمعدات والألات الرياضية التي تعمل على تسجيع المتعلمين لممارسة هذه الأنشطة.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة الصف الرابع الاعدادي في مدارس الرمادي المركز

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

لؤي علي عطاالله <https://orcid.org/0009-0005-0467-6707>

References

- Afifa, J. (2014). Motivation, its types and its importance in the educational process. *Scientific Horizons, Algeria*, 235.
- Al-Mawla, M. H. N. (2019). The role of school principals in supervising some school sports activities from the point of view of physical education teachers in the city of Mosul. *Al-Rafidain Journal For Sport Sciences*, 22(70).
- Al-Mutairi, B. (2007). *Factors for Developing Sports Activities Programs in Saudi Universities*. King Saud University.
- Alwan, I. Y. (2008). A study of some personal characteristics of football players aged (10–12) years. *Journal of Physical Education Sciences*, 1(9), 88.
- Al-Zayoud, K., & Bani Melhem, M. (2017). The importance of sports activities in improving social relations among students of the faculty of physical education at Yarmouk University. *Journal of Educational and Psychological Sciences: University of Bahrain*, 18(4), 327.
- Amira, M. S., & Al-Barout, S. M. (2024). The effect of home sports on health-related physical fitness and quality of life for female students of the College of Education at King Faisal University. *Journal of Theories and Applications of Physical Education and Sports Sciences*, 42(3), 89–107. <https://doi.org/10.21608/mnase.2024.258733.1496>
- Faraj, S. H. (2018). Integrated exercises and their effect on the hormone beta-andruff, stress level, and skill performance in rhythmic exercises among struggling female students. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences. Helwan University*, 83192–175, (مايو جزء 1).
- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- Hammad, S. H. (2022). The effect of cognitive exercises with educational technology in developing the ability to shift attention and performing counterattack skills in fencing. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 5(25).
- Hammadi, W. M. A. (2024). The Effect of an Educational Program Using the Circular Method to Improve the Skills High Plump and Chest Handling in Basketball for Second Intermediate Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.782>

- Ihab, M. (2013). Participation in decision-making and its relationship to job performance. *Sohag University, Algeria*, 148.
- Kamal, D. (2012). *The impact of management and organization in leading physical education lessons for secondary school students* [PhD thesis]. Helwan University.
- Lund, J., & Tannehill, D. (2010). *Standards-Based Curriculum Physical Education Development*. Sudbury, MA: Jones & Bartlett Publishers. Jones & Bartlett Publishers.
- 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.
- mashkwr, N. H., & Muhammad, L. H. (2017). Studying the level of social interaction and its relationship to aggressive behavior on the field for some youth teams. *Scientific Journal of Sports Sciences and Arts*, 16(16), 59–67. <https://doi.org/10.21608/ijssaa.2017.69736>
- Naima, R. (2018). Intrinsic motivation for learning, its concept, types, and the most important theories explaining it. *Journal of Community Education and Work*, 3(2), 27–41.
- Samia, A., & Wahba, Q. (2022). The importance of sports activity in developing the moral values of school sports practitioners from the point of view of physical education and sports teachers. *Albaydha University Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.56807/buj.v4i2.249>
- Sayed, M. A. N., Al-Momen, H. A. S., & Ibrahim, R. A. (2019). Psychological and social variables and their relationship to youth sports practice. A field study on a sample of youth in different environments. *Journal of Environmental Sciences*, 47(3), 211–235. <https://doi.org/10.21608/jes.2019.158129>

ملحق (1) الاستبانة بصيغتها الاولى

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تحتاج الى تعديل
1	تُعد المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية محفزًا شخصيًا لأنها تزيد من لياقة الفرد وصحته العامة.			
2	يشجعني المعلمون بانتظام على المشاركة في الأنشطة الرياضية، مما يحفزني على المشاركة بشكل أكبر.			
3	ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية تأخذ مني وقت كبير في متابعة دروسي			
4	تساعد الأنشطة الرياضية على تكوين صداقات جديدة وتحسين العلاقات الاجتماعية.			
5	يتم تحفيز المدارس على المشاركة لأنها توفر المرافق والمعدات الرياضية المناسبة.			
6	أرى أن المشاركة في الأنشطة الرياضية المدرسية فرصة لتحقيق التميز الشخصي والمهني في المستقبل.			
7	المشاركة في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة السلة أمر ممتع.			
8	أشعر بالحماس والتحفيز عندما أكون جزءًا من فريق يسعى لتحقيق الهدف المشترك			
9	ساعدت الأنشطة الجماعية على تحسين المهارات الاجتماعية ومهارات التواصل.			
10	أستمتع بالتحدي والتطوير الذاتي الذي توفره الأنشطة الرياضية الفردية مثل الركض والسباحة.			
11	يلعب التشجيع من المعلمين والمدربين دورًا مهمًا في تعزيز دافعي للمشاركة في الأنشطة الرياضية			
12	يساعد التوازن بين الدراسة والرياضة في تحسين فعاليتي الأكاديمية			
13	تركز الأنشطة الفردية على تحسين ذاتي وتحقيق أهداف شخصية دون التأثير بالآخرين.			
14	المشاركة في الأنشطة الرياضية تجعل بعض المدرسين ينظر إليّ بشكل سلبي			
15	سيساعدك الدعم المستمر على تحقيق أعلى أداء في المنافسة وزيادة استمراريتك في المنافسة.			
16	تساهم الأنشطة الرياضية الجماعية في تعزيز شعوري بالانتماء للفريق			



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of a manufactured nutritional drink on some physical abilities of youth soccer players

Mazin Ali Lazim¹ Sabah Mahdi Kreem² Haider Ibrahim Ali³

University of Basra / College of Education and Sports Sciences ^{1,2},

University of Basra/College of Agriculture³

Article information

Article history:

Received 3/7/2024

Accepted 3/8/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Football, Nutrition, Physical Abilities,

Food Manufacturing, Nutritional Drink

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of the manufactured nutritional drink on some physical abilities of youth football players through tests between the control and experimental groups. The experimental method was used to address the research problem and achieve its goals, because it is the most appropriate method to address the research problem and achieve its goals. The research sample included the youth players of Al-Minaa Sports Club for football in Basra Governorate for the 2023-2024 season. The conclusions were that there is a clear effect on explosive ability. The reason for this is the manufactured nutritional drink that contained ingredients that contributed effectively to building strength in the research sample and the standardized manufactured nutritional drink that maintained the body's positive nitrogen balance continuously throughout the training unit through doses that contain important and necessary nutritional components such as proteins, carbohydrates, minerals, vitamins and other nutrients. The researchers recommend following organized nutritional programs while adhering to a healthy balanced pattern that includes a sufficient amount of carbohydrates, proteins and healthy minerals.











مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير مشروب غذائي مُصنع على بعض القدرات البدنية للاعبين كرة القدم للشباب

مازن علي لازم¹   صباح مهدي كريم²   حيدر إبراهيم علي³  
جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{2,1} جامعة البصرة / كلية الزراعة³

المخلص

هدف البحث الى التعرف على تأثير المشروب الغذائي المصنع على بعض القدرات البدنية للاعبين كرة القدم للشباب من خلال الاختبارات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، تم الاستعانة بالمنهج التجريبي لمعالجة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه، لأنه انسب المناهج لمعالجة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه اما عينة البحث شملت لاعبي شباب نادي الميناء الرياضي لكرة القدم في محافظة البصرة للموسم 2023-2024 , أما الاستنتاجات فكانت ان هنالك تأثير واضح على القدرة الانفجارية والسبب في ذلك هو المشروب الغذائي المصنع الذي احتوى على مكونات ساهمت مساهمة فعالة في بناء القوة لدى عينة البحث و المشروب الغذائي المصنع المقنن الذي حافظ على التوازن النيتروجيني الايجابي للجسم وبشكل مستمر على مدى الوحدة التدريبية من خلال الجرعات التي تحتوي على المكونات الغذائية الهامة والضرورية كالبروتينات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والفيتامينات والعناصر الغذائية الأخرى، ويوصي الباحثون يجب اتباع برامج غذائية منظمة مع الالتزام بنمط صحي متوازن يتضمن كمية كافية من الكربوهيدرات والبروتينات والاملاح المعدنية الصحية .

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/7/3

القبول : 2024/8/3

التوفر على الانترنت: 15 يناير, 2025

الكلمات المفتاحية :

كرة القدم ، التغذية ، القدرات البدنية ، التصنيع الغذائي ، مشروب غذائي

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تسعى دول العالم الاجمع المتقدم منها والنامي الى تطوير بلدانها في شتى المجالات والاختصاصات فأنها في صراع مستمر مع الزمن للبحث عن حلول سليمة و سريعة ذات النتائج الكفوة وواحد من هذه المجالات هو المجال الرياضي اذ يسعى المختصون في هذا المجال جاهدين الى تحسين القدرات البدنية والوظيفية والأداء الحركي وتصحيح الخلل وإصلاح العيوب للوصول الى ارقى المستويات وتحقيق اعلى الإنجازات الرياضية والصحية، وهنا يأتي الدور المهم لعلم التغذية الذي اصبح من العلوم الصحية الهامة وهو يبحث في مكونات الأغذية المختلفة وطرق تعامل الجسم معها. وان عملية تطوير المؤشرات الفسيولوجية والقدرات البدنية والمهارية الخاصة بلاعبي كرة القدم (Alsaeed et al., 2023) من اهم الواجبات التدريبية لمواجهة هذه المتطلبات ، ويترافق مع العملية التدريبية وضع إلية علمية وصحية للحصول على الطاقة اللازمة لتحقيق أفضل مستوى ويتطلب ذلك تنوع مصادر الطاقة وتعزيزها بالمكملات الغذائية الطبيعية لاحتوائها على المواد الكيميائية الحيوية اللازمة لسير العمليات الوظيفية والبدنية وبما ان التدريب الرياضي يعتبر حجر الأساس بعملية التطوير الرياضي والتي تظلها برامج التدريب وفيها الأحمال التدريبية التي تؤثر على مستويات الطاقة بجسم اللاعب مما يجعله اكثر حاجة الى تعويض النقص الحاصل في الطاقة الموجودة في العضلات العاملة لذا يفضل تناول المكملات الغذائية ومنها تأثير المشروب الغذائي المصنع من الشرش المدعم بالمعززات الحيوية والعصائر الطبيعية والذي يعتبر غذاءً وظيفياً والذي يمتاز بكونه مشروب غذائي صناعي طبيعي والذي سيكون بديل صحي عن المشروبات المصنعة التجارية .اذ تعد مشروبات الفاكهة التي تحتوي على مشروب الشرش اكثر ملائمة للصحة بالمقارنة مع المشروبات الاخرى بحيث اثبتت الدراسات بان مشروب الشرش وما يحتويه من مركبات ذات تأثير على أمراض القلب والأوعية الدموية فهو غني بالكثير من المغذيات وبالتالي يمكن استعماله في صناعة المشروبات والأغذية الرياضية (Kedaree et al., 2021) حيث تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي لها مبادئها الأساسية والتي يعتمد إتقانها على إتباع التخطيط العلمي السليم واستخدام الأساليب الحديثة في التدريب المبني على الأسس العلمية وهو الوسيلة المثلى التي يستخدمها المدرب لامتلاك لاعبيه القابلية لمواجهة الحالات المحتملة في المباراة ، ونظرا لما تتمتع به هذه اللعبة لدى العديد من شرائح المجتمع ومحبيها من عناصر المتعة والإثارة والتشويق، لذلك دعت العالم اجمع إلى الاهتمام والعناية بها لتطويرها والارتقاء بمستواها البدني والمهاري والتكتيكي والخططي والنفسي والتغذوية ولأجل أداء المباراة بالشكل المميز في الإتيقان والدقة في الأداء البدني والمهاري (Mahmoud et al., 2015)

ونظراً للدور الذي تلعبه المكملات الغذائية لذا لابد من الاهتمام الواسع بها في البحوث والدراسات حسب حاجة جسم الرياضي وطبيعة الفعالية والذي يعطينا صورة أكثر دقة وموضوعية في سير العمليات الفسيولوجية والكيميائية الحاصلة في أجهزة جسم الرياضي أنيا وتراكيمياً وبذلك تزداد الرؤية وضوحاً للأجهزة الوظيفية والتي تعمل كمنظومة عمل متكاملة لإتمام متطلبات العمل الوظيفي وتحرير الطاقة اللازمة للعمل العضلي (Caraballo et al., 2020) ومن هنا تكمن أهمية البحث في دراسة تأثير المشروب الغذائي المصنع وتأثيره على بعض القدرات البدنية والمهارية والبايوكيميائية على لاعبي كرة القدم للشباب ودوره في زيادة التوافق العضلي العصبي.(Mazurek et al., 2024) والتعرف على نسب مستوى الفيتامينات والمعادن داخل جسم اللاعب ومدى تأثيرهما على المتغيرات المبحوثة واعطاء التشخيص المناسب لها وايجاد معالجات ناجحة لتطوير الاداء ، وأيضاً أهمية البحث في معرفة المشروب الغذائي المصنع والذي سيكون بديل صحي عن المشروبات الطاقة المصنعة التجارية.

1-2 مشكلة البحث:

لا يتوقف التفوق في كل الألعاب وخاصة في لعبة كرة القدم على أساليب التدريب أو التطور السريع بها خططيا وفنيا وما تحتويه من اداءات بدنية ومهارية وعليه نرى ان التدريب وحده غير كافي من خلال متابعتنا وملاحظاتنا كوننا من اللاعبين لكرة القدم وأيضا من خلال اطلاعنا على البحوث والدراسات وجدنا بان التغذية الرياضية لها دور مهم وفعال برفد العضلات العاملة بالجسم وتعويضها بما يفقدها اثناء الجهد البدني وقد حرص الباحثون على ان يتناول جانبا مهما من جوانب لعبة كرة القدم العلمية والذي يكاد لا يقل اهمية عن باقي الجوانب الاخرى الا وهو الجانب الغذائي لذلك ارتأى الباحثون وضع برنامج غذائي من خلال المشروبات المصنوع والذي سيكون مقنن وفق المعايير والمقاييس العالمية لغرض المحافظة على الوزن بالإضافة الى التوازن في تبادل مصادر الطاقة بل رفعها الى الأفضل لإكمال الواجبات البدنية المخطط لها وان تناول التغذية الصحية والمتوازنة تؤدي إلى الحفاظ على صحة الرياضي والاستمرار في الأداء والمنافسة بكفاية عالية مما يتطلب رفع مستوى الكفاية الوظيفية للرياضي وكون نقص التغذية من العوامل الرئيسة المؤثرة في انخفاض أداء الرياضيين بصورة عامة ولأعبي كرة القدم بصورة خاصة نتيجة لانخفاض مخازن إمداد الطاقة في الجسم إثناء التدريب والمنافسة، وإن غالبية المدربين يؤكدون بالتركيز على الجانب البدني والمهاري مع عدم التركيز على الجوانب الغذائية.

1-3 اهداف البحث :

1- التعرف على تأثير المشروبات الغذائي المصنوع على بعض القدرات البدنية للاعبي كرة القدم للشباب من خلال الاختبارات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.

1-4 فرضيات البحث :

- 1- وجود تأثير إيجابي للمشروبات الغذائي المصنوع على تحسين مستوى بعض القدرات البدنية للاعبي عينة البحث
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تحسين مستوى بعض القدرات البدنية للاعبي عينة البحث.
- 3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية لبعديتين للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في تحسين مستوى بعض القدرات البدنية للاعبي عينة البحث.

1-5 مجالات البحث

- 1- المجال البشري: شملت لاعبي شباب نادي الميناء الرياضي لكرة القدم في محافظة البصرة للموسم 2023-2024
- 2- المجال المكاني: ملعب جذع النخلة الدولي / ملعب نادي الميناء الرياضي وقاعة (Golds Gym for fitness body building and

3- المجال الزمني: 2023/ 12/11 - 2024 / 3 / 11

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث:

تم الاستعانة بالمنهج التجريبي لمعالجة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه، لأنه انسب المناهج لمعالجة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه.

2-2 مجتمع البحث وعينته : تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم من لاعبي كرة القدم لفئة الشباب لنادي الميناء الرياضي والبالغ عددهم (32) لاعبا للموسم الرياضي (2023-2024)، اذ تم استبعاد لاعبين اثنين كونهم حراس مرمى ، حيث تمثلت عينة البحث من (30) لاعبا.

• 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 ، الوزن ، العمر التدريبي) وبعد ذلك تم اجراء 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 (1) يبين ذلك

جدول (1)

تجانس افراد عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	173.900	174.000	6.790	-0.044
الكتلة	كغم	66.000	68.000	7.481	-0.802
العمر الزمني	سنة	17.100	17.000	0.316	0.949
العمر التدريبي	سنة	1.200	1.000	0.772	0.777

جدول (2)

يبين نتائج الاختبارات القبلية (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث

المعاملات الاحصائية اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	التكرار	10.333	1.543	10.067	1.668	0.455	0.653	غير دالاً
القوة الانفجارية للرجلين	سم	2.135	0.316	2.215	0.316	0.693	0.494	غير دالاً

درجة الحرية (ن-2) (28=30-2) ومستوى الدلالة (0.05)

3-2 وسائل جمع المعلومات :

المراجع والمصادر العلمية وشبكة الانترنت، الاختبارات والقياسات، استمارة استبانة للقدرات البدنية واختباراتها ، ساعة توقيت الإلكترونية نوع (Casio) يابانية الصنع عدد2 ، ميزان نوع (omron) ، صافرة عدد 2 ، بورك ، ملعب كرة القدم، شريط قياس ، حاسبة نوع DELL (لابتوب) ، كامرة فيديو نوع (Nikon d 70) ، جهاز سميث ماشين (Smith Machine) ، جهاز (AU480 Chemistry Analyzer) ، جهاز (Auto Hematology Analyzer BC-700) ، جهاز الطرد المركزي (centrifuge).

تحديد متغيرات القدرات البدنية واختباراتها:-

عمد الباحثون الى إعداد استبانة لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين في هذا المجال حول تحديد اهم القدرات البدنية واختباراتها والتي تتسجم مع طبيعة لعبة كرة القدم و المشكلة البحثية اذ تم عرض هذه الاستمارة على (15) من الخبراء والمختصين لتحديد القدرات البدنية واختباراتها التي حصلت على نسبة اتفاق اكثر من (75%) وهذا ما يؤكد محمد حسن ومحمد نصر الدين رضوان (يمكن تحديد نسبة معينة اكبر من (25%) يختارها الباحثون طبق لوجهة نظر معينة) حيث تم استبعاد بعض المتغيرات البدنية التي حصلت على نسبة اقل من (65) كما مبين بالجدول رقم (2).

جدول رقم (2)

يبين القدرات البدنية المختارة وتكرارها ونسبها المئوية

ت	القدرات البدنية	التكرار	النسبة المئوية
1	القوة الانفجارية	15	100%
2	القوة المميزة بالسرعة	15	100%

4-2 تحديد اختبارات القدرات البدنية:-

في ضوء النتائج التي تم استخراجها من استمارة الاستبيان الخاصة بتحديد أهم المتغيرات البدنية اذ عمد الباحثون لاستطلاع آراء الخبراء المتخصصين لغرض تحديد وترشيح أهم الاختبارات البدنية التي تقيس هذه المتغيرات والتي حصلت على نسبة اتفاق اكثر من (75%) كما في جدول (3)

جدول رقم (3)

يبين الاختبارات المرشحة والمختارة وتكرارها ونسبتها المئوية

ت	القدرات المختارة	الاختبارات المرشحة	التكرار	النسبة المئوية
1	القوة الانفجارية	الوثب الطويل من الثبات	15	100 %
2	القوة المميزة بالسرعة	من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين كاملا وحساب العدد لمدة (15) ثانية (نصف بدني)	15	100%

5-2 تصنيع المنتج الوظيفي :

بعد ان تم جمع وإنتاج الشرش المتحصل عليه في ورق يتم اضافة بكتريا المعزز الحيوي بتركيز 109, وحدة تكوين مستعمرة/مل. وبعدها يتم اضافة عصائر طبيعية لأنواع مختلفة من الفواكه مثل (البرتقال , الليمون, الرمان) التي تم الحصول عليها من الاسواق المحلية من محافظة البصرة وبواقع 150مل\ لتر, حيث تم الحصول على العصائر الطبيعية بواسطة جهاز (CROUN) وبعدها يتم اضافة بعض الفيتامينات مثل مجموعة فيتامين B وفيتامين C وفيتامين D3 وفيتامين A 1غم/100 مل. اضافة العناصر المعدنية (البوتاسيوم, الكالسيوم, الصوديوم, المغنسيوم) ويتم تعريض المنتج الى 80 م ولمدة 3 دقائق وذلك لغرض القضاء على الاحياء المجهرية ويتم بعدها تعبئة المنتج في قناني محكمة الغلق وتحفظ في التبريد لحين الاستعمال.

2-6 الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث: (الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية)

اسم الاختبار : القفز من الثبات (Hassanein, 2001)

الغرض من الاختبار : قياس القوة الانفجارية للرجلين من الوثب الى الامام

الادوات اللازمة : مكان مناسب للوثب بعرض وبطول ويراعى ان يكون المكان مستوي وخالي من العوائق وغير

املس ، شريط قياس قطع ملونة من الطباشير .

طريقة الاداء :

- يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلاً ومتوازيتان بحيث يلامس مشطا القدمين خط البداية من الخارج

- يبدأ المختبر بمرجة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين والميل للأمام قليلاً ثم مرجة الذراعين اماماً مع مد الرجلين ودفع الارض بالقدمين لأبعد مسافة ممكنة.

الشروط :

- تقاس مسافة الطفر من خط البداية (الحافة الداخلية حتى آخر اثر يتركه اللاعب قريب من خط البداية وعليه يجب تجنب السقوط للخلف قدر الامكان .

- يجب ان تكون القدمان ملامستين للأرض حتى لحظة الارتقاء .

- للمختبر محاولتان متتاليتان وتحسب له افضل محاولة.

2-2 اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين (نصف دبني) (من وضع الوقوف) (15) ثانية (Arak, 2007)

الغرض من الاختبار : يهدف هذا الاختبار إلى قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين .

الادوات المستخدمة : جهاز سميث الرياضي ، ساعة توقيت الكترونية ، بساط أرضي.

طريقة الأداء : من وضع الوقوف ثني ومد الرجلين (نصف دبني) مع استخدام ثقل وحساب العدد في (15) ثانية

التسجيل : تحسب عدد مرات ثني ومد الرجلين (نصف دبني) خلال (15) ثانية

2-7 التجربة الاستطلاعية :-

التجربة الاستطلاعية هي احدى المقومات الاساسية في البحث العلمي، حيث تعد "دراسة تجريبية أولية يقوم بها

الباحثون على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث" (Farhat, 2001). وايضاً تعتبر الدراسات

الاستطلاعية " تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله أثناء إجراء الاختبار لتفاديها"

(Qasim, 1993) ولكي يتعرف الباحثون على الاحتياجات والمعوقات التي يمكن أن يمر بها الباحثون من مستلزمات

البحث واختيار الكادر المساعد له ووقت وطريقة أداء التجربة والمعوقات التي يمكن ان يمر بها الباحثون اثناء البحث.

حيث قام الباحثون بأجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2023/12 /8 على مجموعة من اللاعبين

واستمرت التجربة ليومين والذين هم من خارج عينة البحث من نفس العمر، اذ تم باليوم الاول سحب عينة من

الدم قدرة (5سم3) من (5) لاعبين الغاية منها لمعايرة أجهزة القياس الطبية والمختبرية المستخدمة في البحث

والتعرف على الية سحب الدم ، والتأكد من المستويات الطبيعية للعينة ومقارنتها بالمستويات العالمية

(stander) للمتغيرات البيوكيميائية المحددة ، وفي اليوم الثاني أذ تم إجراء اختبار القدرات البدنية والمهارية

على(12) لاعبا من خارج عينة البحث لغرض التعرف على الوقت المستغرق لتنفيذ كل اختبار وعلى الاجهزة

والادوات المستخدمة والمعوقات التي يمكن ان تصادف الباحثون في اثناء التنفيذ لغرض ايجاد الحلول لها

وتلافيها اثناء اداء الاختبارات الرئيسة (القبلية والبعدية).

2-8 إجراءات التجربة الرئيسية :

عمد الباحثون وبتاريخ 11 / 12 / 2023 بأجراء التجربة الرئيسية للاختبارات البدنية على ملعب جذع النخلة الدولي وكذلك قاعة (Golds Gym for fitness and body building) في محافظة البصرة على النحو التالي وحسب تسلسل رأي الخبراء والمختصين.

أجراء الاختبارات القبلية للقدرات البدنية على النحو التالي :-

في اليوم الثلاثاء : المصادف 12 / 12 / 2023 _ الساعة 10 صباحاً ، أجريت الاختبارات التالية :

1- اختبار القوة الانفجارية للرجلين من الوثب إلى الأمام

2- اختبار القوة المميزة للسرعة لعضلات الرجلين .

9-2 المشروب الغذائي (المصنع) :

عمد الباحثون بوضع برنامج غذائي لمدة 12 اسبوع من خلال التزويد بالمكمل الغذائي (المشروب الغذائي المصنع) لتنمية القدرات البدنية والمهارية والبايوكيميائية المختارة من قبل الخبراء والمختصين للاعبين كرة القدم (الشباب) وكما يلي:-

إعطاء المجموعة التجريبية قبل التمرين بنصف ساعة ما مقدار (ملي لتر) من المشروب الغذائي المصنع وبعد الانتهاء من التمرين مباشرة تعطى العينة التجريبية (ملي لتر) مرة ثانية من حيث اعتماد الباحثون في تقنين البرنامج الغذائي (المشروب الغذائي) على الاطلاع على مجاميع كثيرة من المناهج الغذائية فضلاً عن اللقاء بعدد من خبراء التغذية والمختصين وكذلك الاعتماد على احد المصادر (Anita, 2004) بحسب السرعات الحرارية الداخلة والخارجة بالجسم بالخطوات التالية:-

1- حساب معدل الأيض الأساسي .

2- حساب الفاقد من الطاقة في اليوم .

3- تقدير عدد السرعات الحرارية التي يفقدها الجسم اثناء التدريب

4- جمع ناتج الخطوة الثانية والثالثة

- اما العينة الضابطة فتستمر على البرنامج التدريبي المتبع دون إعطاء المشروب الغذائي .
- ويؤكد الباحثون بأن المنهج التدريبي موحد للمجموعتين الضابطة والتجريبية المتبع من قبل المدرب.
- استمرار التغذية لعينة البحث التجريبية لمدة 12 اسبوعاً وتحت اشراف الباحثون والكادر المساعد.
- المشروب يقدم بارداً وبدرجة حرارة 10 - 15م⁰ تقريباً وبطعم البرتغال حسب اختيار اللاعبين وحسب الاحصائية النهائية للاختبار

10-2 الاختبارات البعدية

تم إجراء الاختبارات البعدية لمدة ثلاث أيام ابتداءً من يوم (السبت) المصادف 9/3/2024 ولغاية 11/3/2024 من يوم (الاثنين) حيث كان الباحثون ملتزماً بالإجراءات والظروف التي اتبعت في الاختبارات القبلية من حيث التوقيت والمكان والأجهزة والأدوات وطريقة التنفيذ حفاظاً على دقة النتائج .

2-11 المعالجات الاحصائية :

قام الباحثون بمعالجة البيانات احصائياً عبر برنامج spss

3- عرض ومناقشة النتائج :

- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث البدنية :-

الجدول (5)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث البدنية

المعاملات الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	التكرار	10.333	1.543	13.133	1.060	11.523	*0.000	دال
القوة الانفجارية للرجلين	سم	2.135	0.316	2.378	0.294	6.340	*0.000	دال

* دال إذا كانت درجة (Sig) > (0.05) عند درجة حرية 1-15 = 14.

3-1-2 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث البدنية :

الجدول (6)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث البدنية

المعاملات الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	التكرار	10.067	1.668	10.400	1.298	0.717	0.485	غير دال
القوة الانفجارية للرجلين	سم	2.215	0.316	2.163	0.183	0.622	0.544	غير دال

* دال إذا كانت درجة (Sig) > (0.05) عند درجة حرية 1-15 = 14

الجدول (7)

يبين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث البدنية

المعاملات الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
القوة المميزة بالسرعة للرجلين	التكرار	13.133	1.060	10.400	1.298	6.316	*0.000	دالاً
القوة الانفجارية للرجلين	سم	2.378	0.294	2.163	0.183	2.405	*0.023	دالاً

* دالاً إذا كانت درجة (Sig) > (0.05) عند درجة حرية 28 =

3-1-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث البدنية:

من خلال عرض المعالجات والنتائج الاحصائية في الجدولين (4) و (5) الخاصة بالاختبارات البدنية

(القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين، تحمل القوة، القوة الانفجارية) في الاختبارين القبلي والبعدي

للمجموعتين التجريبية والضابطة, اذ اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية في المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي ولصالح الاختبار البعدي في المتغيرات البدنية قيد الدراسة, بينما اظهرت النتائج الخاصة بالمجموعة الضابطة عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية المبجوة.

ويعزو الباحثون النتائج المعنوية في المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي إلى التأثير الايجابي للبرنامج الغذائي (المشروب المصنع) الذي تم تصنيعه وفق اسس ومعايير علمية ودقيقة والذي تم تناوله من قبل افراد المجموعة التجريبية اذ وفر لهم الطاقة الكافية للقدرة على الاداء البدني من خلال ما يحتويه المشروب الغذائي المصنع من مواد غذائية غنية بالبروتينات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والفيتامينات التي اعطت المعنوية في القدرات البدنية (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين, تحمل القوة, القوة الانفجارية).

فضلاً عن ذلك يرى الباحثون ان تناول المشروب الغذائي المصنع الذي يحتوي على العناصر الغذائية الرئيسية كالبروتينات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والفيتامينات يساعد على زيادة بروتين العضلات وبالتالي رفع مستوى الاداء البدني وكذلك فان الاملاح المعدنية والعناصر الغذائية الاخرى من خلال زيادة الطاقة وثلاثي فوسفات الادنوسين لها الدور الفعال في نقل السوائل العصبية وسرعتها وبالتالي زيادة الترددات العصبية التي بدورها تنعكس على زيادة السرعة وهذا ما يتفق مع دراسة (Al-Shamaa, 2017) اذ يذكر في تفسير نتائج بحثه " الى انه يمكن القول وبشكل جازم ان تناول البرنامج الغذائي على شكل وجبات في أوقاته وإعداده سوف يؤثر وبشكل لا يقبل الشك في تطور الاداء البدني البدنية " اما فيما يخص النتائج التي تبينت في الجدول (5) اظهرت ان النتائج الخاصة بالمجموعة الضابطة عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين, تحمل القوة, القوة الانفجارية) ويعزو الباحثون ظهور تلك الفروق المعنوية الى عدم استخدام افراد المجموعة الضابطة الى برامج غذائية مقننه واستخدامهم الى اساليب غير مدروسة في تناول الغذاء مثل التقليل من تناول الغذاء والانتقطاع عن شرب السوائل ونسنتج من ذلك ان فقدان السوائل والاملاح وعناصر الغذاء المختلفة يؤدي الى اضعاف كفاءة الجسم البدنية والوظيفية للجهازين العضلي والعصبي من خلال فقدان الطاقة والسرعات الحرارية وعدم تعويضها بالغذاء الضروري لذلك وبالتالي يؤدي الى نقص الاملاح الغذائية الذي بدوره يؤدي الى تقليل النفاذية بين اغشية الخلايا وعبور المواد الاخرى مثل الكلوكوز الذي يساعد في تحرير الطاقة وهذه ما يؤكد (Hamed, 1993) ان عدم تناول الغذاء الضروري وتقليل السوائل يؤدي الى ضعف الكفاءة للجهازين العضلي والعصبي وهذا يؤدي بالنتيجة الى ضعف انتاج القدرات البدنية".

3-1-4 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث البدنية:

يتبين من الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات البدنية (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين, القوة الانفجارية للرجلين, تحمل القوة) ولصالح المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحثون هذه النتائج إلى فاعلية البرنامج الغذائي من خلال المشروب المصنع المقنن والخاضع الى معايير علمية دقيقة والذي تم إعطائه لإفراد المجموعة التجريبية اذ وفر لهم الطاقة الكافية لأداء القدرات البدنية والفترة زمنية اطول من خلال ما يحتويه المشروب الغذائي المصنع من مواد غذائية غنية بالبروتينات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والفيتامينات التي بدورها ادت الى ظهور تلك الفروق المعنوية في القدرات البدنية المبجوة.

❖ القوة المميزة بالسرعة:

ويرى الباحثون ان التطور الحاصل في متغير القوة المميزة بالسرعة لدى افراد المجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج الغذائي من خلال المشروب الغذائي المصنع يدل على ان الالتزام بتطبيق البرنامج الغذائي المقترح كان له الدور الفعال والمثمر في حدوث التطور الملحوظ مما ادى الى ظهور الفروق المعنوية بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية, ويعزو الباحثون ذلك التطور الملحوظ في متغير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين الى تطبيق البرنامج الغذائي وفق المشروب الغذائي المصنع المقنن الذي حافظ على التوازن النيتروجيني الايجابي للجسم وبشكل مستمر على مدى الوحدة التدريبية من خلال الجرعات التي تحتوي على المكونات الغذائية الهامة والضرورية كالبروتينات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والفيتامينات والعناصر الغذائية الاخرى , اذ احتوى البرنامج الغذائي (المشروب الغذائي المصنع) على جرعتين الاولى قبل الاداء بـ (45) دقيقة والجرعة الثانية بعد التدريب مباشرة وجاءه هذه التوزيع للجرعات حسب حاجة الجسم للسرعات الحرارية ولغرض الحفاظ على التوازن النيتروجيني لان المشروب الغذائي المقترح يحتوي على كمية السرعات الحرارية التي يحتاجها جسم اللاعب ويتفق هذا مع ما ذكره (Venuto, 2013) " انه في حال ما اذا كان الهدف الرئيسي من البرنامج الغذائي هو زيادة قوة وكتلة العضلات فإنه يجب تقسيم السرعات الحرارية المقدمة على عدة وجبات تحتوي كل وجبة على بروتين وقيمة بيولوجية عالية بالإضافة الى العناصر الغذائية الاخرى ويفضل ان يكون الفاصل بين وجبة واخرى من (1-2) ساعة".

كما يتفق مع ما اشار اليه رأي (González & Sánchez, 2019) " تلعب البرامج الغذائية دوراً أساسياً في زيادة الكتلة العضلية فضلاً عن قوة وسرعة الجسم كونها ذات مساهمة عالية لحدوث هذا التطور "

فضلاً عن ذلك يرى الباحثون ان تناول العناصر الغذائية الرئيسية كالبروتينات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والفيتامينات يساعد على زيادة بروتين العضلات وبالتالي زيادة القوة العضلية للجسم وكذلك فان الاملاح المعدنية والعناصر الغذائية الاخرى من خلال زيادة الطاقة وثلاثي فوسفات الادنوسين لها الدور الفعال في نقل السيلالات العصبية وسرعتها وبالتالي زيادة الترددات العصبية التي بدورها تنعكس على زيادة السرعة من خلال زيادة الترددات العصبية اذ يذكر (Shams El-Din, 2022) ان القوة العضلية وبمختلف انواعها تتأثر وتزداد فسيولوجياً من خلال تناول المكونات الاساسية للغذاء "

❖ القوة الانفجارية:

من خلال المعالجات الاحصائية التي ظهرت في الجدول السابق تبين وجود فروق معنوية في متغير (القوة الانفجارية) لدى افراد المجموعة التجريبية, ويرى الباحثون ان ظهور تلك الفروق المعنوية يرجع الى توازن الوجبات الغذائية (المشروب الغذائي المصنع) المقدمة الى افراد المجموعة التجريبية والتي احتوت على العديد من العناصر الغذائية الرئيسية والتي هي البروتينات الكربوهيدرات الفيتامينات الاملاح المعدنية مع عدم اهمال العناصر بصورتها الطبيعية والتركيز على الطعم المرغوب لدى افراد عينة البحث اذ احتوى المشروب الغذائي على نسبة (35-40) بروتين و(20-30) كربوهيدرات وكذلك نسب متقاربة من الفيتامينات والاملاح المعدنية والماء .

وهذا ما اكده (Need, n.d) ان اكتساب القوة لعضلات الجسم ولمرة واحدة يتطلب مجهود وطاقة مخزونه في العضلات لذا يجب اتباع برامج غذائية منظمة مع الالتزام بنمط صحي متوازن يتضمن كمية كافية من الكربوهيدرات والبروتينات والاملاح المعدنية الصحية"

4-الاستنتاجات و التوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- 1- اثبتت التجربة ان هنالك تأثير واضح على القدرة الانفجارية والسبب في ذلك هو المشروب الغذائي المصنع الذي احتوى على مكونات ساهمت مساهمة فعالة في بناء القوة لدى عينة البحث
- 2- المشروب الغذائي المصنع المقنن الذي حافظ على التوازن النيتروجيني الايجابي للجسم وبشكل مستمر على مدى الوحدة التدريبية من خلال الجرعات التي تحتوي على المكونات الغذائية الهامة والضرورية كالبروتينات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والفيتامينات والعناصر الغذائية الأخرى.

4-2 التوصيات

- 1- يجب اتباع برامج غذائية منظمة مع الالتزام بنمط صحي متوازن يتضمن كمية كافية من الكربوهيدرات والبروتينات والاملاح المعدنية الصحية .
- 2- تجربة البحث وتفاصيله على عينة مختلفة بفعاليات اخرى ومعرفة مدى تأثيره عليها وعلى مستوياتها البدنية والوظيفية.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في شملت لاعبي شباب نادي الميناء الرياضي لكرة القدم في محافظة البصرة للموسم

2024-2023

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

مازن علي لازم <https://orcid.org/0009-0003-2416-6371>

References

- 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-Shamaa, H. F. U. of B. (2017). The effect of a nutritional program on developing the specific speed and achievement of the 400m event for advanced athletes. *Journal of Sports Sciences*, 11.
- Anita, B. (2004). *Training Guide: A Complete Nutritional Program for Athletes* (p. 197). Dar Al-Farouk for Translation.
- Arak, M. M. (2007). *Evaluation of some physical abilities, skill and physiological capabilities according to different physical classifications of football players* [PhD thesis]. University of Babylon.
- Caraballo, I., Domínguez, R., Guerra-Hernandez, E. J., & Sánchez-Oliver, A. J. (2020). Analysis of Sports Supplements Consumption in Young Spanish Elite Dinghy Sailors. *Nutrients*, 12(4), 993. <https://doi.org/10.3390/nu12040993>
- Farhat, L. E.–S. (2001). Measurement and testing in physical education. *Cairo: Book Center for Publishing*.
- González, J. R., & Sánchez, M. A. M. (2019). Training methods and nutritional aspects to increase muscle mass: a systematic review. *Archivos de Medicina Del Deporte: Revista de La Federación Española de Medicina Del Deporte y de La Confederación Iberoamericana de Medicina Del Deporte*, 36(194), 376–385.
- Hamed, S. (1993). *Some nutritional media in weight loss and their effect on some physical and functional abilities* [Master's thesis]. University of Baghdad.
- Hassanein, M. S. (2001). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports Sciences* (1st ed, Vol. 1, p. 400). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Kedaree, V. C., Nalkar, S. D., & Gholap, A. S. (2021). Preparation of carbonated lemon whey beverage. *The Pharma Innovation Journal*, 10(3), 293.
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS.

Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34(4).

<https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>

Need, H. M. P. D. I. (n.d.). *How Much Protein Do You Need to Build Muscle*.

Qasim, H. H. (1993). The science of sports training, its principles and applications in the field of training. *Dar Al-Fikr, Baghdad*.

Shams El-Din, A.-R. A.-K. (2022). The effect of a proposed nutritional program on some physical and physiological variables of short-distance swimmers. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 28(6), 50–72.

<https://doi.org/10.21608/sjes.2021.262798>

Venuto, T. (2013). *Burn the Fat, Feed the Muscle: Transform Your Body Forever Using the Secrets of the Leanest People in the World*. Random House Canada.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of psychological arousal exercises in raising the level of offensive skill performance for young football players

Hussein Juma Banu ¹  

University of Basra / Student Activities Department¹

Article information

Article history:

Received 28/10/2024

Accepted 25/12/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Psychological arousal, offensive skill performance, football, performance level

Abstract

The aim of the research was to identify the effect of psychological arousal exercises in raising the level of offensive skill performance of young football players. The researcher adopted the experimental approach by designing (equivalent groups) (control and experimental) to solve the research problem and achieve its objectives. The research sample was the football players of the Basra Oil Club youth football team. The most important conclusions were: Psychological arousal exercises are important and essential in training for the purpose of raising the level of offensive skill performance of young football players. Accordingly, the researcher recommended adopting psychological arousal exercises because they are important and essential in training for the purpose of raising the level of offensive skill performance of young football players





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارينات الاستثارة النفسية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة القدم الشباب

حسين جمعة بنو¹  

جامعة البصرة / قسم النشاطات الطلابية¹

الملخص

هدف البحث الى التعرف على تأثير تمارينات الاستثارة النفسية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة القدم الشباب واعتمد الباحث المنهج التجريبي بتصميم (المجموعات المتكافئة) (الضابطة والتجريبية) لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه وكانت عينة البحث هم لاعبي كرة القدم لفريق نادي نفط البصرة الشباب بكرة القدم وكانت اهم الاستنتاجات : تمارينات الاستثارة النفسية مهمة واساسية في التدريب لغرض رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة القدم الشباب وعليه أوصى الباحث اعتماد تمارينات الاستثارة النفسية لأنها مهمة واساسية في التدريب لغرض رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة القدم الشباب.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/28

القبول : 2024/12/25

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

الاستثارة النفسية ، الاداء المهاري الهجومي ، كرة القدم , مستوى الاداء

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

التقدم التكنولوجي في مختلف المجالات العلمية لم يكن بالصدفة وإنما من خلال التعليم والتدريب الصحيح في كافة العلوم التي يحتاجها الإنسان منها الفنية والتعليمية والصناعية وحتى في المجال الرياضي. ولهذا فإن الانجازات التي تتحقق في المجال الرياضي ليس بصورة عفوية وإنما من خلال العلم وادخال الجانب التكنولوجي في رسم خارطة التحكم بالمستوى البدني والفني للرياضي من خلال التدريب الرياضي. اذ اصبح علم التدريب الرياضي من العلوم المهمة والاساسية التي تعتمد على العلوم الساندة منها علم النفس الرياضي ، اذا يعد علم النفس مهم واساسي في تقدم مستوى اللاعب ومعالج الكثير من المشاكل التي تواجه اللاعب سواء في التعلم او التدريب ، اذ يساعد علم النفس في بناء الجنب العقلي والفكري ويرفع من مستوى الشجاعة ويقلل من الخوف والتردد سواء في التدريب او المنافسة ولهذا يرى (Saleh, 2002) ان علم النفس الرياضي " جزء هاماً في ثقافة اي رياضي ان كان مدرباً أو مدرساً أو لاعباً أو طالباً لذا يجب أن يكون جزء أساسي في التعلم والتدريب وبالأحرى ان يكون الجزء الأساسي في إعداد المدربين واللاعبين

ومن العمليات المهمة في علم النفس الرياضي هي الاستثارة النفسية وقسم يطلق عليها العقلية وبكل الاحول لها دور كبير في تحفيز اللاعب للأداء الصحيح وتحقيق النتائج الجيدة الضرورية في المنافسة بع ان يتم تقيق ردود فعل ايجابي ولهذا يرى كل من (Al-Maqdadi & Al-Amaira, 2002) بان الاستثارة النفسية هي " مجموعه ردود افعال نفسيه وجسميه تجعل الشخص مبتهجا ومتميزا وعلى درجه عاليه من الوعي ".

واكثر الالعاب الرياضية التي تحتاج الى الاستثارة هي لعبة كرة القدم التي تعتبر من الالعاب الرياضية الاولى ولكثرة ممارستها والتقارب بالمستوى، (Masoud & Shabib, 2024) ولهذا تعتبر الاستثارة النفسية ضرورية للحسم في المنافسة وهنا يتطلب التدريب عليها لرفع مستوى الاداء المهاري ولهذا يرى (Fattah, 1990) ان الاستثارة " هي القوة التي تطلقها الطاقة الكامنة المخزونة في أنسجة جسم الكائن الحي التي تبد في صورة النشاط للاستجابة " بينما يرى (Saleh, 2002) ان الاستثارة النفسية : " يتطلب معرفة التحولات الأساسية التي تحدث في الجسم عند استشارة اللاعب ويصف الاستثارة بأنها درجة التنشيط للأعضاء التي تكون تحت سيطرة الجهاز العصبي المستقل " (Mazurek et al., 2024)

ومن هنا جاءت أهمية البحث هو رفع المستوى الاداء المهاري الهجومي بكرة القدم من خلال الاعداد النفسي الضروري وخاصة الاستثارة النفسية التي تفجر ما في داخل اللاعب من رغبات وميول لتحقيقها وهو الاداء الجيد والفوز

1-2 مشكلة البحث :

لعبة كرة القدم من الالعاب الرياضية التي اصبح التقارب بالمستوى والتنافس كبير والفريق لا يقاس فقط بالجانب البدني والمهاري وإنما ايضا في الجانب النفسي الذي يلعب دور كبيرة في حسم المباراة والفوز ، ولهذا فان عملية الاستثارة ورفع الدوافع الذاتية ضرورية في اداء لاعبي كرة القدم.

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة بعلم النفس الرياضي ولعبة كرة القدم ومتابعة مستوى الاداء ووفق رأي بعض المختصين لاحظ هناك انخفاض بالمستوى الاداء المهاري الهجومي بكرة القدم والتي يرجع الى قلة الاهتمام بالجانب النفسي الذي يعزز من مستوى اللاعبين وخاصة الاستثارة النفسية الضرورية وتعتبر المحرك الرئيس لنجاح الاداء وهذا ما جعل الباحث يهتم بهذا الامر لغرض وضع تمرينات نفسية ترفع من مستوى الاستثارة النفسية وتعزز مستوى الاداء المهاري الهجومي بكرة القدم.

3-1 أهداف البحث:

- 1- التعرف على تأثير تمارين الاستثارة النفسية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب
- 2- التعرف على نتائج الفروقات بين الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب .
- 3- التعرف على نتائج الفروقات في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب .

4-1 فروض البحث:

- 1- وجود تأثير ايجابي لتمرينات الاستثارة النفسية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب .
- 2- وجود فروقات معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب .
- 3- وجود فروقات معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبين كرة القدم الشباب .

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبي كرة القدم لفريق نادي نفط البصرة الشباب بكرة القدم

2-5-1 المجال المكاني: ملعب كرة القدم في نادي نفط البصرة.

3-5-1 المجال الزمني: المدة 2024/1/14 ولغاية 2024 /3/21

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

أن طبيعة المشكلة هي التي تفرض على الباحث أن يستخدم المنهج المناسب والملائم لحل مشكلة بحثه لذا فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم (المجموعات المتكافئة) (الضابطة والتجريبية) لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبين كرة القدم الشباب لنادي نفط البصرة الرياضي، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (20) لاعب ، ثم تم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) كل مجموعة (10) لاعبين وتم إيجاد التجانس والتكافؤ للمجموعتين حسب الجدول (1).

جدول (1)

يوضح تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

الاختبارات	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيم ت المحتسبة	مستوى الدلالة
	معامل الاختلاف	ع	س	معامل الاختلاف	ع	س		
الوزن /كغم	74.45	0.895	1.202	74.66	0.965	1.292	0.479	غير معنوي
الطول/ سم	174.5 2	1.784	1.022	174.6 2	1.552	0.888	0.126	غير معنوي
العمر التدريبي / سنة	6.124	0.457	7.462	6.342	0.745	11.747	0.749	غير معنوي

غير معنوي	0.161	0.899	0.678	75.34	1.173	0.885	75.4	الاستثارة النفسية /درجة
غير معنوي	0.247	4.21	0.663	15.74 5	3.521	0.552	15.67 4	التهدف / درجة
غير معنوي	0.284	8.833	0.667	7.551	6.248	0.467	7.474	الدرجة / ثانية
غير معنوي	0.386	9.605	0.642	6.684	6.515	0.442	6.784	المناولة/ درجة

قيمت (ت) 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، ساعة توقيت، شريط قياس، ميزان طبي، كرات قدم، ملعب كرة قدم

2-4 إجراءات البحث :

2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

تم تحديد متغيرات البحث وفق رأي الباحث والمصادر والمراجع المعتمدة وحسب أهمية المتغيرات في معالجة مشكلة البحث وكذلك من خلال الدراسات والمراجع بكرة القدم والتي شملت 1-التهدف 2-الدرجة 3-المناولة. كذلك تم قياس الاستثارة النفسية .

2-4-2 القياسات والاختبارات المستخدمة:

2-4-2-1 مقياس الاستثارة النفسية .

استعمل الباحث مقياس الاستثارة الانفعالية الذي يهدف الى التعرف على درجة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث في موقف المنافسة الرياضية والذي اعده (دورثي.ف. هاريسون) وعربه (Rateb, 1997) ويتميز هذا المقياس كونه يصلح لقياس الاستثارة الانفعالية وله درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية ويتكون هذا المقياس من (50) فقره والإجابة على هذه الفقرات تكون على ثلاثة بدائل وتقسم الدرجات كالآتي:-

(3درجة غالبا) (2 درجة أحيانا) (1 درجة نادرا)

2-4-2-2 الدرجة بالكرة في خط متعرج بين القوائم (Mufti, 1994)

- الغرض من الاختبار: قياس مدى مقدرة اللاعب على الدرجة بالكرة أثناء الجري بها بين القوائم.
- الأدوات : ملعب كرة قدم ، كرة قدم ، صافرة ، شريط قياس ، شواخص .
- وصف الاختبار: توضع (10) قوائم في خط مستقيم المسافة بين كل قائم آخر (2) متر والمسافة بين خط البداية وأول قائم (2) متر أيضاً، يقف المختبر مع الكرة على خط البداية وعند إعطاء الإشارة بالبدء، يجري المختبر بين القوائم جرياً متعرجاً حتى يصل إلى آخر قائم يدور حوله ويعود إلى خط البداية بالطريقة نفسها
- القياس: يحتسب للمختبر الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطائه الإشارة بالبدء حتى عودته لخط البداية مرة أخرى، والشكل الآتي يوضح اختبار الدرجة في خط متعرج بين القوائم .

2-4-2-3 اختبار دقة المناولة (Al-Sumaidaie & Al-Shouk, 2010)

- اسم الاختبار: المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (20) متراً.
- الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة.
- الأدوات المستخدمة: كرات قدم عدد (5)، هدف صغير أبعاد (110سم × 63 سم) .

- إجراءات الاختبار: يرسم خط بطول (1م) كخط بداية على مسافة (20) متراً عن الهدف الصغير، وتوضع كرة ثابتة على خط البداية .

- وصف الاختبار: يقف المختبر خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير، ويبدأ عند إعطاء الإشارة بمناولة الكرة نحو هدف لتدخل إليه، وتعطي لكل لاعب (5) خمس محاولات متتالية .

- التسجيل: تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب من مناولة الكرات الخمس وعلى النحو الآتي :
-درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل إلى الهدف الصغير ، - درجة واحدة إذ مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف ، - صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير .

2-4-4 اختبار دقة تهديف (Shamoon & Ismail, 1983)

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف .

- الأدوات المستعملة: سبع كرات قدم، وشاخص، وحبل لتقسيم المرمى، ومرمى مقسم إلى مناطق محددة.
- طريقة الأداء: توزع (7) كرات في منطقة الجزء، ويبدأ بالركض من خلف الشاخص الموجود على قوس الجزء باتجاه الكرة الأولى فيهدف ويعود للدوران حول الشاخص، ثم يتوجه للكرة الثانية، وهكذا مع الكرات كلها، ويكون التهديف أعلى من مستوى سطح الأرض، وللمختبر الحرية باختبار أية قدم ، على أن يتم الأداء من وضع الركض .
- طريقة التسجيل : تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المختبر من تهديف الكرات السبع وعلى النحو الآتي :

- يمنح المختبر (3) درجات إذا دخلت الكرة في المنطقتين المحددتين (1،2) ، - يمنح المختبر درجة واحدة إذا دخلت الكرة في المنطقة المحددة (3) ، -يمنح المختبر صفراً إذا خرجت الكرة من منطقة المرمى .

2-4-3 الاسس العلمية للاختبارات : تم الاعتماد على الاختبارات المقننة والمطبقة في الابحاث السابقة والتي تتمتع بالصدق والثبات والموضوعية .

2-4-4 التجربة الاستطلاعية: أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2024/1/14 على عينة البحث الأصلية وذلك بتطبيق بعض التمرينات لغرض تقنينها ومعرفة مدى ملائمة لعينة البحث وإيجاد ومعرفة الصعوبات التي تواجه البحث في تطبيقها.

2-5 التجربة الميدانية :

2-5-1 الاختبارات القبليّة : أجريت بتاريخ 2024/1/21

2-5-2 تمرينات الاستثارة النفسية المستخدمة :

قام الباحث بأعداد مجموعة من التمارين التي تحفز الجانب النفسي من خلال الاستثارة النفسية وتحفيز اللاعب على الاداء للمهارات في اجواء تنافسية .

وبلغت مدة تطبيق التمرينات (8) أسابيع ، وكانت في القسم الرئيسي من برنامج المدرب الرئيسي للمجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فقد اعتمدت على تمرينات المدرب وخلال نفس الفترة المحددة للمجموعة التجريبية.

وقد بلغ عدد الوحدات التدريبية خلال الأسبوع الواحد (3) وحدات ومجموع الوحدات (24) وحدة تدريبية . تم

تطبيق التمرينات من المدة 2024/ 1/22 ولغاية 2024/2/5.

2-5-3 : الاختبارات البعدية : أجريت بتاريخ 2024/3/21

2-6 الوسائل الإحصائية: تم الاعتماد على نظام SPSS

4-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (2)

يوضح قيم (ت) للفروقات بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	المجموعة الضابطة				الاختبارات المستخدمة
	قيمة ت المحتسبة	الخطاء القياسي	الوسط الحسابي		
			القبلي	البعدي	
معنوي	3.115	0.678	77.512	75.4	الاستشارة النفسية /درجة
معنوي	2.876	0.534	17.21	15.674	التهديف/ درجة
معنوي	3.068	0.467	6.041	7.474	الدرجة / ثانية
معنوي	2.735	0.443	7.996	6.784	المناولة/ درجة

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وتحت مستوى $(0.05) = 1.833$

جدول (3)

يوضح قيم (ت) للفروقات بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة

مستوى الدلالة	المجموعة التجريبية				الاختبارات المستخدمة
	قيمة ت المحتسبة	الخطأ القياسي	الوسط الحسابي		
			القبلي	البعدي	
معنوي	3.457	1.221	79.562	75.34	الاستثارة النفسية /درجة
معنوي	4.267	0.886	19.526	15.745	التهديف/ درجة
معنوي	3.377	0.885	4.562	7.551	الدحرجة / ثانية
معنوي	3.191	0.799	9.234	6.684	المناولة/ درجة

قيمة (ت) 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 ت المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الاختبارات المستخدمة
		ع	س	ع	س	
معنوي	4.158	1.124	79.562	0.965	77.512	الاستثارة النفسية /درجة
معنوي	5.607	0.886	19.526	0.867	17.21	التهديف/ درجة
معنوي	6.458	0.436	4.562	0.534	6.041	الدرجة / ثانية
معنوي	4.239	0.662	9.234	0.574	7.996	المناولة/ درجة

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وتحت مستوى $(0.05) = 1.734$

من خلال ملاحظة الجدولين (2) و (3) تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المستخدمة ولصالح الاختبارات البعدية وهذا يدل على أن المجموعتين قد رفعت لهما مستوى الاستثارة وكذلك الاداء المهاري بكرة القدم وهذا يدل على الاداء الصحيح في البرنامج التدريبي اذ يرى كل من

(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" ومن خلال ملاحظة جدول (4) تبين لنا تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بسبب الاستثارة النفسية التي عززت من مستوى الاداء المهاري الهجومي بكرة القدم وهذا يتفق مع ما ذكره (ROBB. O & Mara grate, 1992) الذي إشارة إلى " إن أسلوب تدريب الاسترخاء احد الأساليب التي تساعد بشكل كبير في تطوير وإتقان المهارات الرياضية وخاصة تلك المهارات التي يتطلب إتقانها الدقة والتركيز وذات التكنيك الخاص " (Al-Diwan et al., 2013

اما (Raad, 2003) اشار الى " أن تمارينات الاسترخاء مع الأداء المهاري قد ساهم في سهولة الأداء وانسيابية وكذلك الانتقال من التفكير المجرد على المعاشية للأداء من خلال حواس ومشاعر مختلفة " وهناك حقيقة تم ذكره ان التدريب يجب ان لا يخلو من الجانب النفسي اذ ان التدريب ليس بدني ومهاري فقط وانما من يرفع المستوى ويحث اللاعب هو الجانب النفسي وخاصة الاستثارة وهذا ما أكدته (Mahmoud et al., 2015) " إن استخدام تدريبات الاسترخاء تؤدي إلى نتائج أكثر فاعلية من استخدام التدريب البدني بمفرده "

5-الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات :

- 1- تمارينات الاستثارة النفسية مهمة واساسية في التدريب لغرض رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة القدم الشباب.
- 2- تعزيز الجانب النفسي ورفع الطاقة الكامنة في داخل اللاعب لغرض اعطاء القوة والسرعة في الاداء من خلال الاستثارة يساعد في رفع مستوى الاداء المهاري بكرة القدم.

5-2 التوصيات :

- 1- اعتماد تمارينات الاستثارة النفسية لأنها مهمة واساسية في التدريب لغرض رفع مستوى الاداء المهاري الهجومي للاعبي كرة القدم الشباب.
- 2- التأكيد على تعزيز الجانب النفسي ورفع الطاقة الكامنة في داخل اللاعب لغرض اعطاء القوة والسرعة في الاداء من خلال الاستثارة يساعد في رفع مستوى الاداء المهاري بكرة القدم.
- 3-اجراء تطبيق هذا البحث على المستويات المختلفة بكرة القدم وعلى العاب رياضية متنوعة.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في لاعبي كرة القدم لفريق نادي نفط البصرة الشباب بكرة القدم

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

حسين جمعة بنو هاشم <https://orcid.org/0009-0006-8353-8552>

References

- 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-Maqdadi, Y. M., & Al-Amaira, A. M. (2002). *Sports Psychology* (p. 90). National Library Press.
- Al-Sumaidaie, L. G., & Al-Shouk, N. I. et al. (2010). *Statistics and Tests in the Sports Field* (1st ed, p. 373).
- Fattah, M. A. (1990). *Psychology of Physical Education and Sports* (1st ed, p. 264). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- 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.
- 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). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Mazurek, B., Ali, Q. M., & Mashkoor, N. H. (2024). THE USE OF ELECTRIC TRANSFER 448 kHz THERAPY IN SPORT AND IMPACT OF HUMAN MESENCHYMAL STEM CELLS. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.589>
- Mufti, I. (1994). *The technical and tactical preparation of the football player* (p. 261). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Raad, H. H. (2003). *The effect of special exercises in developing special endurance and its relationship to skill performance in football* [PhD thesis]. University of Baghdad.
- Rateb, O. K. (1997). *Sports Psychology* (1st ed, p. 305). Dar Al Fikr Al Arabi.
- ROBB, O., & Mara grate. (1992). *The organics of motor skill equation (Robb) prentice hill* (p. 225). Engel wood cliffs New Jersey.
- Saleh, S. S. et al. (2002). Building a psychological scale in frequency. *Journal of Physical Education Research and Studies*, 14, 42.
- Shamoon, M. E. A., & Ismail, M. M. (1983). The effect of a proposed mental training program on the level of performance on the vaulting horse in gymnastics for students of the

Faculty of Physical Education in Cairo. *Journal of Physical Education Studies and Research, Helwan University*, 108.

ملحق (1)

التمرينات الاستثارة النفسية المستخدمة

- 1- تشجيع اللاعبين عن تنفيذ المهارات بشكل صحيح.
- 2- تحفيز اللاعبين على التنافس بين كل زميلين في اداء كل مهارة وتكريم الفائز.
- 3- عمل منافسة بين اللاعبين مع تحفيز للوصول الى الزمن او النقاط المحددة للفوز بالتمرين.
- 4- تحفيز اللاعبين اثناء الاداء وبعد الاداء بالكلمات المحفزة.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Psychological Resilience and Its Relationship with Social Skills Among Some Students of Salahaddin University

Fatima Hussein Owaid ✉

Salahaddin University /College of Education – Shaqlawa

Article information

Article history:

Received 7/11/2024

Accepted 29/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Psychological flexibility, social skills,
students, sports psychology



Abstract

The aim of the research is to identify the level of psychological flexibility and social skills among some students of the Department of Physical Education / College of Education Shaqlawa / University of Salah al-Din. For the academic year 2023-2024, the researcher adopted the descriptive approach using the correlational method to suit the research problem and its goal. The research community consisted of some students of the four stages in the College of Education, Shaqlawa / Department of Physical Education / University of Salah al-Din, numbering (100) male and female students. The researcher chose (10) students from each stage randomly, i.e. (40) male and female students to represent the research sample. The researcher used, in addition to scientific sources and references, the scales (psychological flexibility and social skills) after they had proven their psychometric properties through the exploratory experiment. Then the researcher conducted her main experiment to reach the inspired results and after interpreting them, she concluded that the students of the College of Education, Shaqlawa / Department of Physical Education / University of Salah al-Din enjoy a high level of psychological flexibility and social skills. She recommended the need to pay attention to psychological flexibility and enhance it, as well as social skills for their role in building the personality of students and their interaction in society.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى بعض طلبة جامعة صلاح الدين

فاطمة حسين عويد¹

جامعة صلاح الدين / كلية التربية - شقلاوة

المخلص

هدف البحث التعرف الى مستوى المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى بعض طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين. للعام الدراسي 2023 – 2024 واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته مشكلة البحث وهدفه وتكون مجتمع البحث من بعض طلبة المراحل الاربعة في كلية التربية شقلاوة / قسم التربية البدنية / جامعة صلاح الدين والبالغ عددهم (100) طالب وطالبة وقد اختارت الباحثة (10) من طلبة كل مرحلة بالطريقة العشوائية أي (40) طالب وطالبة تمثل عينة البحث , استعملت الباحثة فضلا عن المصادر والمراجع العلمية مقياسي (المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية) بعد ان اثبتا الخصائص السيكومترية الخاصة بهما من خلال التجربة الاستطلاعية، ثم قامت الباحثة بتجربتها الرئيسية للوصول الى النتائج المستوحاة وبعد تفسيرها واستنتجت يتمتع طلبة كلية التربية شقلاوة / قسم التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين بمستوى عالي من المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية واوصت ضرورة الاهتمام بالمرونة النفسية وتعزيزها، وكذلك المهارات الاجتماعية لما لها من دور في بناء شخصية الطلاب وتفاعله في المجتمع

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/11/7

القبول : 2024/11/29

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

المرونة النفسية، المهارات الاجتماعية، الطلبة ,
علم النفس الرياضي

1.التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد الجامعة مؤسسة اجتماعية تمثل قمة الهرم التعليمي، فهي المساهم الأول في بناء المجتمع من خلال ما تنتجه من كوادر متخصصة والتي تباشر بدورها عملية التنمية في المجتمع. وإن الاهتمام بشريحة الطلبة الجامعيين يعني الاهتمام بالمجتمع، إذ يمثل شباب الجامعة شريحة مهمة من شرائح المجتمع، فهم عصب التنمية في مختلف مجالات الحياة، ولا تنمية من دون قوة فاعلة متوازنة نفسياً وانفعالياً. (Maarbes, 2010)

إن دراسة الجوانب النفسية المختلفة لدى طلبة الجامعة وتعزيز لبناء شخصية قيادية متفهمة وواضحة في التعامل مع الآخرين من خلال ما تمتلكه من مرونة في التفاعل الاجتماعي مع زملاءهم في الجامعة أو بقية أفراد المجتمع. من هنا تعد المرونة النفسية كونها قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة بفاعلية والرد بشكل - عقلاني، وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين، أساسها الود والاحترام المتبادل وتقبل الآخرين". (Shaqoura, 2012)

المرونة النفسية Psychological Resilience هي احد أهم المواضيع النفسية ولها تعريفات عديدة قد تصل الى اكثر من 100 تعريف بل ان ترجمتها بهذا الاسم يدور حوله نقاش واسع ولكن يمكننا تبسيط تعريفها فنقول انها امتلاك القدرة على التعامل مع المشكلات والتحديات والتوتر والضغوط النفسية وكذلك النهوض مجددا بعد التعرض للضغوط والنكسات والمصائب والتعافي بعد الصدمة، هي ان تسبح دون ان تغرق، وتتحدى وتميل دون أن تنكسر أي انها مزيج من التفاؤل والثقة والانجاز والتوازن والتقبل والأمل والتواصل والقدرة على التعلم والتعلم من الفشل والتعاطف الذاتي وحل المشكلات والموقف والتفكير الايجابي والطموح الهدوء والاسترخاء أي هي مهارة يمكن تعلمها واكتسابها ولكونها مهارة فهي تخضع لشروط اتقان اي مهارة اخرى تتحسن حين نهتم بها وتضعف حين نهملها كما انها مجموعة متنوعة من عادات تفكير وعادات سلوكية. (AI- (Jalala, 2020

إذاً المرونة عنصر أساسي في قدرة الأفراد على التواصل مع الحياة ومواجهة الشدائد (Grotberg, 2003) ويمكن القول إن المرونة هي الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة , وتعرف الجمعية الأمريكية للأمراض النفسية المرونة النفسية بأنها "عملية التوافق والمواجهة الإيجابية للشدائد , الصدمات , النكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل المشكلات الأسرية , مشكلات العلاقات مع الآخرين , المشكلات الصحية الخطيرة ضغوط العمل والمشكلات المالية فالمرونة عنصر حاسم في تحديد الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد ويتعاملون مع الضغوط، فهناك مدى واسع من الصفات متصلة مع المرونة هذه الصفات تتصل بالمظاهر والقوى الإيجابية للحالة العقلية للفرد. (Connor, 2006)

وتعد المهارات الاجتماعية من العناصر المهمة التي تحدد طبيعة العلاقات اليومية للفرد مع المحيطين به في ميادين مختلفة، ومنها الجامعة وتتجه الاهتمامات الحديثة بالمهارات الاجتماعية باعتبارها تمثل مع القدرات العقلية جانبي الكفاءة والفعالية في مواقف الحياة والتفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به ويُفسر ذلك الاخفاق الذي يعانيه البعض في تلك المواقف ممن يملكون قدراً منخفضاً منها على الرغم من ارتفاع قدراتهم العقلية حيث يتمثل هذا الإخفاق في عدم استثمار الفرص المتاحة لإقامة علاقات ودية مع المحيطين بهم (Tarif, 2002)

وقد عرف (Riggio, 1987) المهارة الاجتماعية "بأنها قدرة الفرد على التعبير الانفعالي والاجتماعي واستقبال انفعالات الآخرين وتفسيرها ووعيه بالقواعد المستترة وراء أشكال التفاعل الاجتماعي ومهارته في ضبط وتنظيم تعبيراته غير اللفظية وقدرته على لعب الأدوار وتحضير الذات اجتماعياً.

وعرف (Abu Hatab, 2007) المهارات الاجتماعية بأنها السلوكيات الكلية المعرفية التي يستخدمها الفرد في تفاعلاته مع الآخرين، والتي تتراوح بين السلوكيات غير اللفظية، والسلوكيات اللفظية المعقدة. وتكمن أهمية البحث بأن الدراسة الحالية تكتسب أهميتها من خلال دراسة العلاقة التي نحاول اكتشافها بين المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين.

1-2 مشكلة البحث:

أن المتغيرات (المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية) لم يعر لها من الاهتمام في المجتمع الجامعي في إقليم كردستان على علم الباحثة. وتسعى الباحثة من خلال النتائج التي سوف نتوصل لها في هذه الدراسة إلى التوجيه بإعداد برامج لتنمية المرونة النفسية ومهارات التفاعل الاجتماعي والتواصل في المواقف الاجتماعية المتنوعة وخاصة بطلبة. لاحظت الباحثة تعرض طلبة الجامعات في كردستان إلى ضغوط كثيرة في حياتهم التي تنعكس بآثارها السلبية على علاقاتهم الاجتماعية وربما تؤثر على مهاراتهم الاجتماعية كنتيجة للقصور في المرونة النفسية لديهم من هنا لابد من العمل على تعزيزها لدى طلبة الجامعة ومن ثم تقوية وتنمية المهارات الاجتماعية لديهم. تتمحور مشكلة البحث في الإجابة على التساؤل التالي: هل للمرونة النفسية علاقة بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين.

1-3 أهداف البحث :

- التعرف على مستوى المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين للعام الدراسي 2023 - 2024 .
- التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين للعام الدراسي 2023 - 2024.
- التعرف على نسب مساهمة المرونة النفسية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين للعام الدراسي 2023 - 2024.

1-4 فرض البحث:

هناك علاقة ذات احصائية بين متغيري المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى عينة البحث.

1-5 مجالات البحث:

- المجال البشري: طلبة كلية التربية شقلاوة / قسم التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين.
- المجال الزمني: النصف الثاني من الموسم الدراسي 2023 - 2024.
- المجال المكاني: القاعات الدراسية في كلية التربية الرياضية.

2 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

استعملت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته مشكلة البحث وهدفه.

2-2 مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على بعض طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين وبلغ عددهم (100) موزعين بالشكل التالي: المرحلة الأولى (44) طالباً وطالبة، المرحلة الثانية (13) طالباً وطالبة، المرحلة الثالثة (20) طالباً، المرحلة الرابعة (23) طالباً وطالبة. أما عينة البحث فقد بلغت (40) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة

العشوائية وموزعين على المراحل الدراسية الأربعة بمعدل (10) طلاب من كل مرحلة، واختارت الباحثة (20) طالباً وطالبة كعينة استطلاعية لغرض تكيف المقياسيين.

2-3 إجراءات البحث الميدانية

تحديد أدوات البحث: اختارت الباحثة مقياس المرونة النفسية الذي أعدته الباحثة (لمياء قيس الزهيري، 2012) والذي يتكون من (40) فقرة بخمسة بدائل هي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي أبداً). كانت الدرجة الكلية للمقياس (200)، وأقل درجة (40)، والوسط الفرضي للمقياس (120). أما مقياس المهارات الاجتماعية فقد اختارت مقياس (Al-Maamouri, 2012) والذي يتكون من (54) عبارة موزعة على ستة أبعاد هي (التعبير الانفعالي، الحساسية الانفعالية، الضبط الانفعالي، التعبير الاجتماعي، الحساسية الاجتماعية، الضبط الاجتماعي) وبواقع (7 ، 10 ، 12 ، 7 ، 11 ، 7 فقرات). وبخمس بدائل (موافق بشدة، موافق، الى حد ما، غير موافق، غير موافق بشدة) وتم تحديد الوزن المناسب لكل استجابة والذي يتراوح ما بين (5 - 1) درجة مئوية تنازلياً على مقياس ليكرت الخماسي وتبلغ القيمة العليا للاستجابة 270 درجة والقيمة الدنيا 54 درجة ويبلغ المتوسط لفرضي 162 درجة.

2-3-1 التجربة الاستطلاعية

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة تكونت من (20) طالباً وطالبة من طلبة قسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين ، لغرض استخراج الأسس العلمية للمقياسيين وتكيفهما على بيئة أقليم كردستان.

2-3-2 الأسس العلمية

2-3-2-1 الصدق

2-3-2-2 الصدق الظاهري:

قامت الباحثة بعرض المقياسيين على مجموعة من الخبراء والمختصين بمجال علم النفس الرياضي والبالغ عددهم (7) خبراء لبيان مدى ملاءمة العبارات المقياسيين على عينة البحث أو تعديلها أو حذفها، فقد وافق جميع الخبراء على عبارات المقياسيين جميعها وبذلك تحقق صدق محتوَاهما.

2-3-2-3 صدق المحتوى:

استعملت الباحثة معامل الارتباط البسيط بين عبارات مقياس المرونة النفسية والدرجة الكلية للمقياس وانحصرت قيمها (0.564-0.621) مما دل على صدق مقياس المرونة النفسية. أما بالنسبة لمقياس المهارات الاجتماعية فقد كانت معامل الارتباط بين العبارات وكل بعد خاص به وبين العبارات والدرجة الكلية للمقياس والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

يبين معامل الارتباط بين العبارات والبعد التابع لها والدرجة الكلية للمقياس

الابعاد	معامل الارتباط البسيط	القيمة الاحتمالية	القرار الاحصائي
التعبير الانفعالي	0.79	0.033	معنوي
الحساسية الانفعالية	0.82	0.022	معنوي
الضبط الانفعالي	0.72	0.043	معنوي
التعبير الاجتماعي	0.76	0.039	معنوي
الحساسية الاجتماعية	0.81	0.027	معنوي
الضبط الاجتماعي	0.79	0.033	معنوي
الدرجة الكلية	0.86	0.19	معنوي

2-3-4 الثبات:

استخرجت الباحثة ثبات المقياسين بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ ، فقد بلغ معامل الثبات لمقياس المرونة النفسية بطريقة التجزئة النصفية (0.77)، وبطريقة ألفا كرونباخ (0.86). أما بالنسبة لمقياس المهارات الاجتماعية فقد بلغ بطريقة التجزئة النصفية (0.71)، وبطريقة ألفا كرونباخ (0.81) وهي معامل ارتباط عالي. وبذلك تحقق ثبات المقياسين، وأصبحت جاهزين للتطبيق على عينة المجتمع.

2-3-3 التجربة الرئيسية

بعد اكمال الأسس العلمية للمقياسين قامت الباحثة بتوزيع المقياسين على عينة البحث الرئيسة المكونة من (40) طالباً وطالبة جميع مراحل الدراسية لقسم التربية الرياضية / كلية التربية شقلاوة / جامعة صلاح الدين بأشراف الباحثة وبمساعدة فريق العمل المساعد، وتم توضيح طريقة الإجابة، والإجابة على تفسيرات وأسئلة عينة البحث قبل الشروع بتوزيع استمارات المقياسين. وبعد الانتهاء من الإجابة تم استلام استمارات لغرض تفريغ البيانات ومعالجتها احصائياً.

2 - 4 الوسائل الإحصائية

استعملت الباحثة الحقيبة الإحصائية لمعالجة البيانات ومن هذه الوسائل (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط لبيرسون، معامل الفاكرونباخ).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج التوزيع الطبيعي لعينة البحث

الجدول (2)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء والخطأ المعياري لمقياسي المرونة النفسية

والمهارات الاجتماعية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	الخطأ المعياري
المرونة النفسية	150.200	18.561	150.000	0.199	2.935
التعبير الانفعالي	30.775	6.451	31.000	-0.819	1.020
الحساسية الانفعالية	31.750	6.176	31.000	-0.432	0.991
الضبط الانفعالي	30.800	6.268	30.500	-0.363	0.976
التعبير الاجتماعي	29.275	6.672	30.000	-0.562	1.055
الحساسية الاجتماعية	30.100	5.965	30.000	-0.500	0.943
الضبط الاجتماعي	29.250	5.481	29.500	-0.200	0.867
الدرجة الكلية	181.950	33.474	185.500	-0.531	5.293

من نتائج الجدول (2) التي تبين قيم معامل الالتواء المحصورة قيمها بين ($1 \pm$) مما دل على توزيع العينة توزيعاً طبيعياً وفي نفس الوقت تمثل مجتمع البحث خير تمثيل.

الجدول (3)

يبين نتائج قيمة (ت) المحسوبة والقيمة الاحتمالية والقرار الاحصائي بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياسي

المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	القيمة الاحتمالية	القرار الاحصائي
المرونة النفسية	150.200	18.561	51.179	0.000	معنوي
التعبير الانفعالي	30.775	6.451	30.172	0.000	معنوي

الحساسية الانفعالية	31.750	6.176	32.515	0.000	معنوي
الضبط الانفعالي	30.800	6.268	31.076	0.000	معنوي
التعبير الاجتماعي	29.275	6.672	27.752	0.000	معنوي
الحساسية الاجتماعية	30.100	5.965	31.915	0.000	معنوي
الضبط الاجتماعي	29.250	5.481	33.753	0.000	معنوي
الدرجة الكلية	181.950	33.474	34.377	0.000	معنوي

يلاحظ من نتائج الجدول (3) أن قيم (ت) المحسوبة بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي للمرونة النفسية والمهارات الاجتماعية كبيرة جداً أما قيمها الاحتمالية والبالغة (0.000، 0.000، 0.000، 0.000، 0.000، 0.000) على التوالي وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما دل على وجود فروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي ولصالح الوسط الحسابي، ويشير ذلك حسب رأي الباحثة إلى امتلاك عينة البحث المرونة النفسية المطلوبة والتي تتفق مع العديد من الدراسات التي أظهرت إن امتلاك العلاقات المختلفة توفر الرعاية والمساندة وخلق الحب والثقة وتقديم التشجيع هي عوامل أساسية سواء داخل العائلة وخارجها، وهناك العوامل الاضافية المرتبطة أيضاً مع المرونة مثل القدرة على عمل خطط واقعية، الثقة بالنفس، صورة الذات الايجابية، تطوير مهارات التواصل، القدرة على ادارة الاحاسيس والاندفاعات القوية". (Memphis & Tennessee, 2010)

وكذلك المهارات الاجتماعية التي يتعاملون فيها بينهم. وهذا يتفق مع ما أشارت إليه (Masoud & Shabib, 2024) أن المهارات الاجتماعية لها دور هام في مدى نجاح الفرد في إقامة تفاعل اجتماعي كفاء مع الآخرين ومدى قدرته على مواصلة هذا التفاعل وانخفاض هذه المهارات يفسر الاخفاق الذي يعانيه بعض الأفراد في مواقف الحياة العملية على الرغم من ارتفاع ما لديهم من قدرات عقلية. (al-Dewan, 2007)

2-3 عرض نتائج الارتباط البسيط بين مقياس المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (4)

يبين قيمة الارتباط البسيط والقيمة الاحتمالية والقرار الاحصائي بين المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية

المهارات الاجتماعية	قيمة (ر) المحسوبة	القيمة الاحتمالية	القرار الاحصائي
التعبير الانفعالي	0.315 [*]	0.048	معنوي
الحساسية الانفعالية	0.338 [*]	0.033	معنوي
الضبط الانفعالي	0.215	0.182	غير معنوي
التعبير الاجتماعي	0.327 [*]	0.039	معنوي
الحساسية الاجتماعية	0.317 [*]	0.046	معنوي
الضبط الاجتماعي	0.345 [*]	0.029	معنوي
الدرجة الكلية	0.342 [*]	0.031	معنوي

أظهرت نتائج الجدول (4) قيمة الارتباط البسيط بين المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية قيد البحث إذ بلغت هذه قيم (0.315، 0.338، 0.327، 0.317، 0.345، 0.342) والقيم الاحتمالية لها (0.048، 0.033، 0.039، 0.046، 0.029، 0.031) على التوالي وهي أقل من مستوى الدلالة البالغة (0.05) مما دل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين المهارات الاجتماعية والمرونة النفسية، ما عدا مهارة الضبط الانفعالي والتي بلغت (0.215)، وقيمتها الاحتمالية (0.182) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) مما دل على عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بينهما. وترى الباحثة إن المرونة النفسية تعمل على تقليل الضغوط النفسية وتعزيز العلاقات الاجتماعية من خلال تقوية المهارات الاجتماعية لدى الافراد،

وهذا يتفق مع ما ذكره (Al-Shamat, 2013) بأن المرونة النفسية تعمل على مواجهة الضغط النفسي في وقت ما بطريقة تسمح للثقة بالنفس بالتزايد فهي تتضمن مواجهة الضغوط النفسية في وقت ما بطريقة تلي الثقة بمقدرة الشخص على مواجهة التهديدات في المستقبل. أما بالنسبة للمهارات الاجتماعية كما أشار إليها (Al-Haik, 2009) بأنها ترتبط بعدد من أشكال السلوك مثل تقديم المساعدة للآخرين والتعاطف معهم، وحسن التواصل والتعبير عن المشاعر كما تؤثر فيها، لأن فقدان مثل هذه المهارات يرتبط مباشرة بالانحراف الاجتماعي. (mashkwr & Muhammad, 2017)

3-3 عرض نتائج نسبة المساهمة بين مقياسي المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (5)

يبين قيمة الاهمية النسبية بين المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية

المتغير المستقل	المتغير التابع	معامل التحديد	نسبة المساهمة	تقدير الخطأ
المرونة النفسية	المهارات الاجتماعية	0.119	0.096	17.647

يبين الجدول (5) قيمة معامل الارتباط المتعدد والتي بلغت (0.345)، وقيمة معامل التحديد (0.119)، ونسبة المساهمة البالغة (0.096) وتشير هذه القيمة إن نسبة مساهمة المرونة النفسية في المهارات الاجتماعية، وهي نسبة قليلة فيما تعود النسبة المتبقية والبالغة (0.904) إلى عوامل أخرى لها تأثير على المهارات الاجتماعية.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

1. يتمتع طلبة كلية التربية شقلاوة / قسم التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين بمستوى عالي من المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية.

2. وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والعلاقات الاجتماعية.

2-4 التوصيات

1. ضرورة الاهتمام بالمرونة النفسية وتعزيزها، وكذلك المهارات الاجتماعية لما لها من دور في بناء شخصية الطلاب وتفاعله في المجتمع.
2. إعداد برامج لتنمية المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعات في إقليم كردستان.
3. إجراء بحوث ودراسات أخرى تتناول الجوانب النفسية الأخرى والتي لها علاقة بالمهارات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي بين طلبة الجامعات في كردستان

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث طلبة كلية التربية شقلاوة / قسم التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين

تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

فاطمة حسين عويد Fatima.owaid@su.edu.krd

References

- Abu Hatab, G. (2007). *Dynamics of Disseminating and Promoting Social Skills* (p. 104). Wael Printing and Publishing House.
- 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>
- Al-Haik, A. (2009). *Belonging to Others* (first edition). Dar Al-Nahda Al-Arabiya.
- Al-Jalala, B. (2020). *Psychological Resilience, First Edition* (p. 9). Tashkeel Publishing and Distribution House.
- Al-Maamouri, F. (2012). *The Self-Tool and Its Relationship to Personal Intelligence (Individual-Social) and Social Skills According to Some Personal Variables of Physical Education Teachers in Mosul City Center* [PhD Thesis in Sports Psychology]. University of Mosul.
- Al-Shamat, M. F. (2013). *Ego resilience as a protective indicator against the control of depressive tendencies and suicidal thoughts* [Unpublished master's thesis]. Damascus University.
- Connor, K. M. (2006). Assessment of resilience in the aftermath of trauma. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67(2), 46–49.
- Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Bloomsbury Publishing USA.
- Maarbes, L. S. (2010). *Depression among Youth* (1st ed, p. 21). Dar Al Nahda Al Arabiya Publications.
- mashkwr, N. H., & Muhammad, L. H. (2017). Studying the level of social interaction and its relationship to aggressive behavior on the field for some youth teams. *Scientific Journal of Sports Sciences and Arts*, 16(16), 59–67. <https://doi.org/10.21608/ijssaa.2017.69736>
- 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). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Memphis, & Tennessee. (2010). *psychological Theories* (p. 264). American Series.
- Riggio, R. (1987). *Suggestions for Time Management in the 1980s* (Vol. 34). Education Canada.
- Shaqoura, Y. O. S. (2012). *Psychological flexibility and its relationship to life satisfaction among Palestinian university students in the Gaza Strip* [Master's thesis]. Al-Azhar University.
- Tarif, S. F. (2002). *Social and Communication Skills* (pp. 443–481). Gharib Printing and Publishing House.

ملحق رقم (1) مقياس المرونة النفسية

ت	الفقرات	تتطبق علي دائما	تتطبق علي غالبا	تتطبق علي أحيانا	تتطبق علي نادرا	لا تتطبق علي أبدا
1	اجد في علاقتي من يشجعني على النجاح					
2	احترم المثل العليا مهما تكن الظروف					
3	أستطيع معالجة بعض الامور في وقت محدد					
4	يعزز أصدقائي ثقتي بنفسي					
5	أوفق بين طموحاتي واحتياجات الآخرين					
6	احترم الوقت واستثمره بشكل جيد					
7	أحصل على المساعدة من الآخرين					
8	أتعاطف مع أحزان الآخرين وأفراحهم					
9	أستطيع ان أحقق الاهداف التي تتناسب مع قدراتي					
10	اجد من يفهم صعوباتي ويعمل على التخفيف عني					
11	يسهل علي اقامة علاقات اجتماعية دائمة					
12	حياتي لها معنى					
13	ينصحنني أفراد اسرتي أن أكون أكثر مرونة في المواقف الصعبة					
14	أثبتت على رأيي ان كان صحيحاً رغم التحدي					
15	أستطيع ان أحقق أهدافي في الحياة على الرغم من الصعوبات					
16	أجد من يقف معي عندما تواجهني مشكلة					
17	أستطيع التكيف مع الضغوط التي تواجهني					
18	استمر ببذل الجهد كي أحقق أهداف جديدة					
19	أجد من يؤمن احتياجاتي					
20	يسهل علي السيطرة على رغباتي					
21	الصدفة لا تتحكم بمستقبلي					
22	أسرتي تساعدني على تحقيق أهدافي					
23	اميل الى استعادة توازني بعد الشدائد					
24	أبذل قصارى جهدي لتنمية قدراتي العلمية					
25	أجد من يهتم بأفكاري					
26	أتحدى المحن ولا أفقد الثقة بنفسي					
27	أعمل لتعلم الجديد على الرغم من التحديات					
28	صداقتي الحميمة لها دور مهم في حياتي لمواجهة الصعوبات					
29	لدي انضباط ذاتي					
30	افضل أخذ مركز الصدارة لحل المشكلات					
31	اجد من يشعرني بالأمن النفسي					
32	أستطيع التغلب على مشكلاتي من دون انفعال					
33	أستطيع حل المشاكل الصعبة اذا أجهدت نفسي بما فيه الكفاية					
34	من الآخرين من يبادر الى تقديم المشورة التي احتاجها					
35	أتبع الارشادات والقواعد الصحية					
36	أستطيع مواجهة المشاكل التي تفاجئني					
37	في حياتي من يعينني على ترك العادات غير المقبولة					
38	الذكريات المزعجة لا تؤثر علي					
39	أستخدم جميع قواي كي أظهر بأفضل صورة					
40	يواجهني أناس يمنحوني حباً عفواً .					

ملحق رقم (2) مقياس المهارات الاجتماعية

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	إلى حد ما	غير موافق	غير موافق بشدة
1 ¹	لدي القدرة على إخفاء مشاعري تجاه الآخرين بسهولة					
2	استخدم الإيماءات والتعبيرات العامة في الوجه للتعبير عن مشاعري					
3	استطيع أن اخفي مشاعر الغضب والحزن في نفسي					
4	لا يزعجني عدم اهتمام الآخرين بي					
5	لا اشعر بالرغبة بالحديث عن ما يدور في داخلي					
6	نشاطي هو ما يميز سلوكي بين زملائي					
7	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري أمام الآخرين					
8	اتحسس من سلوك الآخرين نحوي					
9	أجد ان بعض زملائي يتحسسون من سلوكي نحوهم					
10	استطيع ان اميز بين الأصدقاء والأعداء					
11	اهتم بمتابعة ما يصدر عن الآخرين					
12	لدي القدرة على تميز حب الآخرين او كرههم لي بسهولة					
13	اكتشف بسهولة من يحاول اثارتي					
14	يزعجني حديث الآخرين عن مشاعرهم أمامي					
15	اقضي وقتاً طويلاً في مرافقة الآخرين					
16	يصفني زملائي بأنني متحسس دائماً					
17	أساعد زملائي في خفض توترهم النفسي والانفعالي					
18	ابذل جهد كبير في إخفاء مشاعري الحقيقة أمام الآخرين					
19	لا استطيع أن اضبط انفعالاتي في المنافسة الرياضية					
20	تعاليري وجهي تشير إلى درجة التوتر النفسي لدي					
21	لا استطيع أن تحكم بانفعالاتي رغم محاولاتي بضبطها					
22	أتكيف مع الآخرين بسهولة					
23	أحافظ على التزامي حتى لو كنت منفعة					
24	استطيع أن اظهر أي نوع من مشاعر الغضب والانفعال رغم شعوري بالسعادة					
25	أفضل الواجبات التي تحتاج إلى نشاط رياضي					
26	يهمني التفاعل مع الآخرين في أثناء المنافسات الرياضية					
27	اهتم بتقديم نفسي إلى الآخرين عندما التقى بهم لأول مرة					
28	اتخذ عنصر المبادأة في الكلام عند حضور الاجتماعات الفنية أو الرياضية					
29	مهاراتي الاجتماعية تمكنني بان اخذ حظاً كبيراً في أي نشاط رياضي					
30	يسعدني تنظيم وإدارة المهرجانات الرياضية					
31	أسعى إلى تحقيق انجازات رياضية كبيرة					
32	اشعر بالوحدة النفسية رغم وجودي مع الآخرين					
33	يهمني حضور الاحتفالات الرياضية والتعرف على الآخرين					
34	يضايقني التعامل مع أناس لا اعرفهم					
35	اشعر بالسعادة عندما أكون جزءاً من نشاط رياضي					
36	يسعدني الحديث مع الآخرين لفترة طويلة					

¹ التسلسلات التي تحتها خط هي فقرات سلبية

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	إلى حد ما	غير موافق	غير موافق بشدة
37	لا اشعر بالضيق عندما ينتقدني الآخرون					
38	يؤثر الآخرون على سلوكي بالنشاط الرياضي					
39	تؤثر الحالة النفسية للآخرين على سلوكي بالمدرسة					
40	أتعامل بجدية مع كل ما يقوله الآخرون لي					
41	لا يستطيع الآخرون توقع ما ستكون عليه ردود أفعالي اتجاههم					
42	اضطراب عندما يسيئ الناس فهم ما أقوله					
43	اشعر بالحاجة إلى الإرشاد والتوجيه رغم خبرتي الطويلة					
44	أُتأثر إلى حد كبير بسلوك الآخرين نحوي					
45	أتحسس دائماً بنقد الآخرين لي وملاحظاتهم عني					
46	أؤثر نفسياً عندما اشعر بأن أحد ما يراقبني بالعمل					
47	يشغلني بما يفكر به الآخرون عني					
48	من السهولة التوافق مع الآخرين					
49	يمكنني تمثيل زملائي في أي مجال من مجالات العمل					
50	لا استطيع مواجهة الآخرين عندما أتحدث عن موضوع شخصي					
51	أواجه صعوبات في إعداد برنامج معين أو إلقاء حديث هاما أمام الآخرين					
52	أجد صعوبة في التدريب عندما يكون أعداد الطلبة كبيراً					
53	عندما أكون مع زملاء لي في المهنة اضطرب في تحديد صحة الأشياء التي أقولها أو أفعليها					
54	أتميز على زملائي في المناقشات الاجتماعية					



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The Role of Physical Formation in Developing the Skill the high Volleyball Transmission for Students of Preparatory School Teams in The City of Tikrit

Marwan Khairo Yassin ¹  Mohamed Khalil Ibrahim ²  Hammoudi Essam Noman ³ 

Tikrit University /Faculty of Physical Education and Sports Sciences^{1,3}

Directorate General of Education Salahuddin²

Article information

Article history:

Received 25/12/2024

Accepted 4/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

body composition, skill of sending from above, volleyball, school teams, Tikrit city

Abstract

The research aims to: identify the percentage of contribution of body composition in developing the skill of sending from above in volleyball for middle school students in Tikrit city. The researchers used the descriptive approach using the survey method to suit the nature of the research. The research community was defined as students of middle school teams participating in the school volleyball championship in Tikrit city, numbering (116) students in (8) schools. The data were collected based on body composition indicators (body weight, total body height, fat-free weight, body fat percentage, body mass index). The ball sending skill test was also used. The researchers concluded that there is a high percentage of contribution of body composition indicators in developing the skill of sending from above in volleyball for middle school team students in Tikrit city. The researchers recommended adopting the indicators according to the importance of their contribution to developing the skill of sending when training them and developing their performance.



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



نسبة مساهمة التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت

✉ حمودي عصام نعمان³

✉ محمد خليل إبراهيم²

✉ مروان خيرو ياسين¹

المديرية العامة لتربية صلاح الدين²

جامعة تكريت/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة^{1,3}

المخلص

يهدف البحث إلى: التعرف على نسبة مساهمة التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب المدارس الإعدادية في مدينة تكريت، واستعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته وطبيعة البحث وحدد مجتمع البحث بطلاب فرق المدارس الإعدادية المشاركين في البطولة المدرسية للكرة الطائرة في مدينة تكريت والبالغ عددهم (116) طالباً في (8) مدارس , وتم جمع البيانات معتمدين على مؤشرات التكوين الجسمي (وزن الجسم، الطول الكلي للجسم، الوزن الخالي من الدهون، نسبة الدهون بالجسم، مؤشر كتلة الجسم) وكذلك استعمل اختبار مهارة الإرسال بالكرة واستنتج الباحثون انه توجد نسبة مساهمة عالية لمؤشرات التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت، وأوصى الباحثون الاعتماد المؤشرات حسب أهمية مساهمتها في تطوير مهارة الإرسال عند تدريبهم وتطويرهم الأداء لديهم.

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/12/25

القبول : 2025/1/4

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025,

الكلمات المفتاحية :

التكوين الجسمي، مهارة الإرسال من الأعلى، الكرة الطائرة، فرق المدارس، مدينة تكريت

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

أخذ العالم في العصر الحديث بالاهتمام بالرياضة المدرسية إذ يعد الجانب الرياضي التربوي هو أحد أهم الركائز لبناء جيل رياضي والذي قد حظي باهتمام العديد من الباحثين لما في هذا الجانب من أهمية بالغة وكبيرة في بناء المجتمعات. وتعد المرحلة الدراسية الإعدادية من المراحل الدراسية ذات الأهمية الكبيرة والتي يحدث فيها التحول السريع في التكوين الجسمي، كما إن هذه المرحلة تتزامن مع عملية ممارسة الأنشطة الرياضية ولا سيما المدرسية منها. وترتبط الأنشطة الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة في تحقيق الأداء الصحيح والانجاز العالي ارتباطاً وثيقاً بطبيعة تكوين الجسم، إذ إنه لا يمكن أن تمارس الأنشطة الرياضية من قبل أي طالب إذا لم تتوفر لديه مكونات الجسم التي تجعل منه قادراً على تلبية متطلبات ممارسة الأداء لهذه الأنشطة إذ إن "حجم الجسم وتكوينه يؤيدان دوراً بارزاً في إظهار قدراته المهارية لما لهما من تأثير ملحوظ على الفرد الرياضي (Hamid, 2015) (Mukhalaf & Hamad, 2020) لذا يجب علينا أن نعرف أن مؤشرات التكوين الجسمي تلعب دوراً كبيراً في تحديد مدى قدرة الرياضي على أداء المهارات ومنها لعبة الكرة الطائرة وبالأخص مهارة الإرسال التي تعد من أهم المهارات في اللعبة وأن الطلاب في هذه المرحلة العمرية ترتبط طبيعة تركيب الجسم لديهم بطبيعة الأداء الرياضي الذي يجب على الطالب ممارسته، ولقد تناولت دراسات عديدة هذه المسألة المهمة وعلى عينات مختلفة ولكن لا توجد دراسة عن نسبة مساهمة التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى لطلاب فرق المدارس الإعدادية.

لذا تبرز أهمية الدراسة في:

التعرف على نسبة مساهمة مؤشرات التكوين الجسمي مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة من أجل وضع معيار للمدربين يتم العمل عليه لتطوير مهارة الإرسال من الأعلى لدى طلاب فرق المدارس الإعدادية.

1-2 مشكلة البحث:

نظراً لكون مهارة الإرسال تعد من المهارات الأساسية الهجومية بالكرة الطائرة والتي لها أهمية كبيرة في فوز الفريق وكذلك يمكن من خلالها احراز النقاط في كثير من الأحيان، وكون الباحثين مهتمين بلعبة الكرة الطائرة كون أحدهم اختصاص كرة الطائرة والثاني يعمل في مجال النشاط الرياضي المدرسي والآخر تدريب رياضي وأن الباحثين متابعين للبطولات المدرسية بالكرة الطائرة فقد لاحظوا وجود تباين في مستوى أداء لاعبي الفرق المدارس في مهارة الإرسال، وكذلك لعدم وجود دراسات حول مساهمة التكوين الجسمي في أداء مهارات الكرة الطائرة ونظراً لهذه المرحلة العمرية للاعبين فرق المدارس كونهم يمتازون بتغيرات جسمية ملحوظة، فقد أرتأى الباحثون إلى دراسة هذه الحالة ومحاولة معرفة نسبة مساهمة مؤشرات التكوين الجسمي في تطوير أداء مهارة الإرسال من الأعلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت، ومن هنا يسأل الباحثون:

- هل لمؤشرات التكوين الجسمي مساهمة في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت؟

1-3 هدف البحث:

- التعرف على نسبة مساهمة التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال بالكرة الطائرة لطلاب المدارس الإعدادية في مدينة تكريت.

1-4 مجالات البحث:

- المجال البشري: طلاب فرق المدارس الإعدادية بالكرة الطائرة في مدينة تكريت للعام الدراسي 2023-2024.
- المجال الزمني: للمدة من (2024/2/18) إلى (2024/3/7).

- المجال المكاني: المدارس الاعدادية في مدينة تكريت.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث:

استعمل الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بطلاب فرق المدارس الاعدادية المشاركين في البطولة المدرسية للكرة الطائرة في مدينة تكريت والبالغ عددهم (116) طالباً في (8) مدرسة، وحددت العينة بجميع الطلاب المشاركين في بطولة المدارس بالكرة الطائرة في مدينة تكريت للعام الدراسي 2024/2023، وتم اختيار (16) طالباً من العينة ليمثلوا عينة التجربة الاستطلاعية مثلوا ما نسبته (13,793%) من مجتمع البحث الكلي، وبذلك بلغ عدد العينة (100) طالباً إذ يمثلون ما نسبته (86,206%) من مجتمع البحث الكلي.

2-3 وسائل جمع البيانات:

- تحليل المصادر والمراجع العلمية المختصة ، قياس الطول والوزن ومؤشرات التكوين الجسمي واختبار مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة.

1-3-2 إيجاد مؤشرات التكوين الجسمي:

لإيجاد مؤشرات التكوين الجسمي تم استعمال مجموعتين من القياسات وهي:

• القياسات المباشرة: وتم القياس حسب ما يأتي:

- وزن الجسم: تم قياس وزن الجسم بواسطة الميزان الطبي لأقرب 2/1 كغم إذ يقف المختبر في منتصف قاعدة الميزان بحيث يكون الجسم موزعاً بين القدمين (Radwan, 2011)

- طول الجسم: يؤخذ القياس من وضع الوقوف القياسي إذ يكون العقبان متلاصقين والذراعان معلقين على جانب الجسم، ويتم القياس بواسطة حائط مدرج بحيث يلامس العقبان ومؤخرة ولوحا الكتف ومؤخرة الرأس الحائط المدرج ويجب أن يكون الرأس بوضعه الطبيعي، ومن هذا الوضع توضع آلة على الرأس بحيث تكون زاوية قائمة عند الجدار، ويؤخذ القياس لأقرب نصف سم (Al-Janabi, 2019)

• القياسات الغير مباشرة: وتم القياس حسب ما يأتي:

- مؤشرات التكوين الجسمي: لإيجاد مؤشرات التكوين الجسمي يجب اتباع الخطوات الآتية:
أولاً: مؤشر مربع الطول: من خلال هذا المؤشر يتم حساب ما يأتي (Radwan, 2011)

• وزن الجسم خالي من الدهون: يحسب من خلال المعادلة الآتية:

$$LBW = 0.204 \times (HT)^2$$

• النسبة المئوية للدهون: يحسب من خلال المعادلة الآتية:

$$F\% = [(وزن الجسم - وزن الجسم بدون دهون) \div وزن الجسم] \times 100$$

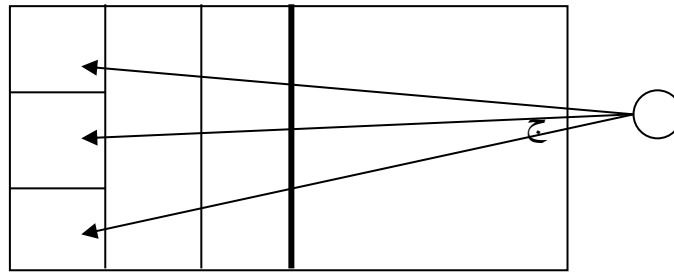
ثانياً مؤشر الكتلة (الوزن): لحساب مؤشر الكتلة يستخدم المعادلة الآتية:

• مؤشر الكتلة = (وزن الجسم ÷ مؤشر مربع الطول)

2-3-2 اختبار مهارة الإرسال من الأعلى (Hassanein & Ahmed, n.d.)

الغرض من الاختبار / قياس دقة الإرسال من الأعلى.

الادوات / ملعب كرة طائرة قانوني ، 3 كرات طائرة.



دقة الارسال من الأعلى

مواصفات الاداء / من المكان المخصص للأرسال يقوم المختبر بأداء الارسال نحو نصف الملعب الاخر ، بحيث يخصص خمسة ارسالات للمنطقة (أ) وخمسة اخرى للمنطقة (ب) وخمسة ثلاثة للمنطقة (ج). التسجيل / 4 نقاط لكل ارسال صحيح تسقط فيه الكرة داخل المربع المحدد نقطتان لكل ارسال صحيح تسقط فيه الكرة داخل المربع المجاور للمربع المحدد .

2-4 التجربة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحثان بإجراء هذه التجربة يوم (الاحد) الموافق 2024/2/18 وانتهت منها يوم (الثلاثاء) الموافق 2024/2/19 على عينة قوامها (16) طالباً وكان منها أهداف متعددة وهي:

- تدريب فريق العمل المساعد، على إجراء القياسات الجسمية (الطول، الوزن).
- تجريب الأجهزة والأدوات.
- تنظيم سير عمل الباحثون وفريق العمل المساعد، ملحق (1).
- التعرف على المدة الزمنية اللازمة لإجراء القياسات الجسمية واختبار مهارة الارسال.

2-5 التجربة الرئيسية:

بعد أن أتم الباحثان جميع الإجراءات المتعلقة بالتهيئة للتجربة الرئيسية قام الباحثان بهذه التجربة للمدة من 2024/2/25 ولغاية 2024/3/7.

2-6 الوسائل الإحصائية:

عولجت البيانات إحصائياً باستخدام النظامين الإحصائيين (SPSS) و (Excel).

4- عرض النتائج ومناقشتها لمؤشرات التكوين الجسمي ومهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب المدارس الاعدادية في مدينة تكريت:

4-1 الوصف الإحصائي لمؤشرات التكوين الجسمي ومهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب المدارس الاعدادية في مدينة تكريت:

الجدول (1)

الوصف الإحصائي لمؤشرات التكوين الجسمي واختبار مهارة الارسال من الأعلى لطلاب المدارس الاعدادية في مدينة تكريت

المتغير	وحدة القياس	الوسط	الانحراف	المنوال	اعلى قيمة	اوطى قيمة	معامل التواء
وزن الجسم	كغم	69.780	3.497	71	80	64	-0,348
الطول الكلي للجسم	سنتمتر	170.500	4.430	174	178	159	-0,790
الوزن الخالي من الدهون	كغم	56.210	3.528	56,78	63,24	43,79	-0,161

0,029	2.64	12.04	6,14	1.903	6.197	%	نسبة الدهون بالجسم
0,729	26,22	37,38	29,10	2.783	31.130	%	مؤشر كتلة الجسم
-0,591	20	58	46	10.005	40.080	درجة	مهارة الارسال من الأعلى

من خلال الجدول نجد أن جميع معامل الالتواء تتحصر بين (1) ومن هذا نستدل على أن جميع البيانات لكافة المتغيرات تقع ضمن التوزيع الطبيعي.

2-4 عرض ومناقشة نسبة مساهمة التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت:

الجدول (2)

نسبة مساهمة التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة

ت	المتغيرات	المعامل	المقدار الثابت	نسبة المساهمة	F	Sig	معامل الارتباط	
							Sig	المحتسبة
1	وزن الجسم	0,241	18,002	0,415	3,917	0,003		2.605
2	الطول الكلي للجسم	0,293						2.612
3	الوزن الخالي من الدهون	0,713						4.959
4	نسبة الدهون بالجسم	0,109						1.179
5	مؤشر كتلة الجسم	0,953						5.094

نسبة مساهمة مؤشرات التكوين الجسمي في تطوير مهارة الإرسال بالكرة الطائرة = $18,002 + (0,241 \times \text{وزن الجسم}) + (0,293 \times \text{الطول الكلي للجسم}) + (0,713 \times \text{الوزن خالي من الدهون}) + (0,109 \times \text{نسبة الدهون بالجسم}) + (0,953 \times \text{مؤشر كتلة الجسم})$.

يتبين من خلال الجدول (2) أن هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين متغيرات التكوين الجسمي ومهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة إذ بلغت قيمة sig (0,003) وهذا يدل على معنوية العلاقة بين مؤشرات التكوين الجسمي ومهارة الإرسال من الأعلى لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت، وقد بلغت نسبة المساهمة (0,415) مما يشير ذلك إلى النسبة العالية للمساهمة في تطوير مهارة الإرسال من الأعلى بالكرة الطائرة، (Al-Mtouri et al., 2018) إذ أن مؤشرات التكوين الجسمي تلعب دوراً هاماً وكبيراً في لعبة الكرة الطائرة وبالأخص مهارة الإرسال من الأعلى إذ أن مؤشرات التكوين الجسمي تأثير مباشر على مهارة الإرسال إذ أن لها فاعلية كبيرة في تطوير مستوى أداء اللاعبين لمهارة الإرسال، وقد تراوحت معامل المؤشرات الجسمية بين (0,109 - 0,953) وهذه القيم تدل على نسبة مساهمة كل مؤشر من مؤشرات التكوين الجسمي في مهارة الإرسال من الأعلى إذ بينت أن مؤشر كتلة الجسم ومؤشر وزن الجسم خالي من الدهون هي أكبر نسبة مساهمة في مستوى أداء مهارة الإرسال من الأعلى وذلك يدل على أن زيادة كتلة الجسم تساهم بشكل كبير في زيادة دقة أداء مهارة الإرسال من الأعلى من خلال القوة التي تسلطها الكتلة على الكرة للوصول إلى المكان المطلوب إيصال الكرة إليه في ملعب المنافس إذ أن "كثافة وضخامة المجاميع العضلية تعمل على المساعدة وبشكل فعال على الأداء الحركي الأمثل (Al-Janabi, 2002) ، وكذلك مؤشر الوزن خالي من الدهون إذ أن كلما كان وزن الجسم قريب من الوزن المثالي مع نسبة دهون قليلة أو معدومة زاد ذلك من فاعلية ومستوى الأداء لمهارة الإرسال من الأعلى حيث تكون زيادة الدهون عائق للأداء في لعبة الكرة الطائرة إذ يجب أن يكون اللاعب وبالأخص في هذه المرحلة العمرية (مرحلة الإعدادية) ذو بناء

جسماني صحيح خالي من الدهون ومناسب لوزنه مقارنة بطوله الكلي من أجل ممارسة الأنشطة الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة والتي أيضاً لها مردود على المحافظة على وزن اللاعب وصحته إذ أن "أن ممارسة الأنشطة البدنية تعد عنصراً فعالاً ومهماً لضبط الوزن والوقاية من السمنة في مرحلة الطفولة والمراهقة والتخلص منها مستقبلاً لذلك من الأهمية الوقاية من السمنة قبل حدوثها من خلال حثهم على ممارسة الأنشطة البدنية المنتظمة (Al-Lala, 2010) (Alsaeed et al., 2024)

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- توجد نسبة مساهمة عالية لمؤشرات التكوين الجسمي في تطوير مهارة الارسال بالكرة الطائرة لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت.
- أن مؤشرات (كتلة الجسم) و(وزن الجسم خالي من الدهون) هي من أكثر المؤشرات فاعلية وتأثير في تطوير مهارة الارسال بالكرة الطائرة لطلاب فرق المدارس الإعدادية في مدينة تكريت.

5-1 التوصيات:

- 1- الأخذ بنظر مؤشرات التكوين الجسمي في تطوير وتطوير أداء مهارة الارسال بالكرة الطائرة.
- 2- الاعتماد على المؤشرات حسب أهمية مساهمتها في تطوير مهارة الارسال عند تدريبهم وتطويرهم الأداء لديهم.
- 3- الأخذ بنظر مؤشرات التكوين الجسمي عند انتقاء اللاعبين لفرق المدارس الإعدادية بالكرة الطائرة.
- 4- إعادة إجراءات الدراسة الحالية على عينات أخرى تمثل مختلف الأعمار الدراسية (الابتدائية، المتوسطة، الجامعية) أو على مهارات أخرى أو على الإناث.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلاب فرق المدارس الإعدادية بالكرة الطائرة في مدينة تكريت للعام الدراسي 2023-2024

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

مروان خيرو ياسين Marwan.sport@tu.edu.iq

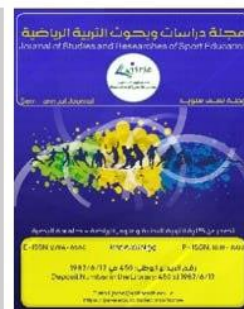
References

- Al-Janabi, A.-M. A. J. (2002). *The physical build of the Iraqi elite football league players as one of the foundations of sports selection* [Master's thesis]. University of Mosul.
- Al-Janabi, A.-M. A. J. (2019). *Fundamentals of Measurement and Testing in Physical Education* (1st ed). Book and Publishing Center.
- Al-Lala, O. K. (2010). The experience of children and girls' centers in promoting health-related physical fitness and preventing obesity. *Published Research, Proceedings of the Third Arab Conference on Obesity and Physical Activity, Kingdom of Bahrain*.
- Al-Mtouri, A. Y., Aldewan, L. H., & Al-Timari, qaswer A. (2018). The effect of swom strategy on learning some basic skills in accordance with kinematic compatibility. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 55, 343–361. <https://www.iasj.net/iasj/article/167442>
- Alsaeed, R., Kazem, H. A., Kamel, S. S., & Jawad, W. Q. (2024). Specific assessment exercises based on visual sensory modeling and its effect on some biomechanical indicator spiking skill on volleyball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.753>
- Hamid, S. S. (2015). *Body size and composition indicators and their contribution to some elements of physical fitness for middle school students aged (12–15) years in Al-Tawz District* [Master's Thesis]. Tikrit University.
- Hassanein, M. S., & Ahmed, H. A. M. (n.d.). *Scientific Foundations of Volleyball and Measurement Methods:(Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1988)*. P.
- Mukhalaf, A. K., & Hamad, S. H. (2020). The effect of special exercises in reducing the motor response time of the player (libero) for the skill of defending the court in volleyball. *Journal of Sports Science*, 12(44), 304–315. URI: <http://148.72.244.84:8080/xmlui/handle/xmlui/6983>
- Radwan, M. N. al-D. (2011). *Introduction to Measurement in Physical Education and Sports: Vol. 2nd edition* (Al-Kitab Publishing Center, Ed.). <https://library.alkutcollege.edu.iq/book/99>



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Preparing a measure of psychological toughness among scout leaders in middle schools in the Basra Governorate Center

Hatem Kareem Kadhim ¹ Ali Raisan Labid ²

University of Basra/College of Physical Education and Sports Sciences¹

Basra Education Directorate²

Article information

Article history:

Received 25/11/2024

Accepted 11/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Psychological resilience scale, scout leaders, middle schools, sports psychology



Abstract

The aim of the research was to build a scale of psychological resilience among scout leaders in middle schools in the center of Basra Governorate. The researchers adopted the descriptive approach using the survey method because it is more suitable for studying the research problem. The research sample was scout leaders in middle schools in the center of Basra Governorate. The researchers adopted the scale of psychological resilience among scout leaders. The researchers concluded that the scale of psychological resilience among scout leaders is an appropriate tool for detecting the levels of psychological resilience enjoyed by a successful leader. The researchers recommended adopting the scale of psychological resilience among scout leaders prepared by the researchers to measure the level of psychological resilience





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



بناء مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة لمركز محافظة البصرة

علي ريسان لاد² 

حاتم كريم كاظم¹ 

مديرية تربية البصرة²

جامعة البصرة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

المخلص

معلومات البحث

هدف البحث الى بناء مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة لمركز محافظة البصرة واعتمد الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح لكونه اكثر ملائمة لدراسة مشكلة البحث وكانت عينة البحث هم القادة الكشفيين للمدارس المتوسطة في مركز محافظة البصرة واعتمد الباحثان مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين واستنتج الباحثان يعد مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين أداة ملائمة للكشف عن مستويات الصلابة النفسية التي يتمتع بها القائد الناجح وأوصى الباحثان باعتماد مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين الذي أعده الباحثان في قياس مستوى الصلابة النفسية

تاريخ البحث:

الاستلام : 2024/11/25

القبول: 2025/1/11

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

مقياس الصلابة النفسية , القادة الكشفيين , المدارس المتوسطة , علم النفس الرياضي

1-التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

ان حاجة الانسان الدائمة من خلال تفاعله مع البيئة يتطلب تحقيق توازن بين ذاته وظروفه الخارجية ويعتمد هذا التفاعل على خبرة الفرد وما يمر به من ظروف محيطة . والمعلم كبقية المهن هناك ما يعترضه عن تحقيق تلك الأهداف ويتطلب منه التعامل مع تلك الاعتراضات المهنية والنفسية بما ينسجم بمدى صعوبتها وطبيعته شخصيته وما عليها من مرونة نفسية .

إن معلمي التربية الرياضية بصفتهم القادة الكشفيين العاملين في المجال الكشفي يتعرضون إلى ضغوط وإعاقة لأداء واجباته المهنية والتعليمية والتطوعية مما يسبب في هدر الطاقات المؤهلة لتحقيق الاهداف ، إذ توضح لنا قوة الصلابة النفسية و مدى استطاعة القائد الكشفي على التكيف مع متغيرات الظروف المحيطة بعمل المدرسة و تبين مدى اللياقة النفسية والجسمية وتكون من استراتيجيات التعامل مع الضغوط والأزمات ، ويتفاوت القادة الكشفيين في مستوى ما يتمتعون به من صلابة النفسية وقدرتهم في مواجهة الضغوط ، بحسب رغبتهم وطبيعتهم تلك الضغوط التي يتعرضون اليها (Masoud & Shabib, 2024). ذلك لما يمتلكون من خبرات سابقة لما لهم من شخصيات اقل ما يقال عنهم متزنين نفسيا ، وهذا ما نحتاج اليه في بناء مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين.(Abdul Hussein et al., 2023)

1-2 مشكلة البحث .

نظراً لعدم توفر اية دراسة تناولت وضع مقياس للصلابة النفسية للقادة العاملين في المجال الكشفي ، لذا ارتأى الباحثان بناء مقياس للصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين .

1-3 هدف البحث .

- 1- بناء مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة لمركز محافظة البصرة.
- 2- إيجاد مستويات معيارية لمقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين في المدارس المتوسطة لمركز محافظة البصرة.

1-4 مجالات البحث .

1-4-1 المجال البشري : القادة الكشفيين للمدارس المتوسطة في مركز محافظة البصرة .

1-4-2 المجال الزمني : للمدة من 2 / 6 / 2023م ولغاية 8 / 1 / 2024م .

1-4-3 المجال المكاني: المدارس المتوسطة لمركز محافظة البصرة .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

يتضمن وصفاً للطريقة والإجراءات التي اتبعها الباحثان في تحديد مجتمع البحث واختيار العينة ، ووصفاً لأدوات البحث ، وخطوات بناء المقياس والتحقق من الصدق والثبات ، إضافة إلى وصف والاجراءات الإحصائية المتبعة في تحليل البيانات .

2-1 منهج البحث

عندما يدور البحث حول محور الظاهر او المشكلات الاجتماعية والإنسانية للحصول على الوصف الكيفي والكمي والوصول الى ارقام تتعلق بالظاهرة نجد ان المنهج الوصفي مناسباً . فهو لا يقتصر على جمع البيانات وتصنيفها بل يتضمن أيضاً قدراً من التفسير لهذه النتائج من خلال المنهج الوصفي (Muhammad, 2019) . لذا أستخدم المنهج الوصفي بأسلوب المسح لكونه اكثر ملائمة لدراسة مشكلة البحث .

2-2 مجتمع وعينة البحث

يتألف مجتمع البحث من القادة الكشفيين للمدارس المتوسطة لمركز محافظة البصرة والبالغ عددهم (324) قائداً للعام الدراسي (2023/2024) ، بحسب احصائيات مديرية تربية محافظة البصرة. وتوزعت العينة كالاتي :

- 1- عينة البحث الاستطلاعية وقد شملت (20) قائداً ونسبة (6,17%) من مجتمع البحث .
- 2- عينة الاساسية وقد شملت (166) قائداً ونسبة (51.23%) من مجتمع البحث .

2-3 وسائل وأدوات جمع المعلومات والبيانات

يمكن للباحث استعمال العدد الكافي الذي يراه مناسباً من الأدوات الخاصة بجمع البيانات حتى يتمكن من إجراء الدراسة المراد القيام بها (Fouad, 2022) لقد استعان الباحثان في الحصول على المعلومات والبيانات بالوسائل والأدوات التالية :

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية, شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) , الاستبيان : للاستبيان أهمية كبيرة في جمع البيانات اللازمة لاختبار الفرضيات في البحوث التربوية والاجتماعية والنفسية ، فجمع البيانات عن ادراك الافراد واتجاهاتهم ومواقفهم وسلوكهم الحاضر والماضي وغير ذلك كلها امور تتطلب دراستها استخدام الاستبيان للحصول على معلومات كافية ودقيقة(Sami, 2011)

2-4 خطوات بناء مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين

لتحقيق هدف البحث المتمثل ببناء مقياس الصلابة النفسية للقادة الكشفيين، قام الباحثان بالإجراءات والخطوات الآتية (Ziad, 2010)

2-4-1 تحديد الظاهرة المطلوب دراستها

لغرض الشروع ببناء المقياس ، يجب أولاً تحديد ما هي الظاهرة وما هو مفهومها وابعادها ، وإن الظاهرة قيد البحث هي الصلابة النفسية للقادة الكشفيين

2-4-2 الغرض من بناء مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين

أن من أهداف مقياس الصلابة النفسية للقادة الكشفيين هو التعرف على الصلابة النفسية التي يمتلكها القائد الكشفى واعتمد الباحثان في تفسير الصلابة النفسية وبناء المقياس على نظرية السمات ويرى أصحاب هذه النظرية أن الشخصية الإنسانية ما هي الا سمات تتوقف على عوامل وراثية وجسمية متعلقة بالجهاز العصبي للفرد مثلما تتوقف على عوامل البيئة وخاصة التعلم والاكتساب(Abdullah, 2005)

2-4-3 تحديد مجالات الصلابة النفسية

حدد الباحثان ثلاثة مجالات وهي:(التحدي ، الالتزام ، التحكم)

2-4-4 صلاحية فقرات مقياس الصلابة النفسية

بعد ان تم صياغة (52) فقرة موزعة على (3) مجالات في مقياس الصلابة النفسية ، عرضت على ذوي الخبرة والاختصاص في علم النفس الرياضي والتربية الكشفية، وكان ذلك لمعرفة وملائمة كل فقرة للمجال التي تنتمي اليه في مقياس الصلابة النفسية . وعلى ضوء ما تقدم من تحليل اجابات الخبراء والمختصون ، حققت جميع الفقرات نسبة 80% فاكثر ماعدا فقرتان دون هذه النسبة وتم حذفهما من المقياس وبهذا اصبح مقياس الصلابة النفسية (50) فقرة

2-4-5 أسلوب تصحيح فقرات مقياس الصلابة النفسية

عد ان حدد الباحثان اختيار سلم التقدير الخماسي فأن فقرات مقياس الصلابة النفسية قد صيغت باتجاه سلبي وإيجابي و وقد تحددت أوزان الفقرات من (1-5) درجات لكل فقرة من فقرات المقياس ولذا فقد وضعت خمسة بدائل واستجابات .

2-4-7 اعداد تعليمات مقياس الصلابة النفسية للقادة الكشفيين

بعد أن اكملت جاهزية التطبيق لمقياس الصلابة النفسية أعدت التعليمات وكيفية طريقة الاجابة على فقرات مقياس الصلابة النفسية .

2-4-8 صلاحية الفقرات من الناحية اللغوية

عُرِضت فقرات مقياس الصلابة على متخصص باللغة العربية، لإبداء ملاحظاته اللغوية والتعبيرية على الفقرات من اجل ان تكون الفقرات سليمة وخالية من الاخطاء اللغوية ، وقد تم الاخذ بالملاحظات والتعديلات التي ابداه ، وبهذا يكون مقياس الصلابة النفسية خاليا من الاخطاء اللغوية .

2-5 التطبيق الاول (الدراسة الاستطلاعية) لمقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين

وهو تطبيق المقياس على عينة استطلاعية للتأكد من فهم أفراد عينة الدراسة لأداة البحث وتبديل المصطلحات والكلمات التي تزيد الاستفسارات حولها وحتى يتأكد ويطمئن الباحث من سلامة الأداة ثم تطويرها وتغيير ما يلزم تغييره (Ziad, 2010) وللتعرف على الصعوبات التي تواجه عملية التطبيق لبناء المقياس و على الوقت اللازم للإجابة عن فقرات مقياس الصلابة النفسية من قبل القادة ، تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية على عينة من القادة في بعض المدارس المتوسطة من مجتمع البحث الأصلي في محافظة البصرة .

(1) إذ اختير (20) قائداً في المدارس المتوسطة وطلب من العينة ملاحظة كل فقرة بدقة والتأشير عليها بعلامة (√) في الحقل المناسب وقد تم ذلك للفترة من 2023/11/5 لغاية 2023/11/8 . وكان هذا الأجراء قد وضح: ملائمة ووضوح فقرات المقياس لمستوى عينة البحث وان زمن الإجابة تراوح بين (10-15) دقيقة .

2-6 تطبيق مقياس الصلابة النفسية للقادة الكشفيين على العينة الأساسية للبحث .

قبل التطبيق الرئيس للمقاييس كررت (3) فقرات في مقياس الصلابة النفسية ذلك لاستخدامها في الكشف عن دقة المستجيب وجديته في الاجابة ويتم اهمالها عند تصحيح المقياس ، ومثل هذا الاسلوب اعتمد كثيراً في المقاييس الشخصية (Sanaa, 2001) . وكان التكرار بإعادة صياغة الفقرة لتعطي نفس المعنى ، وزع مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين (180) قائداً ، وللفترة الزمنية من 2023/10/2 لغاية 2023/11/8 وبعد استعادة (172) استمارة بفقدان (8) استمارة ، دقت جميع الاستمارات للتأكد من إتباع التعليمات والتأكد أن فقرات المقياس جميعها قد تمت الإجابة عنها وللتأكد من دقة الاستجابة .

(1) حساب الفرق المطلق في الاستجابة بين الفقرة الاصلية والمكررة في المقياس .

(2) جمع الفروق المطلقة للفقرات الثلاث المكررة لكل استمارة .

فكانت نتائج التدقيق هو استبعاد (6) استمارة من مجموع الاستمارات الكلية لمقياس الصلابة النفسية، (2) منها لعدم اكتمال الاجابة و(4) لعدم دقة الإجابة(هناك فرق 4 درجات فاكثر في الإجابة عن الفقرات المكررة) . ليبقى عدد الاستمارات الصحيحة التي تم التعامل معها احصائياً (166) استمارة.

2-7 تحليل الفقرات إحصائياً

اعتمد الباحثان أسلوب المجموعتين الطرفيتين والاتساق الداخلي بعد استبعاد بيانات الفقرات الثلاث المكررة في كل مقياس وإعادة ترتيب تسلسل فقرات مقياس الصلابة النفسية كما كانت قبل التكرار .

2-7-1 المجموعتان الطرفيتان (القوة التمييزية)

يعد استخراج القوة التمييزية للفقرات من الخطوات المهمة التي في ضوءها يتم التعرف على قدرتها وعلى التمييز بين الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة والحاصلين على درجات منخفضة في استمارة المقياس . وقد اتبع هذا الإجراء على أساس ان النسبة (27%) تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من تمايز في الحجم وتوزع توزيعاً يقارب التوزيع أالاعتدالي وبهذا تحصل على أفضل تقدير للقوة التمييزية (Murphy & Davidshofer, 1988) وتم حساب القوة التمييزية لمقياس الصلابة النفسية باستخدام الاختبار التائي (Independent Sample T-Test)

وجد أن حدود الأوساط الحسابية لدرجات فقرات المجموعة العليا تراوحت بين (2.956 - 4.267) في حين تراوحت الأوساط الحسابية لدرجات المجموعة الدنيا بين (2.000 - 3.533) ، و تراوحت القيمة التائية بين (12.787 - 0.729) ، وبمقارنة مستوى الدلالة (Sig-(2-tailed) مع (0.05) نجد أن هناك (فقرتان) كانت مستوى الدلالة الاحصائية أكبر من (0.05) وهذا يعني عدم وجود فروق معنوية لتلك الفقرات بين المجموعتين العليا والدنيا وعليه استبعدت هذه الفقرات من المقياس وهما الفقرة بالتسلسل (9) والفقرة بالتسلسل (11) . وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس (48) فقرة بتسلسل جديد.

2-7-2 الاتساق الداخلي للفقرات

وتم حساب الاتساق الداخلي من خلال ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس و ارتباط المجالات مع الدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بواسطة الحقيبة الإحصائية (spss) بين فقرات المقياس مع كل الدرجة الكلية للمقياس.

ونجد أن جميع الفقرات على ارتباط عال وعند مستوى دلالة أقل من (0.001) بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وعند مقارنتها مع (0.05) نلاحظ أن هناك علاقة ارتباط قوية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس.

2-7-2-2 علاقة كل مجال والدرجة الكلية للمقياس

تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجة كل مجال والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول (3) يبين ذلك .

2-8-2 المعاملات العلمية لمقياس الصلابة النفسية للقادة الكشفيين

2-8-1 الصدق

من ضمانات صدق الاختبار صياغة كلمات وعبارات الأسئلة بدقة وسهولة بحيث تتاح للمبحوثين الفرصة لفهم الاختبار (Abdul Rahman & Al-Badawi, 2007) وهناك عدة أنواع من الصدق لذا استخدم الباحثان (الصدق الظاهري ، صدق البناء) .

أولاً: الصدق الظاهري

هو الاختبار (المقياس) الذي عنوانه يكون دال على ما يقيس من صفة او سمة ، اي ظاهره صادقاً لما يقيس وبمعنى آخر ليس صدقاً علمياً واحصائياً (Laila, 2001) . وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض مقياس الصلابة النفسية على الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي كما مر في عرض الصيغة الاولية لمقياس الصلابة النفسية على الخبراء والمختصين .

ثانياً: صدق البناء

هو فرضاً نظرياً يتم التحقق منه تجريبياً وكان الاجراء التجريبي لهذا النوع من الصدق من أسلوب المجموعتين الطرفيتين ، حيث استخرجت القوة التمييزية للفقرات التي في ضوءها تم التعرف على الفقرات القادرة على التمييز بين الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة والحاصلين على درجات منخفضة .

وكذلك استخدم معامل الاتساق الداخلي في تحليل فقرات المقياس أي حساب صدق فقرات المقياس باستخدام المحك الداخلي من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية وتحقق هذا النوع من الصدق من خلال استخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسون . ويتم ذلك من خلال معامل الارتباط بين درجات المجالات وبين الدرجة الكلية للمقياس وتدل هذه المعاملات على الاتساق الداخلي للمقياس ، إذ تم حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) للمجالات مع الدرجة الكلية للمقياس كما مر في مبحث تحليل الفقرات احصائياً .

2-8-2 الثبات

من طرق زيادة الثبات استخدام فقرات لا يكتنفها الغموض (Munther, 2007) . وهناك عدة طرق يمكن من خلالها استخراج معامل الثبات وقد أختار الباحثان من بينهما طريقتان طريقة الفا كرونباخ . إذ تم استخراج الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق معادلة (كرونباخ) على أفراد عينة بناء كل مقياس باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) ، ومن خلال اختيار طريقة (Alpha) والتأشير على خيار (scale if item deleted) (وليد عبد الرحمن خالد ، 2008 ، 39). والتي تظهر قيم الثبات في حالة استبعاد بعض الفقرات التي تسببت بخفض قيمة الثبات الكلي للمقياس.. وقد بلغ معامل الثبات (0.954) وبدون استبعاد أي فقرة تضعف الثبات .

ثانياً : طريقة التجزئة النصفية

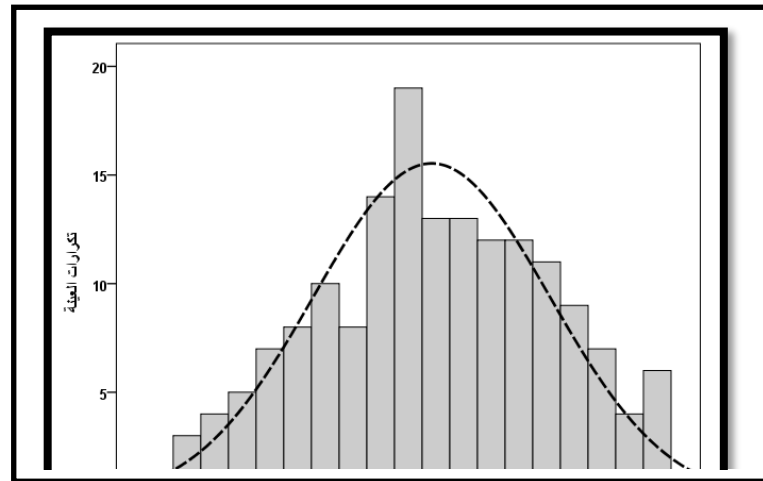
كذلك استخدم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) ، وبنفس خطوات معامل الفا كرونباخ ، الا انه تم تغيير الطريقة واختيار (spilt-half) .

2-8-3 الموضوعية

يكون وضوح وشرح التعليمات الخاصة بتطبيق المقياس او الاختبار من حيث اجراءاته ، إدارته ، تسجيل النتائج ، شرطاً اساسي لنجاح الاختبار (Laila, 2001) . ويرى الباحثان أن وجود التعليمات الواضحة والنموذج في الاجابة ووضوح العبارات وعدم غموضها إذ لا تقبل التأويل في المقياس وتعدد بدائل الإجابة ، وكذلك استبعاد الاجابات التي لم تكن دقيقة كلها تجعل من الاجابة على فقرات المقياس موضوعية . وبعد اكتمال إجراءات بناء مقياس الصلابة النفسية فقد أصبح عدد الفقرات (48) فقرة .

2-9 التوزيع الطبيعي

كلما كانت الاختبارات المستخدمة ملائمة لعينة البحث من حيث درجة الوضوح وعدم الغموض أدى ذلك الى الحصول على الشكل الطبيعي للبيانات (Al-Dhamd, 2002) . وللتعرف على مدى قرب او بعد إجابات العينة من التوزيع الطبيعي قام الباحثان باستخدام البرنامج الاحصائي spss ، لمعرفة ذلك من خلال Explore واختيار Normality plost with tests لإظهار نتائج اختبار كولموجوروف - سمرنوف وكذلك التأشير على خيار Histogram لإظهار مخطط التوزيع الطبيعي (اسامه ربيع امين، 2009، 120) ، فكانت نتائج الاختبار تدل على أن بيانات مقياس الصلابة النفسية تتوزع طبيعياً مما يسمح باستخدام الاختبارات المعلمية في الوسائل الاحصائية ، والجدول (6) يبين ذلك من الجدول (6) نجد أن قيمة الالتواء (0-136) بخطا معياري (0.188) وبقسمة الالتواء على الخطأ المعياري له نحصل على (-0.723) وهي قيمة تدخل ضمن حدود (1-، 1) وعليه نقبل فرضية أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي وكذلك أن قيمة اختبار سمرنوف كانت (0.983) وبمستوى دلالة (0.200*) وهي أكبر من مستوى (0.05) وبذلك فان توزيع البيانات تتوزع توزيعاً طبيعياً والشكل (1) يوضح ذلك.



شكل (1) يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات للقادة الكشفيين على مقياس الصلابة النفسية
10-2 الدرجات المعيارية للمقياس .

تستخدم الدرجة المعيارية في مقارنة مستوى أداء فرد معين بمستوى أداء المجموعة التي ينتمي إليها بصفة عامة ، وذلك بانحراف أي درجة عن متوسطها (Sami, 2011) وللحصول على الدرجات المعيارية قام الباحث باستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري ليتم تطبيق معادلة الدرجة المعيارية الزائفة وبعدها يتم معالجة الدرجات الزائفة السالبة بتحويلها الى درجات تائية وهي "عبارة عن درجة معيارية متوسطها (50) وانحرافها المعياري (10) وتستخدم في تحويل الدرجات الخام الى درجات يمكن جمعها لغرض مقارنتها وتسهيل تفسيرها ، وتمتاز هذه الدرجة بأنها لا تتضمن قيماً سالبة " (علي سموم، 2007، 96) . وقد تم حساب الدرجات المعيارية للمقياس . والجدول (7) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس ومجالاته لعينة البناء والتي اعتمدت في استخراج الدرجات المعيارية.

جدول (1)

مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	148.631	31.965

11-2 المستويات المعيارية للمقياس .

اختار الباحثان أن تكون هناك خمس مستويات لمقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين وتقسّم الدرجات المعيارية إلى (5) درجات ، والدرجات المعيارية المعدلة تتكون من (6 درجة) ، فان المستوى الواحد = 1,2 وحدة معيارية = 12 درجة معيارية معدلة ، وكما مبين في الجدول (8)

جدول (2)

يبين الدرجات والمستويات المعيارية والدرجات الخام للمقياس

المستويات	الدرجة المعيارية	الدرجات الخام للمقياس
جيد جدا	80-68	240-205
جيد	68-56	204-167
متوسط	56-44	167-129
مقبول	44-32	129-90
ضعيف	32-20	90-48

12-2 الوسائل الإحصائية

الاحصاء هم "العلم الذي يبحث في جمع البيانات وعرضها وتبويبها وتحليلها واستخدام النتائج في التنبؤ أو التقرير أو التحقيق (Rashid, 2002) استخدم الباحثان نظام (IBM SPSS 19) للمعلومات الإحصائية . في حساب الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث

3- عرض النتائج ومناقشتها :

جدول (3)

يبين عدد عينة البناء الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط النظري وقيمة (t) لمقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين

عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط النظري للمقياس	قيمة (t)	Sig. (2-tailed)
166	148.631	31.965	144	1.867	0.064

يبين الجدول (9) أن الوسط الحسابي لعينة البناء (148.631) وانحراف معياري (31.965) وأن وسط المقياس النظري (144) وبحساب قيمة (t) بين الوسطين والتي بلغت (1.867) وبمستوى دلالة (0.064) مما يعني عدم وجود فرق معنوي بين الوسطين إلا أنه يبين الجدول بأن وسط العينة كان أكبر من الوسط النظري وبهذا يمكن القول بأن أغلب القادة يتمتعون بالصلابة النفسية الناتجة من أعدادهم المهني والأكاديمي وما تلقوه من دروس نظرية وعملية تهدف إلى تحقيق النمو المتكامل والمتزن للفرد إلى أقصى ما تسمح به استعداداته وإمكاناته وتنمية الجوانب النفسية والاجتماعية الإيجابية وتعزيزها في كيفية التعامل مع المواقف الضاغطة ، فالصلابة النفسية تزيد من قدرات الفرد لمواجهة الضغوط المختلفة (Khaled, 2012) وبالتالي فإن شخصية القائد الكشفي في العمل التربوي والتعليمي والتطوعي فيها من العطاء ما يجعلها قادرة على التحمل والارتياح النفسي والتكيف مع العمل والأداء الوظيفي السليم ، وجعلها بعيدة عن سوء التوافق النفسي والاجتماعي واكتسبتها المناعة الكافية من التأثيرات السلبية للضغوط الاجتماعية والمهنية التي يتعرضون لها أثناء أدائهم لوظائفهم (Kadhim et al., 2024)، فالقادة الكشفيين غالباً ما يلجؤون إلى استخدام استراتيجيات مناسبة وقوية من خلال التعامل المركز على المشكلات التي تعترض حياتهم وعملهم الوظيفي والمهني في تعليم المهارات واكتساب اللياقة البدنية لفرقة بالإضافة أن يكون على علم بالطبيعة النفسية لهم وبالتالي يسهل عليه التعامل معهم وتنميتهم من جميع الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية. (Hamed & Ahmed, 2023)

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات :

1- يعد مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين أداة ملائمة للكشف عن مستويات الصلابة النفسية التي يتمتع بها القائد الناجح .

2- أن القادة الكشفيين بمستوى فوق الوسط من الصلابة النفسية .

4-2 التوصيات :

- 1- اعتماد مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين الذي أعده الباحثان في قياس مستوى الصلابة النفسية .
- 2- إجراء دراسات مشابهة على قادة بعض المراحل الكشفية الأخرى ومقارنة النتائج مع قادة المرحلة المتوسطة (الكشافة) .

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في القادة الكشفيين للمدارس المتوسطة في مركز محافظة البصرة

تضارب المصالح

يعلم المؤلفان أنه ليس هناك تضارب في المصالح

حاتم كريم كاظم <https://orcid.org/0000-0003-0894-974X>

References

- 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>
- Abdul Rahman, A. M., & Al-Badawi, M. A. (2007). *Methods and Approaches of Social Research* (p. 364). Al-Buhaira Press.
- Abdullah, M. Q. (2005). *Introduction to Mental Health* (p. 85). Dar Al Fikr for Printing, Publishing and Distribution.
- Al-Dhamd, A. S. J. (2002). *Scientific Research and Applications of Mathematical Statistics* (p. 93). Dar Shamaa Al-Thaqafa.
- Fouad, A.-E. (2022). The effect of Likert scale alternatives on scale stability. *Sports System Journal, Algeria*, 820.
- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- Kadhim, H. K., Labid, A. R., & Zughair, H. O. (2024). An analytical study of the levels of field intelligence among scout leaders in the Sports and School Activities Department. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.484>
- Khaled, bin M. (2012). *Psychological resilience and its relationship to methods of coping with psychological pressures* [Master's thesis]. Umm Al-Qura University.
- Laila, Mr. F. (2001). *Measurement and testing in physical education*. Al-Kitab Publishing Center.
- 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). <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Muhammad, S. A. (2019). *Scientific Research Methods* (p. 47). Dar Al-Kutub.
- Munther, A.-D. (2007). *Basics of Scientific Research* (p. 120). Dar Al-Masirah.
- Murphy, K. R., & Davidshofer, C. O. (1988). Psychological testing. *Principles, and Applications, Englewood Cliffs*, 18.
- Rashid, M. H. M. (2002). *Statistics in Education* (p. 13). Safa Publishing and Distribution House.

Sami, M. M. (2011). *Measurement and Evaluation in Education and Psychology* (p. 177). Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.

Sanaa, A. Z. H. (2001). *Coercive behavior among middle school students and its relationship to some variables* [Master's thesis]. University of Basra.

Ziad, bin A. bin M. (2010). *Educational Methodological Rules for Building a Questionnaire* (2nd ed, p. 82). Abnaa Al-Jarrah Press.

ملحق (1) مقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين بالصيغة النهائية

الفقرة		الفقرة	
اشعر بالملل من التعليمات الصادرة اليه	25	أتردد بالاستفسار من القادة الآخرين	1
اتمسك بقوانين التعليم والمدرسة شعورا مني بالمسؤولية	26	اشعر بمتعة العمل الكشفية عند مواجهة تحدياته	2
اهتم بقضايا الوطن واساهم بها بكل ما امكن	27	نُستقِر قواي وقدرتي عند حدوث مشكلة في مدرستنا	3
انشغالي بنفسي لم يترك لي وقتا للوقوف بجانب الآخرين	28	ازداد قدرة ومثابرة عندما انجح بحل مشكلة واجهتني	4
الترم بقيم ومبادئ معينة واحافظ عليها	29	ما زال لدي الكثير لأقدمه من إنجازات الى مدرستي	5
اعتقد ان ما يحدث لي من مشكلات نتيجة اخطائي	30	اشعر بقدرتي عندما اكلف من قبل إدارة المدرسة	6
أعتبر ما يدور في المدرسة من احداث مصدر ثقة شخصية	32	ابحث عن ما يفيد لتطوير مهنتي	7
مواظب في مشاركات الأنشطة الرياضية لمدرستنا	33	تأثيري ضعيف في مواجهة ما يحدث لي	8
استطيع التحكم في مجرى الدرس دون اثاره وغضب	34	اعتقد بان لي تأثيرا على القادة الآخرين	9
اتجنب الحكم على الطالب متسرا	35	ارغب بمعرفة ما لا اعرفه ولواجبات الكشفية	10
اتخذ قراري الشخصي بنفسي ولا يملئ عليّ	36	اعتقد بان فشل القائد يعود لأسباب تكمن في شخصيته	11
اشعر بالندم عندما يثيرني احد الطلبة	37	اعتقد ان القائد الذي يؤمن بالحظ لا يعترف بفشله	12
اعتقد ان ترك المشكلة دون حل هروب من الواقع	38	اشعر بالقلق من تغيرات الحياة	13
اجد العذر لمن يخطا بحقي من القادة الآخرين دون قصد	39	أعطيت للمدرسة ما تمكنت من جهد	14
استدرك مشكلات الطلبة قبل حدوثها	40	اعتقد بان الحياة فرص وليس تخطيط وعمل	15
لا استغفر بكلمات يمكن التغاضي عنها	41	اطرح أفكار جديدة تنظم أمور مدرستنا	16
اتضايق من أسئلة بعض الطلبة	42	لدي القناعة بان البعد عن بقية القادة غنيمة	17
اتخرج من أي نقد لي من القادة الآخرين	43	اجعل من الطالب المشاكس هدفا لي بتعديل سلوكه	18
اجد صعوبة في تغيير افكاري وان كانت خاطئة	44	ابادر في أي نشاط يخدم المدرسة او المجتمع	19
اشعر بقلق من حضور المدير او المشرف للصف	45	اعتز بما انجزه من النشاطات المدرسية في اوقاتنا المحددة	20
أكون محبطاً عندما افشل بتحقيق هدف معين	46	استطيع تحقيق اهداف مدرستي رغم وجود العقبات	21

الفقرة		الفقرة
أشعر أن مهنة التدريس سبب تطور قدراتي الشخصية	47	22 لا اضع خطط المستقبل الا بحدود قدرتي على تنفيذها
اعترض وبشدة على أخطاء في مشاركاتنا المدرسية	48	23 اعتقد ان لحياتي هدفا ومعنى أعيش لأجله
		24 انتقبل اعتذار الآخرين بكل رحابة صدر

ملحق (2) سلم التقدير لمقياس الصلابة النفسية لدى القادة الكشفيين بالصيغة النهائية

لا تنطبق علي ابدا	تنطبق علي نادرا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي دائما
1	2	3	4	5



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The Effect of Eight Weeks of French Contrast Method on Strength Endurance for youth Boxers

Abduljaleel Jabbar Naser ¹  

University of Baghdad/College of Physical Education and Sports Sciences ¹

Article information

Article history:

Received 8/10/2024

Accepted 24/11/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Boxing, differentiated training, French method, plyometric



website

Abstract

The study aimed to identify the effect of differentiated training using the French method. The researcher used the experimental method with a single-group design with a pre- and post-test. The researcher selected (7) young boxers who were subjected to training for eight weeks, which consisted of using successive series of four types of exercises: strength exercise with an intensity close to the maximum load, then plyometric exercise in the same direction of movement, then resistance exercise, and finally plyometric exercise with assistance. The results showed significant differences between the pre- and post-tests in favor of the post-tests. Accordingly, the researcher recommended emphasizing the adoption of exercises in the same direction and for the same muscle groups in each training series.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير ثمانية أسابيع من التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية في تحمل القوة للملاكمين الشباب

عبد الجليل جبار ناصر¹  

جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

المخلص

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية، واستعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي، واختار الباحث ملاكمين من فئة الشباب وعددهم (7) ملاكمين طبقت عليهم تدريبات لمدة ثمانية أسابيع تمثلت باستعمال سلاسل متتابعة من أربعة أنواع من التمرينات وهي تمرين قوة بشدة قريبة من الحمل الأقصى ثم تمرين بلايومترك بنفس اتجاه الحركة، ثم تمرين مقاومة وأخيرا تمرين بلايومترك بالمساعدة، وظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية وعليه أوصى الباحث التأكيد على اعتماد تمرينات بنفس الاتجاه ولنفس المجموعات العضلية بكل سلسلة تدريبية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/8

القبول : 2024/11/24

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

ملاكمة، تدريب متباين، طريقة فرنسية، بلايومترك

1. التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تشكل القدرات البدنية احد المرتكزات الرئيسة في تدريبات الملاكمة، لذلك يستمر المدربون في البحث عن طرائق تدريبية مختلفة عن ما هو متعارف عليه، لاسيما تلك الطرائق التي اثبتت فاعليتها في بعض الألعاب، ومن هذه الطرائق ما يطلق عليه التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية، (FCM) The French Contrast Method، والتي تم تطويرها بالأساس من احد مدربي العاب القوى وهو الفرنسي (Long et al., n.d) وهي عبارة تمرينات متوالية من القوة وتمرينات البلايومترك، عن طريق دمج أربعة تمرينات بصورة متتالية وفق الترتيب التالي: تمرين قوة بشدة بالحمل الأقصى او قريبة منه، ثم تمرين بلايومترك بنفس اتجاه الحركة، ثم تمرين مقاومة وأخيرا تمرين بلايومترك بالمساعدة او تعجيل (Salam & Sherif, 2020) ومن خلال اعتمادها على هذه الأنواع الأربعة من التمرينات، فان هذه الطريقة تؤدي الى ان الاستجابة الفسيولوجية للرياضي اعلى من المعتاد مما يجبر العضلة على زيادة قدرتها.

يمثل التباين في شدة التدريب او استراتيجيات التدريب المعتمدة على الارتفاع بالحمل، او استراتيجيات الانخفاض بالحمل، لاسيما اذا تم اجراؤها في وحدة تدريبية واحدة، من الاستراتيجيات المعروفة في التدريب الرياضي، وهذا النوع من التدريبات يسمى بالتدريب المتدرج الشدة، (Abdelkader, 2023a) وقد وضع (Cormier et al., 2022) المصطلحات المستخدمة لوصف التركيبتين من التمرينات، اذ تتضمن هذه التركيبات إنهاء مجموعات التمرينات عالية الحمل أولاً، يليها مجموعات التمرينات منخفضة الحمل، (أي تدريب الانحدار المعقد) Complex contrast training (CCT) أو العكس انتهاء مجموعات التمرينات المنخفضة الحمل أولاً، يليها مجموعات التمرينات العالية الحمل، (أي تدريب الارتفاع المعقد) Complex descending training، اما عندما يتم أداء تمرين عالي الحمل أولاً ثم يتبعه تمرين منخفض الحمل في نمط تبادلي مجموعة بعد مجموعة، يطلق عليه تدريب المتباين الفرنسي.

ويرى (Ahmed & Tantawi, 2021) ان التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية يعد استراتيجيية مؤثرة في القوة العضلية والأداء الحركي، كما انه اقتصادي في الوقت، وهو مفيد في تدريب الفعاليات الرياضية ذات المتطلبات العالية، فضلاً عن تميز هذه الطريقة بتنوع الاحمال، مما يسهم في التأثير المتنوع الفعالية في انتاج القدرة العضلية، مما يؤدي الى جعل هذا النوع من الطرائق مناسب جداً لإدراجه ضمن برامج تدريب الملاكمة، (Al-Saeed & Pain, 2017) اذ ان المتطلبات العالية لرياضة الملاكمة تشكل ارضا خصبة لهذا النوع من التدريبات، وعنصر القدرة العضلية يمثل اهم القدرات الخاصة بالملاكمة، فاللكمة لا يتم احتسابها اذا لم تؤثر في المنافس، ومن ناحية أخرى فان هذه النوع من التدريبات يخدم التحمل الخاص في الملاكمة وتحمل القوة وتحمل السرعة، (Qader, 2023) والتي تمثل عوامل أساسية في تحقيق الفوز، ويلعب تحمل القوة دوراً كبيراً في الأداء ويعرف تحمل القوة بانه قدرة العضلة او مجموعة العضلات في التغلب على مقاومات ذات شدة اعلى من المتوسط واقل من الأقصى ومواجهة هذه المقاومات اثناء الأداء لمدة طويلة نسبياً (Mahmoud, 2020)

ومن خلال كون الباحث مدرباً دولياً ومشرفاً على عدد من فرق الملاكمة ومن خلال متابعته للبطولات المحلية، وجد ان بعض اللاعبين لديهم مشكلة في تشكيلات المجاميع اللكمية، وطريقة توجيهها الى المنافس فضلاً عن ان اللكمات في اثناء أداء المجموعات اللكمية تكون غير مؤثرة، وتؤدي الى ظهور التعب لدى الملاكم، اذ ان الضعف يكمن في الأداء الفعال لتلك المجموعات اللكمية، ويرى الباحث ان هذا القصور في الأداء اللكمي وظهور التعب، ليس سببه قصور في المهارات وانما السبب الحقيقي يكمن في القصور في بعض القدرات البدنية الخاصة بأداء تلك المهارات لاسيما تحمل القوة.

ولهذا السبب هدفت هذه الدراسة الى تطوير تحمل القوة للملاكمين الشباب باستخدام التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية، والتي يتم فيها توجيه التمرينات نحو تطوير هذه القدرة، وبالتالي التأثير الإيجابي على المهارات الحركية بصورة عامة، والمجموعات اللكمية بصورة خاصة.

وقد درس العديد من الباحثين تأثير التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية، اذ درس (Mohamed, 2022) تأثير التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية على تطوير تحمل القدرة العضلية وفاعلية الاداءات الهجومية للاعبي الكيروجي في رياضة التايكوندو، وظهرت نتائج الدراسة ان استخدام هذا النوع من التدريب يؤثر إيجابا في القوة العضلية القصوى والقدرة اللاهوائية والسرعة الحركية والقدرة العضلية، وظهرت نتائج دراسة (Abdel Rahman, 2022) تطورا في القدرات البدنية والمهارات الدفاعية والهجومية للاعبي كرة اليد عن طريق تدريبات باستخدام هذه الطريقة، اما دراسة (Heba, 2021) والتي تناولت تأثير التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية في بعض المتغيرات البدنية ومستوى الاداء على جهاز الحركات الارضية لدى ناشئات الجباز ، وظهرت نتائجها ان هذه الطريقة أسهمت في تحسين القدرات البدنية والتي أدت بدورها الى تطوير المستوى المهاري.

اما دراسة (Welch et al., 2019) والتي تناولت تأثير التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية في القوة القصوى وأداء القفز الى الأعلى، اذ أظهرت نتائج هذه الدراسة وبعد ستة أسابيع من التدريب بهذه الطريقة ان تأثيرها في كتلة الجسم غير معنوي اما تأثيرها المعنوي فقد ظهر في زيادة القوة القصوى في تمرين ثني ومد الركبتين (Squat) وتمرين الرفعة الميتة (Deadlift)، وظهر تأثيرها أيضا على ارتفاع القفز العمودي.

الطريقة والأنوات

لغرض تحقيق اهداف البحث، اختار الباحث المنهج التجريبي كونه يتناسب مع طبيعة المشكلة، اذ ان الغرض من هذه الدراسة هو اثبات فاعلية طريقة التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية في بعض القدرات البدنية الخاصة للملاكمين الشباب.

اختار الباحث عينة من لاعبي نادي الحشد الرياضي للشباب والبالغ عددهم (9) ملاكمين ولم يستطع اثنين من الملاكمين اكمال التزامهم مع الباحث لذلك تم استبعادهما، واقتصرت الدراسة على سبعة ملاكمين فقط. ولغرض التعرف على المستوى الرقمي للقدرات المبحوثة استعمل الباحث الاختبارات الاتية:

1. اختبار تسلسل القوة-السرعة باستمرار (Chwała et al., 2023)

الغرض من الاختبار: قياس التحمل الخاص للملاكمين

الأدوات المطلوبة: ارض مستوية، دمية ملاكمة بطول 150 سم تستند على قاعدة قطرها 60 سم، بساطين صغيرين 30سم × 20 سم.

طريقة الأداء: بعد الاحماء، يقف الملاكم وقفة الاستعداد، وعند بدء الاختبار يبدأ اللاعب بأداء ضغط استناد امامي مرتين ثم يقف ويركض جانبا ليدور حول الدمية ثم يقوم بعمل ضغط استناد امامي ثم يقف ويركض جانبا ليدور حول الدمية ويستمر بأداء تسلسل ضغط ثم الركض جانبا حول الدمية. مدة العمل ثلاث دقائق تكرر ثلاث مرات (ثلاث جولات) يفصل بينها دقيقة واحدة للراحة (شبيهة بنزال الملاكمة).

التسجيل: تحسب عدد التكرارات (ضغط- دوران- ضغط) خلال الدقيقة الأولى والثانية والثالثة ويحسب التكرار صحيحا اذا ادى الملاكم خلال الضغط مرتين كاملتين، مع قياس النبض في نهاية كل جولة.

2. اختبار تحمل القوة للذراعين (Çakmakçı et al., 2019)

اسم الاختبار: الضغط من الاستناد الامامي (Pushups).

الغرض من الاختبار: قياس تحمل القوة للذراعين.

طريقة الأداء: من وضع الاستناد الامامي، والكفين مفتوحتين على الأرض، والمسافة بينهما بنفس عرض الكتاف، والمرفقين ممدودتين، وعدم ثني الركبة او الورك، يبدأ الملائك بثني ومد المرفقين كاملا مع الاحتفاظ بعدم ثني الركبتين والورك.

التسجيل: تسجل كل حركة ثني ومد بالمرفقين ولا تحسب المحاولات غير الكاملة المد.

3. اختبار تحمل القوة للرجلين (Al-Shamkhi & Al-Shamkhi, 2011)

اسم الاختبار: القفز العمودي من وضع القرفصاء في (30 ثانية)

الغرض من الاختبار: قياس تحمل القوة لعضلات الرجلين .

طريقة الأداء: عند البدء ومن وضع القرفصاء (ثني كامل بالركبتين) يقوم المختبر بالقفز عالياً بحيث تمتد الركبتان وتترك القدمان الأرض في كل قفزة، يستمر المختبر لمدة (30 ثانية).

التسجيل: يسجل للمختبر مرات القفز خلال (30 ثانية).

4. اختبار تحمل عضلات الجذع. (Al Shahab et al., 2012)

اسم الاختبار: اختبار الجلوس من الرقود في 60 ثانية.

الغرض من الاختبار: قياس تحمل القوة لعضلات البطن والعضلات القابضة للفخذ.

طريقة الأداء: الرقود على الظهر مع ثني الركبتين، وتثبيت القدمين على الأرض بفتحة مناسبة، مع تشبيك الذراعين على الصدر، وتثبيت الرجلين من الزميل، يقوم الملائك برفع الجذع الى الفخذ ثم يعود ملامسا الأرض وتكرار ذلك لمدة 60 ثانية.

التسجيل: تسجل المحاولات الكاملة.

تطبيق التدريبات:

نظرا لكون التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية، يمثل استراتيجية جديدة نوعا ما لم تالفها عينة البحث، ولم تطبق عليهم سابقا، لذلك قام الباحث باختيار فترة التدريب في الاعداد العام وفترة التدريب في الاعداد الخاص لتكون مجالا زمانيا لتطبيق هذه التمرينات، اذ طبقت التدريبات في الجزء الأول منه في الأسابيع الثلاث الأخيرة من الاعداد العام، اما الجزء الثاني فقد شمل الأسابيع الخمس الأولى من الاعداد الخاص، وبذلك ضمن البحث تعرف عينة البحث على التمرينات، فضلا عن عدم حصول الإصابات المتوقعة من تطبيق الجهد العالي الغير معروف، واعتمد الباحث النقاط الاتية كمعايير لتطبيق التدريبات:

- مدة تنفيذ التمرينات هي (8) أسابيع بواقع وحدتين تدريبيتين (يوما السبت والاربعاء) في الجزء الأول (ثلاث أسابيع في نهاية الاعداد العام)، وثلاث وحدات تدريبية (السبت والاثنين والاربعاء) في الجزء الثاني (خمس أسابيع في بداية الاعداد الخاص).
- بلغ عدد الوحدات التدريبية (21) وحدة تدريبية.
- زمن التمرينات في الوحدات التدريبية تراوح بين (20-45) دقيقة.
- شدة الحمل تراوحت بين (70-85%) من اعلى قوة ولمرة واحدة 1RM في كل تمرين، اما تمرينات المقاومة فتراوحت شدتها بين (30-40%) من اعلى قوة لمرة واحدة 1RM واعتمد الباحث زيادة الحجم على حساب الشدة في الجزء الأول من مدة التطبيق، ثم قام الباحث بزيادة الشدة تدريجيا مع تقليل الحجم نسبيا وفقا للزيادة في الشدة.

نماذج من التمرينات

تمرينات الجزء الأول: مثل تمرينات القوة مثل الدبني (امامي خلفي) للرجلين Squat وتمرين الرفع الميته Deadlift والبنج بريس للصدر والبوش بريس للاكتاف والكيرل للذراعين.

تمرينات الجزء الثاني: مثل تمرينات بلايومترك بنفس اتجاه التمرين الأول فإذا كان التمرين في الجزء الأول خاص بالرجلين يكون التمرين الثاني بنفس الاتجاه مثل تمرين دبني ثم قفز من الصندوق والارتداد، او تمرين بنج بريس يتبعه استقبال كرة طبية من وضع الاستلقاء ثم رميها عاليا.

تمرينات الجزء الثالث: تمرينات مقاومة، مثل قفز بالبار الحديدي على الاكتاف او سحب بكرة او دفع ماكينة. تمرينات الجزء الرابع: تمرينات البلايومترك بالمساعدة (تسريع)، مثلا ثني الركبتين ثم القفز الى الأعلى بمساعدة حبل مطاطي معلق، رفع الرجلين من وضع الاستلقاء بمساعدة الزميل.

وتؤدى هذه التمرينات بصورة متتابعة متسلسلة يفصل بين تمرين واخر راحة قصيرة (10-20) ثانية تمثل مدة الانتقال من تمرين الى اخر، وبعد انتهاء السلسلة تعطى راحة طويلة نسبيا (حوالي 3-5 دقائق).

جدول (1)

نماذج من سلاسل التمرينات

الجزء الأول قوة بشدة عالية	الجزء الثاني بلايومترك بنفس الاتجاه	الجزء الثالث تمرين مقاومة بشدة متوسطة او قليلة	الجزء الرابع بلايو مترك بالمساعدة
دبني خلفي 3-5 تكرار	بلايو صندوق 30 سم	قفز مع الدمبلص	قفز بمساعدة حبل معلق
بنج بريس مستوي 3-5 تكرار	من وضع الاستلقاء على الأرض، استقبال كرة طبية ثم رميها الى الاعلى	ضغط استناد امامي مع صدرية ثقل خفيف	استناد امامي مع ترك الأرض باستخدام جبل مطاطي معلق
باك ارج مصطبة مع ثقل عالي 3-5 تكرار	الانبطاح على المصطبة والرجلين الى الأسفل رفع الرجلين عاليا	رفع الجذع من وضع Situps الاستلقاء	من وضع الاستلقاء رفع الرجلين عاليا بمساعدة حبل مطاطي معلق

وشملت تدريبات فترة الاعداد العام ما يلي:

1. في الأسبوع الأول من تطبيق التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية تم تعريف وشرح طريقة الأداء وباستخدام شدد خفيفة بواقع سلسلة واحدة من التمرينات بتكرار (3) تكرارات لكل تمرين، مع راحة بينية من 30-45 ثانية، وتكرار السلسلة لمرتين يفصل بينهما راحة (4-6) دقائق.
2. وفي الأسبوع الثاني: استخدم الباحث سلسلتين، (اتجاهين) في التدريب، مثلا السلسلة الأولى باتجاه عمل عضلات الرجلين، والسلسلة الثانية باتجاه عضلات الصدر وبشدد متوسطة، ويكون تكرار التمرينات (3) تكرارات لكل تمرين مع راحة بينية من 30-45 ثانية، يفصل بين السلسلتين راحة (4-6) دقائق.
3. وفي الأسبوع الثالث: استخدم الباحث ثلاث سلاسل أي باتجاه ثلاث مجموعات عضلية، ويكون تكرار التمرينات (3) تكرارات لكل تمرين مع راحة بينية من 30-45 ثانية، يفصل بين سلسلة واخرى راحة (4-6) دقائق.

وشملت تدريبات فترة الاعداد الخاص ما يلي:

في الأسبوع الرابع وما بعده فقد استعمل الباحث النماذج الاتية:

1. سلسلة واحدة باتجاه مجموعة عضلية واحدة بتكرار (3-5) تكرارات لكل تمرين يفصل بينها راحة (10-20) ثانية، مع تكرار السلسلة لمرتين او ثلاثة يفصل بينها براحة (3-5) دقيقة بشدد اعلى.
2. سلسلتين باتجاه مجموعتين عضليتين بتكرار (3-5) تكرارات لكل تمرين يفصل بينها راحة (10-20) ثانية، يفصل بين السلسلتين راحة (3-5) دقيقة.
3. ثلاث سلاسل باتجاه ثلاث مجموعات عضلية بتكرار (3-5) تكرارات لكل تمرين يفصل بينها راحة (10-20) ثانية، يفصل بينه سلسلة واخرى راحة (3-5) دقيقة.

نتائج البحث

نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث

جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث

الاختبار		الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
		س	ع	س	ع
تسلسل القوة- السرعة باستمرار	الجولة الأولى	19.857	1.345	27.571	1.272
	الجولة الثانية	19.000	1.633	24.571	0.976
	الجولة الثالثة	18.143	0.900	22.571	1.272
النبض	الجولة الأولى	183.714	4.499	181.571	4.237
	الجولة الثانية	190.714	1.254	186.714	3.904
	الجولة الثالثة	192.714	1.254	189.429	1.272
تحمل القوة للذراعين		20.000	1.155	24.429	1.134
تحمل القوة للرجلين		15.143	0.900	17.000	0.816
تحمل القوة للبطن		42.286	1.704	47.571	1.718

نتائج اختبار الفروق بين الأوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث

جدول (3)

يبين اختبار الفروق بين الأوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث

الاختبار		ف	ف ه	قيمة t	المعنوية	الدلالة
تسلسل القوة- السرعة باستمرار	الجولة الأولى	7.714	0.918	8.399	0.000	معنوية
	الجولة الثانية	5.571	0.751	7.415	0.000	معنوية
	الجولة الثالثة	4.429	0.481	9.208	0.000	معنوية
النبض	الجولة الأولى	2.143	0.404	5.303	0.002	معنوية
	الجولة الثانية	4.000	1.447	2.763	0.033	معنوية
	الجولة الثالثة	3.286	0.184	17.816	0.000	معنوية
تحمل القوة للذراعين		4.429	0.649	6.819	0.000	معنوية
تحمل القوة للرجلين		1.857	0.340	5.461	0.002	معنوية
تحمل القوة للبطن		5.286	1.190	4.444	0.004	معنوية

تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (6).

مناقشة النتائج

لغرض إيجاد الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية، قام الباحث باستعمال الحقيبة الإحصائية SPSS لاستخراج نتيجة T-Test للعينات المرتبطة، إذ أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث، وبالعودة الى جدول (1) نجد ان قيم الوسط الحسابي للاختبار البعدي كان اكبر من قيم الوسط الحسابي للاختبار القبلي في اختبارات تسلسل القوة-السرعة باستمرار، و تحمل القوة للذراعين، وتحمل القوة للرجلين وتحمل القوة للبطن، مما يدل على ان النتائج في هذه الاختبارات تفسر لصالح الاختبار البعدي، اما اختبار قياس النبض، فقد كانت الأوساط الحسابية للاختبار البعدي اقل من الاختبار القبلي وفقا لمتطلبات هذا الاختبار والذي يعكس تطور العينة في هذا الاختبار، وان النتائج تفسر لصالح الاختبار البعدي أيضا.

ويعزو الباحث ذلك التطور الى استعمال التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية، والذي كان له الأثر الإيجابي في تطوير تحمل القوة لدى الملاكمين من افراد عينة البحث، (Abdelkader, 2022) إذ تعد القدرة على اخراج القوة المتكررة ولمدد طويلة، من العلامات الواضحة للملاكم الجيد، فمن اجل تحقيق الفوز على الملاكم الاستمرار باللكم على طول مدة الجولة البالغة ثلاث دقائق، بشرط ان تكون الكلمات مؤثرة، وهذا الشرط يتحقق من خلال عدة معايير منها دقة اللكم وسرعة اللكم، والعامل الحاسم هنا هو ان تكون الكلمة مؤثرة، أي تؤدي بقوة، ويرى (Hernández-Preciado et al., 2018) ان التدريب بهذه الطريقة يزيد من إمكانية الرياضي بالأداء القوي لممد زمنية اطول، وهي من الاستراتيجيات الفعالة في تحسين العمل البدني للألعاب الرياضية التي تتطلب مستوى عال من القوة والقدرة العضلية، ويرى الباحث ان أداء الملاكم يتأثر بسبب التعب العضلي، نتيجة لطول مدة الجولة فضلا عن النزال بصورة عامة، وهذا الامر يؤدي الى زيادة الاحتياج الى انتاج قوة مستمرة، ومن هنا فان التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية يشكل احد الاستراتيجيات الهامة في هذا المجال، إذ ان الانتقالات بين التمرينات بالقوة القصوى عن طريق التغلب على مقاومة بالحمل الأقصى، ثم الانتقال الى تمرين بلايوتري بنفس المسار الحركي، وبعدها تمرين مقاومة اخر، ثم تمرين بلايومتري اخر (Abdelkader, 2023b)، وهذه التشكيلة من التمرينات، لها وقعها الكبير على الناحية الفسيولوجية للعضلة، فالتكيفات العضلية تظهر نتيجة للأحمال التدريبية الصحيحة، والتدريبات التي طبقها الباحث على عينة البحث، شملت مجموعة تمرينات متكاملة استهدفت التأثير المباشر في العضلة، مع التركيز على الاعتبارات الهامة الأخرى، منها مدة الراحة والتي تناسب هذا المجهود، ووفقا لطبيعة العمل وشدة الأداء. (Yaseen & Alsaeed, 2022)

ان التمرينات التي طبقت على عينة البحث، اشتملت تطوير القوة القصوى، والتي تعد الأساس لجميع أنواع القوة الأخرى، فضلا عن التمرينات البلايومترية والتي يتجه فيها التدريب الى تطوير القدرة التي أساسها القوة والسرعة، وان تكرار تلك المقاومات، يعد السبب الرئيس لتطوير تحمل القوة، ويرى (Granacher et al., 2016) انه يمكن تحسين الأداء الرياضي الطويل باستعمال طرائق تدريب مقاومة مختلفة عبر القوة-السرعة، والتي تستهدف تكيفات عصبية عضلية متعددة. ويذكر (McGuigan et al., 2012) انه على سبيل المثال، يركز تدريب المقاومة الثقيلة بشكل أساسي على تطوير القوة القصوى وعلى العكس من ذلك، يضمن التدريب البلايومتري قدرة الجسم على مقاومة حمل خارجي بشكل متفجر.

ومن ناحية أخرى فان من مميزات التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية (FCM) انها لا تحتاج وقت طويل لملاحظة التحسينات في الاداء البدني،

وينقل (Abdel Mohsen, 2024) عن Cal Dietz & Ben Peterson ان التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية يعمل على استثارة المستشعرات في العضلات مما ينتج عنه توترات عالية في الوحدات الحركية مما يؤدي الى

استثارة وحدات حركية أخرى تشارك في العمل مما تزيد من القوة الناتجة، كما ان تطبيق تمارينات البلايومترك مع تمارينات القوة القصوية يؤدي الى تعظيم انتاج القوة في الاتجاه المطلوب، ويتفق ذلك مع (Spinetti et al., 2018) الذي اكد على ان التأثير في البنية الأساسية للألياف العضلية والتي تحدث نتيجة لدورة الاطالة والتقصير، هي من نتائج الانتقالات بين تمارينات القوة والبلايومترك ومن ثم المقاومة والبلايومترك، وان الزيادة في تجنيد الوحدات الحركية ينتج من خلال الاحمال الثقيلة في التمرين الأول وتنتج أيضا من التمرين الثاني نتيجة للحركات العالية الكثافة القصيرة الأمد، ويذكر (Tillin & Bishop, 2009) ان الزيادة في تجنيد الوحدات الحركية والانقباضات العضلية الشديدة ينتج عنها زيادة في حساسية خيوط الاكتين والمايوسين للكالسيوم، وهذا الامر يؤدي الى خلق انقباضات اقوى، من خلال الاستجابات الانشط للكالسيوم الذي ينطلق في اثناء الانقباضات العضلية المتكررة، ولا يقتصر الامر على التكيفات الكيميائية فقط بل ان الإفادة تكون من زيادة القوة بعد التنشيط او ما يطلق عليها (PAP) Post Activation Potentiation وان التدريب المتباين بالطريقة الفرنسية يعد هو احد الوسائل المثالية لتحقيق التنشيط، الذي هو مهم لتطوير نظام الطاقة اللاهوائي فضلا عن تطوير التحمل العضلي، وتحمل القوة والتي هي أساس الاستمرار بالمنافسة.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في ملاكمين من فئة الشباب وعددهم (7) ملاكمين

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

عبد الجليل جبار ناصر <https://orcid.org/0000-0002-7144-6291>

References

- Abdel Mohsen, J. N. M. (2024). The effect of French–method contrast training on muscle fiber specific differentiation protein, some physical abilities, and the digital level of the 110m hurdles competition. *Scientific Journal of Applied Research in the Sports Field*, 155–175.
- Abdel Rahman, R. A. B. (2022). The effect of a French–style differentiated training program on the level of some physical abilities and defensive and offensive skills of handball players. *Assiut Journal of Physical Education Sciences and Arts*, 63(1), 341–366.
- Abdelkader, A. K. (2022). The Effect of Integrated Electronic Mental Maps in Teaching Some Grips in The Wrestling Game. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 32(2).
- Abdelkader, A. K. (2023a). The Effect of Karen’s Model on Teaching Some Grips in Wrestling for Students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 323–336. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.382>
- Abdelkader, A. K. (2023b). The effect of the strategy of thinking, pairing and participating in teaching some grips in the wrestling game for students. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 15(57).
- Ahmed, E.–S. E.–Z., & Tantawi, H. M. (2021). The effect of French–method contrast training on developing vertical resistance coefficients and performance level of the skill of jumping with rotation for kata players in karate. *Assiut Journal of Physical Education Sciences and Arts*, 57(3), 1070–1103.
- Al Shahab, N. T., Hussain, H. J., & Yateem, M. H. (2012). *Physical Tests. Manama*. Bahrain Olympic Committee.
- 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–Shamkhi, A. Y., & Al–Shamkhi, S. Y. (2011). The effect of anaerobic exercises on the development of strength and speed endurance among young handball players. *Journal of Physical Education Sciences*, 8(1).
- Çakmakçı, E., Tatlıcı, A., Kahraman, S., Yılmaz, S., Ünsal, B., & Özkaymakoglu, C. (2019). Does once–a–week boxing training improve strength and reaction time? *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences*, 88–92. <https://doi.org/10.18826/useeabd.552086>
- Chwała, W., Wąsacz, W., & Rydzik, Ł. (2023). Special boxing fitness test: validation procedure. *Arch Budo Sci Martial Arts Extreme Sports*, 19, 41–50.

- Cormier, P., Freitas, T. T., Loturco, I., Turner, A., Virgile, A., Haff, G. G., Blazevich, A. J., Agar-Newman, D., Henneberry, M., Baker, D. G., McGuigan, M., Alcaraz, P. E., & Bishop, C. (2022). Within Session Exercise Sequencing During Programming for Complex Training: Historical Perspectives, Terminology, and Training Considerations. *Sports Medicine*, 52(10), 2371–2389. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01715-x>
- Granacher, U., Lesinski, M., Büsch, D., Muehlbauer, T., Prieske, O., Puta, C., Gollhofer, A., & Behm, D. G. (2016). Effects of Resistance Training in Youth Athletes on Muscular Fitness and Athletic Performance: A Conceptual Model for Long-Term Athlete Development. *Frontiers in Physiology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fphys.2016.00164>
- Heba, M. A. M. (2021). The effect of differentiated training using the French method on some physical variables and performance level on the floor movements apparatus for female gymnasts. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 26(12).
- Hernández-Preciado, J. A., Baz, E., Balsalobre-Fernández, C., Marchante, D., & Santos-Concejero, J. (2018). Potentiation Effects of the French Contrast Method on Vertical Jumping Ability. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 32(7), 1909–1914. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002437>
- Long, M., Fee, C., & Taber, C. (n.d.). *The French Contrast Method–Theory and Application*.
- Mahmoud, R. (2020). The effect of developing strength endurance on some physiological variables of swimmers. *Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 24(8), 46–56. <https://doi.org/10.21608/sjes.2020.261522>
- McGuigan, M. R., Wright, G. A., & Fleck, S. J. (2012). Strength Training for Athletes: Does It Really Help Sports Performance? *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 7(1), 2–5. <https://doi.org/10.1123/ijsp.7.1.2>
- Mohamed, A.-J. M. (2022). The effect of French-method contrast training on developing muscular endurance and the effectiveness of offensive performances of Kyorogi players in Taekwondo. *Assiut Journal of Physical Education Sciences and Arts*, 62(3), 1163–1188.
- Qader, A. K. A. (2023). The effect of using micro-education in teaching some grips in the wrestling game for students. *Misan Journal for Physical Education Sciences*, 27(27).
- Salam, M. B., & Sherif, S. (2020). EFFECT OF FRENCH CONTRAST TRAINING ON BONE MINERAL DENSITY AND COMPLEX SKILLS PERFORMANCE FOR SOCCER PLAYERS. *Ovidius University Annals, Series Physical Education & Sport/Science, Movement & Health*, 20(2).
- Spinetti, J., Figueiredo, T., Willardson, J., Bastos de Oliveira, V., Assis, M., Fernandes de Oliveira, L., Miranda, H., Machado de Ribeiro Reis, V. M., & Simão, R. (2018).

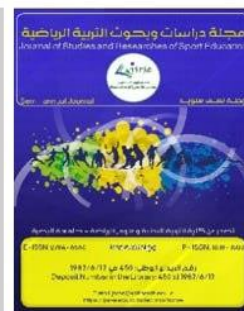
Comparison between traditional strength training and complex contrast training on soccer players. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 59(1).
<https://doi.org/10.23736/S0022-4707.18.07934-3>

- Tillin, N. A., & Bishop, D. (2009). Factors modulating post-activation potentiation and its effect on performance of subsequent explosive activities. *Sports Medicine*, 39, 147–166.
- Welch, M. L., Lopatofsky, E. T., Morris, J. R., & Taber, C. B. (2019). *Effects of the french contrast method on maximum strength and vertical jumping performance*.
- Yaseen, S., & Alsaeed, 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. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions-RJAI*, 3(5).



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Organizational identity of members of the Iraqi National Olympic Sports Federations Committees

Mohammed Abdul Jabbar Yahya¹ 

Al Noor University¹

University of Mosul/ College of Physical Education and Sports Sciences²

Riyadh Ahmed Ismail² 

Article information

Article history:

Received 2/12/2024

Accepted 26/12/2024

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

Organizational identity, sports
federations, Iraqi national,
management and organization

Abstract

The current research aims to adapt the organizational identity questionnaire for members of committees in Iraqi national sports federations. The researcher used the descriptive approach with the survey method for its suitability and the nature of the current research, while the research community consisted of (27) Olympic federations and (659) committee members affiliated with the Olympic federations for the season (2023–2024) who represent members of the working committees, and the total sample consisted of (406 members). The researchers concluded the validity of the organizational identity questionnaire for members of committees in Iraqi national sports federations. Accordingly, the researchers recommended strengthening the organizational identity among members of the working committees in the Olympic federations by spreading positive values among committee members such as loyalty, dedication and sincerity in work



website



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



الهوية التنظيمية لدى اعضاء لجان الاتحادات الرياضية الأولمبية الوطنية العراقية

رياض احمد اسماعيل²

جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

محمد عبد الجبار يحيى¹

جامعة النور¹

المخلص

يهدف البحث الحالي الى تكييف استبيان الهوية التنظيمية لأعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية. استعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث الحالي ، فيما تكون مجتمع البحث ، من (27) اتحاداً أولمبي وبعدد (659) عضو لجنة تابع للاتحادات الاولمبية للموسم (2023 – 2024) وهم يمثلون أعضاء اللجان العاملة ، وتكونت العينة الكلية من (406 عضواً) واستنتج الباحثان صلاحية استبيان الهوية التنظيمية لأعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية وعليه أوصى الباحثان تدعيم الهوية التنظيمية لدى اعضاء اللجان العاملة في الاتحادات الأولمبية من خلال نشر القيم الإيجابية بين أعضاء اللجان مثل الولاء والتفاني والإخلاص في العمل

معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام : 2024/12/2

القبول: 2024/12/26

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية:

الهوية التنظيمية ، الاتحادات الرياضية ، الوطنية العراقية ، إدارة وتنظيم

1-التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

ارتبط تطور الرياضة بتطور تنظيمها وتشكيل المؤسسات والهيئات المختصة لرعايتها وإدارة شؤونها وعلى رأسها اللجنة الأولمبية والبارالمبية التي تضم الاتحادات الرياضية الدولية للالعاب المختلفة والتي بدورها تدير الاتحادات الوطنية في دول العالم.

وتعد الاتحادات الرياضية الوطنية الراعي الرسمي والرئيسي المسؤول عن تطوير اللعبة التي يختص بها وفي كافة جوانبها البشرية إداريا وفنيا وتحكيميا والتنظيمية والمادية والمالية لذلك تحرص هذه الاتحادات على استقطاب افضل الكفاءات للعمل فيها وتهتم باستدامة تنمية جميع موارده للوصول الى الاهداف المرجوة في التميز بالاداء والتفوق بالنتائج الرياضية. وبالنظر الى تعدد مسؤوليات هذه الاتحادات وتوسع واجباتها اتبعت عدة مبادئ وتقسيمات تنظيمية تعينها على تحقيق اهدافها كمبادئ تقسيم العمل والتخصص ووحدة القيادة والنطاق المناسب للإشراف وتقويض السلطات؛ كما استعانت بتنظيم اللجان وفقا لهذه المبادئ وبالعديد الذي يتلائم مع حاجتها وكذلك اعتنت باختيار رؤساء هذه اللجان واعضاءها لمعاونتها على تنظيم برامجها وحسن إدارة انشطتها. (Hamed & Ahmed, 2023)

فالهوية التنظيمية وفق عبارة عن خصائص فريدة من نوعها تميز المؤسسة عن غيرها وتلعب الإدارة دورا كبيرا في تحديد معالمها امام الفاعلين داخل المؤسسة، وهذا ينمي ويقوي مستوى الاندماج والانتماء لديهم لتأتي سلوكياتهم متطابقة مع الممارسات الميدانية مما يؤدي الى تعزيز خصائص الافراد، "الهوية التنظيمية من المواضيع التي نالت اهتمام الباحثين في مجال الادارة والتنظيم، لدورها الفاعل في صياغة معايير ناظمة للتصرفات الفردية والجماعية في المؤسسة من خلال غرس القيم الجوهرية والمعتقدات والافكار المحددة لسلوك العاملين والموجه لهم". (Kashkosha, 2022) عليه تبرز اهمية هذه الدراسة في الآتي:-

١. تعد من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الهوية التنظيمية في المجال الرياضي وفي مجال عمل الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية.

٢. رفد المكتبة الإدارية الرياضية باطار نظري للهوية التنظيمية.

٣. التوجه بتطبيق البحوث الإدارية على عينة اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية والتي تعد احدى اهم عوامل نجاح الاداء الإداري والفني. وتحقيق الاهداف المنشودة في التطور الرياضي.

4. امكانية استفادة الباحثين من موضوع هذه الدراسة من خلال تطبيقها على عينات رياضية اخرى او ربطها بمواضيع ادارية اخرى مناسبة.

1-2 مشكلة البحث

ان الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية تمارس مهامها وتقيم انشطتها في ظل صعوبات عمل ومعوقات تنفيذ متعددة ناتجة عن عدة مسببات يأتي في مقدمتها ضعف توظيف مبادئ واساليب الادارة الحديثة في قيادتها وتنظيم عملها الامر الذي يؤدي إلى هبوط الاداء الإداري وتفاقم مشكلات العمل وارتفاع مستوى ضغوطاته وأثاره السلبية على الاعضاء وعلى جميع الوحدات التي يضمها الاتحاد ومنها اللجان ، وان اللجان المعاونة احدى اهم التقسيمات التي تنشأ الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية لتتولى تنفيذ مهام دائمة فيها لذا فهي تشكل اذرع عملها ومصدر برمجة خططها ودعم مواردها من خلال ما يمتلكه رؤساؤها من خبرات وقدرات قيادية تساعد في تلبية الاحتياجات النفسية للاعضاء وسد الثغرات التنظيمية، وبما يحمله هؤلاء الاعضاء من هوية تنظيمية تعكس تماثل اهدافهم وقيمهم مع اهداف وقيم الاتحاد وتدل على فخرهم بالعمل فيه وتظهر مستوى الاحترام المتبادل بين الطرفين.

ونظرا لعدم وجود دراسات (وعلى حد علم الباحثان) بحثت ما يمتلكه اعضاءها من ابعاد الهوية التنظيمية مما ولد غموض حول مستويات هذه المفاهيم الإدارية في لجان الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية ، وضرورة الوقوف على النقاط التي تكون عائقاً امام تعزيز النواحي الإيجابية التي تسهم في جعل الفرد يسعى للاعتزاز والانتماء الى المنظمة التي ينتمي اليها.

لذا فان مشكلة البحث تتركز في التساؤل الاتي:-

1- هل يتمتع أعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية بهوية تنظيمية؟

3-1 هدف البحث:

1- تكييف استبيان الهوية التنظيمية لأعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية.

2- التعرف على مستوى الهوية التنظيمية لدى أعضاء اللجان في الاتحادات الأولمبية الرياضية الوطنية العراقية.

4-1 مجالات البحث

1- المجال البشري:- أعضاء لجان الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية.

2- المجال المكاني:- مقرات الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية في بغداد.

3- المجال الزمني:- 2024/1/8 - ولغاية 2024/11/26.

5-1 تحديد المصطلحات

1-5-1 الهوية التنظيمية

تعرف بانها شعور أعضاء المنظمة باحترام الذات والفخر والانتماء والإحساس بالاندماج والتوحد مع المنظمة، بما ينعكس بالمزيد من الاستعداد للتفاني في العمل وبذل الجهد لتحقيق الأهداف وأيضاً شعورهم بتقدير المنظمة لجهودهم. (Kashkosh, 2022)

وكذلك يعرفها الباحثان بانها تلك العملية التي يصبح بواسطتها الفرد مندمج بالعمل وتشتمل على جميع عمليات تطوير المهارات والقدرات الخاصة بالعمل واكتساب مجموعة من انماط السلوك التي تتناسب مع العمل وينتج عنها عملية التكيف مع معايير وقيم جماعة العمل.

2-إجراءات البحث

2-1 منهج البحث

استعمل الباحثان المنهج الوصفي الذي "يهتم بجمع أوصاف علمية دقيقة للظاهرة المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره" (Haider, 2015)

إذ استعمل الباحثان الأسلوب المسحي ، والعلاقات الارتباطية لملاءمته وطبيعة البحث الحالي "إذ يتمثل الأسلوب المسحي في جمع البيانات والمعلومات عن متغيرات قليلة لعدد كبير من الافراد بشكل تفصيلي ودقيق" (Alian & Ghanem, 2010)

2-2 مجتمع البحث وعيناته

2-2-1 مجتمع البحث

"يقصد بمجتمع البحث جميع العناصر أو الأشخاص أو الافراد سواء كانت أهداف أو موضوعات أو أفراد نرغب ان تعمم نتائج الدراسة عليهم والذين يمثلون مشكلة البحث" .

إذ قام الباحثان بالتواصل مع اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية لمعرفة حجم المجتمع الكلي، والمكون من (27) اتحاداً أولمبي وبعده (659) عضو لجنة تابع للاتحادات الأولمبية للموسم (2023 - 2024) وهم يمثلون أعضاء اللجان العاملة وهم يمثلون جميع الاتحادات المنضوية داخل اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية عدا اتحاد الهوكي لأنه اتحاد جديد لم يشكل لجان عاملة . يوضح كتب تسهيل مهمة الباحثان..، والجدول (1) يبين مجتمع البحث :

جدول (1)

يبين مجتمع البحث (عدد اللجان العاملة وعدد الأعضاء في الاتحادات الرياضية الأولمبية الوطنية)

ت	اسم الاتحاد	عدد اللجان الدائمة	عدد الاعضاء
1	الاتحاد المركزي للملاكمة	13	32
2	الاتحاد المركزي للدراجات	11	25
3	الاتحاد المركزي للمصارعة	6	16
4	الاتحاد المركزي للفروسية	7	16
5	الاتحاد المركزي للتجديف	9	18
6	الاتحاد المركزي لكرة اليد	12	26
7	الاتحاد المركزي للركبي	10	20
8	الاتحاد المركزي للفرس والسهم	13	38
9	الاتحاد المركزي للريشة الطائرة	11	24
10	الاتحاد المركزي للتايكواندو	7	34
11	الاتحاد المركزي للجودو	9	31
12	الاتحاد المركزي لكرة السلة	13	48
13	الاتحاد المركزي للكانوي	10	20
14	الاتحاد المركزي للرماية	10	29
15	الاتحاد المركزي للكونف	11	22
16	الاتحاد المركزي لكرة الطائرة	14	44
17	الاتحاد المركزي للاتصال	5	19
18	الاتحاد المركزي لتنس الطاولة	5	12
19	الاتحاد المركزي للثلاثي	4	4
20	الاتحاد المركزي للجيمباز	11	30
21	الاتحاد المركزي لألعاب القوى	19	39
22	الاتحاد المركزي للتنس	11	22
23	الاتحاد المركزي للألعاب المائية	11	22
24	الاتحاد المركزي للشراع	7	14
25	الاتحاد المركزي للمبارزة والخماسي الحديث	6	12
26	الاتحاد المركزي لكرة القدم	14	42
27	الاتحاد المركزي للهوكي	0	0
	المجموع	245	659

2-2-2 عينات البحث

، وتكونت العينة الكلية من (400 عضوا) بنسبة بلغت (60.698%) من المجتمع الأصلي وقسمت على ثلاث عينات تحقق متطلبات الدراسة ، إذ اعتمد تقسيم نوع العينات على وفق أسس علمية تتلاءم مع مشكلة البحث لتكون منسجمة مع الظاهرة المدروسة ، كما في الجدول (2) وقسمت حسب الآتي:

1-2-2-2 العينة الاستطلاعية

تكونت العينة الاستطلاعية من (14) عضوا بنسبة (3.5%) إذ تم اختيارها عشوائياً من عينة البحث إذا قام الباحثان بتجريب أدوات البحث.

3-2-2-2 عينة التكيف (عينة التحليل الإحصائي للمقياس):

تكونت عينة الاعداد من (228) عضواً، بنسبة (56.157%) منهم (188) عضو لجنة اتحاد عينة الاتساق الداخلي بنسبة (46.30%) و (40) عضو لجنة كعينة للثبات بنسبة (9.85%) . إذا تم اختيارهم عشوائياً من المجتمع الكلي، وقام الباحثان بأعداد المقياس

3-2-2-2 عينة التطبيق:

تكونت عينة التطبيق من (158) عضواً بنسبة (38.91%) إذا تم اختيارها من المجتمع الكلي، وقام الباحثان بتطبيق المقياس.

جدول (2)

يبين عينات البحث

ت	الاتحادات الرياضية الأولمبية	المجتمع	عينة الاعداد الموزعة	عينة الاعداد المستلمة	عينة التطبيق الموزعة	عينة التطبيق المستلمة	عينة التجربة الاستطلاعية
1	الاتحاد المركزي للملاكمة	32	20	11	11	9	2
2	الاتحاد المركزي للدرجات	25	15	13	9	4	1
3	الاتحاد المركزي للمصارعة	16	10	6	5	2	1
4	الاتحاد المركزي للفروسية	16	11	4	4	2	1
5	الاتحاد المركزي للتجديف	18	13	5	4	2	2
6	الاتحاد المركزي لكرة اليد	26	12	8	13	8	1
7	الاتحاد المركزي للركبي	20	14	9	6	5	1
8	الاتحاد المركزي للقوس والسهم	38	25	8	12	9	0
9	الاتحاد المركزي للريشة الطائرة	24	16	12	8	5	1
10	الاتحاد المركزي للتايكواندو	34	25	13	9	4	1
11	الاتحاد المركزي للجودو	31	18	12	12	8	1
12	الاتحاد المركزي لكرة السلة	48	31	13	16	9	2
13	الاتحاد المركزي للكانوي	20	14	9	6	4	1
14	الاتحاد المركزي للرماية	29	15	8	12	8	0
15	الاتحاد المركزي للكولف	22	14	7	8	6	1
16	الاتحاد المركزي لكرة الطائرة	44	33	16	9	6	0
17	الاتحاد المركزي للاتصال	19	12	6	7	5	0
18	الاتحاد المركزي لتنس الطاولة	12	6	4	6	4	1
19	الاتحاد المركزي للثلاثي	4	2	2	2	1	1
20	الاتحاد المركزي للجيمباز	30	12	8	16	11	0
21	الاتحاد المركزي لالعاب القوى	39	14	7	20	14	0
22	الاتحاد المركزي للتنس	22	18	12	4	3	1
23	الاتحاد المركزي للألعاب المائية	22	16	13	6	4	0
24	الاتحاد المركزي للشراع	14	8	6	6	3	0
25	الاتحاد المركزي للمبارزة والخماسي الحديث	12	6	4	6	4	0
26	الاتحاد المركزي لكرة القدم	42	20	12	22	18	1
27	الاتحاد المركزي للهوكي	0	0	0	0	0	0
المجموع		659	400	228	239	158	20

2-3 أدوات البحث:

- تحقيق لأهداف البحث تطلب الأمر ، تكييف مقياس الهوية التنظيمية ، و أشار كل من (Allen & Yen, 2001) إلى أن عملية اعداد أي مقياس تمر بأربع مراحل هي :
- التخطيط للمقياس وذلك بتحديد المجالات التي تغطي فقراته .
 - صياغة فقرات كل مجال .
 - تطبيق الفقرات على عينة ممثلة لمجتمع البحث .
 - إجراء تحليل لفقرات المقياس (Allen & Yen, 2001) وكالاتي :

2-3-1 خطوات تكييف مقياس الهوية التنظيمية

لغرض تكييف مقياس الهوية التنظيمية قام الباحثان بالإجراءات العلمية الآتية:

بعد تحليل الدراسات ذات العلاقة بمفهوم الهوية التنظيمية توصل الباحثان الى الرؤيتين التاليتين والتي استطاع الحصول عليها بعد اجراء مسح للدراسات المتعلقة بالهوية التنظيمية وهما كالاتي :-

أولاً:- دراسة (Kashkosha, 2022) ((أثر القيادة المستتيرة في دعم الهوية التنظيمية بالتطبيق على العاملين بالشركة القابضة للتأمين))، والتي اعتمدت هذه الدراسة على تصميم استبيان للهوية التنظيمية وفق ثلاثة ابعاد هي (التماثل، الفخر، الاحترام) يتضمن (18) عبارة موزعة بواقع (6) عبارات لكل بعد، وتتم الاجابة عليها وفق مقياس ليكرت الخماسي (متوفرة بدرجة كبيرة جداً، متوفرة بدرجة كبيرة، محايد، غير متوفرة، غير متوفرة على الاطلاق) وبأوزان (1-2-3-4-5) ، ويتمتع هذا الاستبيان بمعاملات صدق وثبات عالية فضلاً عن تطبيقه في البيئة العربية وحداثته وتوافقه مع تعريفات الهوية التنظيمية الجديدة المتمحورة حول انعكاس هذه الهوية في درجة التطابق والتماثل للعضو مع منظمته وحقيقة شعوره بالفخر بالعمل فيها ومستوى الاحترام والتقدير الذي يحصل عليه.

ثانياً:- دراسات (Abdel Fattah & Abu Seif, 2006) (Abdul-Latif & Jawda, 2010)

اعتمدت هذه الدراسات على استبيان الهوية التنظيمية وفق ثلاثة ابعاد وهي (السمات المركزية للمنظمة، السمات المتفردة للمنظمة، استمرارية هذه السمات) ويتضمن (16) عبارة موزعة بواقع (5،5،6) عبارة على التوالي وتتم الاجابة عليها وفق مقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق اطلاقاً) وبأوزان (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي، ويتمتع هذا الاستبيان بمعاملات صدق وثبات عالية فضلاً عن تطبيقه في البيئة العربية والعراقية ، والمتمحور حول فهم اعضاء الاتحاد الجماعي للسمات الاكثر جوهرية او مركزية في الاتحاد التي تميزها عن غيرها مع اتصاف هذه السمات بالاستمرارية.

2-3-1-1 الصدق الظاهري

قام الباحثان بعرض الرؤيتين على شكل استبيان ملحق (2) السادة الخبراء والمختصين في مجال الإدارة والتنظيم الملحق (1) لغرض اختيار الاستبيان الذي يلائم الدراسة الحالية وطلب منهم ابداء آرائهم حول الاستبيان ومدى قدرته على قياس الهوية التنظيمية ، ثم تم بعد جمع الاستثمارات من السادة الخبراء والمختصين و تفرغها استخراج الصدق الظاهري تحصلت الاستبيان (Kashkosha, 2022) ذو الابعاد (التماثل، الفخر، الاحترام) على اتفاق (13) خبير من اصل (15) بنسبة اتفاق (86.66%) وتحصل الاستبيان ذو الابعاد (وفق ثلاثة ابعاد وهي (السمات المركزية للمنظمة، السمات المتفردة للمنظمة، استمرارية هذه السمات) على اتفاق (2) من الخبراء من اصل (15) خبير بنسبة اتفاق (13.33%) وبذلك استقر الباحثان على الاستبيان المعد من قبل (Kashkosha, 2022) ذو الابعاد (التماثل، الفخر، الاحترام)) (وبالبلغ عدد فقراته (18) فقرة ، إذ يشير (بلوم و آخرون 1983) الى أنه يمكن الاعتماد على موافقة آراء الخبراء و المحكمين بنسبة (75%)

(في مثل هذا النوع من الصدق "، (بلوم و آخرون ، 1983 ، 126) ، علما بأن الباحثان قام بتغيير كلمة (الاتحاد) في الاستبيان الاول، الى عبارة (الاتحاد الرياضي الوطني) ليتلاءم ذلك مع مكان عمل اعضاء اللجان العاملة في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية .

2-1-3-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية للمدة 7-8 / 11 / 2024 الموافق يوم الاثنين على عينة عشوائية تألفت من (20) عضو لجنة. وكان الهدف من هذا الإجراء هو التحقق من وضوح الفقرات والتعليمات ومدى ملاءمة بدائل الإجابة وتحديد الزمن الذي يتم استغراقه للإجابة على فقرات الاستبيان، إذ طلب منهم الإجابة بدقة وموضوعية وإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مضمون الفقرات معنأً وصياغة أو وجود أي صعوبة في فهمها لغوياً، وقد تبين أن التعليمات والفقرات واضحة ومفهومة لدى عينة البحث فضلاً عن ملاءمة بدائل الاستجابة، وبلغ متوسط زمن الاستجابة على استبيان الهوية التنظيمية (15) دقيقة.

2-1-3-3 صدق الاتساق الداخلي

تطلب من الباحثان العمل بهذه الاجراءات للتأكد من صلاحية فقرات المقياس احصائياً ، إذ قام الباحثان بالتحقق من الاتساق الداخلي للفقرات بإجراء مصفوفة ارتباط لدرجات المقياس (18) فقرة ملحق (11) مع الدرجة الكلية للمقياس لعينة الاعداد التي بلغت (188) عضو لجنة اتحاد اولمبي، والجدول (3) يبين معاملات الاتساق الداخلي لفقرات استبيان خصائص فرق العمل.

جدول (3)

يبين معامل الاتساق الداخلي لفقرات استبيان الهوية التنظيمية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	قيم (sig)	رقم الفقرة	معامل الارتباط	قيم (sig)
1	0,342	0.002	11	0,432	0.000
2	0,364	0.002	12	0,483	0.000
3	0,435	0.000	13	0,512	0.000
4	0,521	0.000	14	0,465	0.000
5	0,402	0.000	15	0,381	0.002
6	0,330	0.002	16	0,543	0.000
7	0,482	0.000	17	0,459	0.000
8	0,285	0.006	18	0,278	0.006
9	0,488	0.000			
10	0,534	0.000			

*معنوي عند نسبة خطأ أقل او يساوي (0.05)

من الجدول (3) تبين ان جميع الفقرات تتميز بصدق الاتساق الداخلي لكون قيمة (sig) لها كانت اصغر من (0.05)، وبهذا يتألف المقياس بصورته النهائية من (18) فقرة لغرض استخدامه على عينة التطبيق ملحق (3) .

2-1-3-4 ثبات استبيان الهوية التنظيمية

قام الباحثان بالتحقق من ثبات الاستبيان بصورته النهائية بعد التحقق من الصدق الظاهري و والاتساق الداخلي قبل توزيعه على عينة التطبيق النهائية للبحث، وقام الباحثان بتوزيع الاستبيان على عينة الثبات البالغة (40) عضو لجنة اتحاد من مجتمع البحث، واستعمل الباحثان طريقة التجزئة النصفية في استخراج ثبات فقرات الاستبيان و ذلك عن طريق استخراج

معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الفقرات الفردية و الفقرات الزوجية في كل مقياس والبالغ (0.782) ، التي تعد ثبات لنصف المقياس و بعد معالجة قيمة معامل الارتباط عن طريق معادلة (سبيرمان _ براون) لاستخراج معامل الثبات الكلي، ، إذ بلغ معامل الثبات للاستبيان (0.877) ، إذ ان هذه القيم معاملات ثبات عالية و مقبولة لتقويم دلالة الارتباط. لذا اصبح استبيان (الهوية التنظيمية) جاهز لتوزيعه على عينة التطبيق.

2-3-1-5 الوصف النهائي لاستبيان الهوية التنظيمية

استبيان الهوية التنظيمية ، يهدف إلى توفير أداة قياس صادقة وثابتة لقياس مستوى ودرجة مقياس الهوية التنظيمية ، تألف المقياس بصورته النهائية من (18) فقرة ملحق (12) بصيغته النهائية ، موزعة بالتساوي على (3) أبعاد تتمثل في (التمثال، والفخر، والاحترام)، وتتم الإجابة عن فقرات الاستبيان من خلال خمسة بدائل مرتبة تنازليا على مقياس ليكرت الخماسي (اتفق تماما، اتفق ، لا اتفق ، لا اتفق تماما) ، وتكون الأوزان تبعا لمضمون الفقرة الإيجابية (5-4-3-2-1) درجة ، وتكون الدرجة الكلية العليا للمقياس هي (90) درجة ، أما الدرجة الكلية الدنيا للمقياس فهي (18) درجة. 2-4 التطبيق النهائي

- بعد استكمال تطبيق الإجراءات العلمية وتوفرها في الاستبيانات الثلاثة لمتغير الدراسة (الهوية التنظيمية) تم تطبيقها على عينة البحث النهائية وقد حصل الباحثان على (158) استمارة صالحة للتحليل الاحصائي ، ولقد امتدت فترة التطبيق من (2024/11/19) لغاية (2024/11/24).

2-5 الوسائل الاحصائية

استعمل الباحثان الحقيبة الاحصائية (SPSS) للوصول الى نتائج البحث الحالي ، (Al-Kanani, 2009) اعتمد الباحثان في إيجاد المستويات على وفق الفئات التي اعتمدت من (Hammoudat & Al-Kawaz, 2010) و (Al-Saqi, 2015) على وفق الاتي:

النسبة	المستوى
80% فأكثر	جيد جداً
70% إلى 79%	جيد
60% إلى 69%	متوسط
50% إلى 59%	منخفض
أقل من 50%	منخفض جداً

3- عرض ومناقشة النتائج

3-1 تكييف استبيان الهوية التنظيمية لأعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية. قام الباحثان بتكييف استبيان الهوية التنظيمية لأعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية وقد تم ذلك من خلال إجراءات البحث. 3-2 عرض ومناقشة نتائج الهدف الثاني : التعرف على مستوى الهوية التنظيمية لدى اعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية.

جنول (4)

يبين نتائج استبيان الهوية التنظيمية الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية

ت	البعد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	التمثال	3.755	1.067	75.095%	جيد
2	الفخر	3.643	1.085	72.857%	جيد
3	الاحترام	3.743	1.093	74.857%	جيد
7	الدرجة الكلية	3.713	1.0816	74.267%	جيد

يتبين من الجدول أعلاه حصول الابعاد على مستوى (جيد) على التوالي (التماثل- الفخر -الاحترام) بأوساط حسابية (3.755 - 3.643 - 3.743) وبانحرافات معيارية (1.067 - 1.085 - 1.093) وبنسب مئوية (75.095% - 72.857% - 74.857%)

وقد انعكست هذه النتائج على النتيجة الكلية لمقياس الهوية التنظيمية لدى أعضاء اللجان العاملة في الاتحادات الأولمبية الوطنية العراقية والتي ظهرت بمستوى جيد من خلال وسط حسابي وقدره (3.713) وبانحراف معياري (1.0816) وبنسبة مئوية بلغت (74.267%)

جدول (5)

يبين نتائج الهوية التنظيمية لبعدها (التماثل) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	المستوى
1	أستمتع بالعمل في الاتحاد	3.629	1.079	72.571	جيد
2	يوجد لدي شعور بالانتماء والولاء للاتحاد	4.100	1.105	82.000	جيد جداً
3	عملي مهم لنجاح عمل الاتحاد	3.671	1.032	73.429	جيد
4	عندما أتحدث عن الاتحاد أقول نحن بدلا منهم	3.729	1.048	74.571	جيد
5	أسعى دائما للتطوير عن طريق التحاقني بالدورات التدريبية	3.743	1.073	74.857	جيد
6	اعتبر نجاحات الاتحاد نجاحا شخصيا لي	3.657	1.062	73.143	جيد
	الكلية	3.755	1.067	75.095	جيد

يتبين من الجدول ان الفقرة ذات التسلسل (2) (يوجد لدي شعور بالانتماء والولاء للاتحاد) تحصلت على الترتيب الأول في بعد (التماثل) بوسط حسابي (4.100) وبانحراف معياري (1.105) وبنسبة مئوية (82%) وبمستوى جيد جداً ، وان الفقرة ذات التسلسل (1) (أستمتع بالعمل في الاتحاد) تحصلت على الترتيب الأخير في بعد (التماثل) بوسط حسابي (3.629) وبانحراف معياري (1.079) وبنسبة مئوية (72.571%) وبمستوى جيد وان الدرجة الكلية لبعدها التماثل بلغت (3.755) وبانحراف معياري (1.067) وبنسبة مئوية (75.095%) وبمستوى (جيد) .

ويرى الباحثان ان السبب في هذه النتيجة يعود الى ان التماثل يشير إلى درجة توافق الأعضاء مع القيم والمبادئ التي تمثلها المنظمة، وفي حالة الاتحادات الأولمبية، فإن هذه القيم مرتبطة بالعمل الجماعي، الروح الرياضية، وتحقيق الأهداف المشتركة ، كما تتميز الاتحادات الأولمبية ببيئة تنظيمية داعمة تشجع الأعضاء على تبني القيم المؤسسية، مما يعزز شعورهم بأنهم جزء من كيان أكبر. هذا التماثل يساهم في زيادة التزام الأعضاء وتحفيزهم للعمل بجدية لتحقيق أهداف المنظمة، ويذكر (Levin & Montero-Hernandez, 2009) ان وجود رؤية مشتركة للاتحادات الأولمبية يجعل الأعضاء يشعرون بأنهم يعملون لتحقيق هدف نبيل يخدم المجتمع الرياضي العالمي، مما يعزز لديهم شعور التماثل والانتماء. (Muhammad & Nazzal, 2024)

جول (6)

يبين نتائج الهوية التنظيمية لبعء (الفخر) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	المستوى
1	اشعر بالاعتزاز عند سماعي مدح عن انجازات اتحادي	3.528	1.126	70.571	جيد
2	اعتبر الحديث عن نجاح الاتحاد مجاملة شخصية لي	3.929	0.983	78.571	جيد
3	عملي في الاتحاد يمثل المكان المرغوب بالنسبة لي	3.686	1.084	73.714	جيد
4	افخر بانني اعمل في أفضل الاتحادات	3.586	1.097	71.714	جيد
5	عندما اتحدث عن نفسي أذكر أنني عضواً في إحدى لجان الاتحاد	3.529	1.046	70.572	جيد
6	احرص على أن لا تؤثر قراراتتي على نجاح الاتحاد الذي اعمل فيه	3.600	1.172	72.000	جيد
	الكلية	3.643	1.085	72.857	جيد

يتبين من الجدول ان الفقرة ذات التسلسل (2) (اعتبر الحديث عن نجاح الاتحاد مجاملة شخصية لي) حصلت على الترتيب الأول في بعد (الفخر) بوسط حسابي (3.929) وبانحراف معياري (0.983) وبنسبة مئوية (78.571%) وبمستوى جيد ، وان الفقرة ذات التسلسل (1) (اشعر بالاعتزاز عند سماعي مدح عن انجازات اتحادي) حصلت على الترتيب الأخير في بعد (الفخر) بوسط حسابي (3.528) وبانحراف معياري (1.126) وبنسبة مئوية (70.571%) وان الدرجة الكلية لبعء الفخر بلغت (3.643) وبانحراف معياري (1.085) وبنسبة مئوية (72.857%) وبمستوى (جيد) .

ويرى الباحثان ان السبب يعود الى ان بيئة العمل في الاتحادات الأولمبية تشجع على تعزيز الفخر المهني من خلال تسليط الضوء على دور الأعضاء في تحقيق الأهداف المشتركة وتنظيم الأحداث الرياضية الكبرى ، إذ تلعب القيادة المناسبة في الاتحادات دوراً كبيراً في تعزيز هذا البعد من خلال الاعتراف بجهود الأعضاء وإبراز مساهماتهم في نجاح المنظمة ، ويُعتبر الشعور بالفخر دافعاً قوياً للأعضاء للعمل بجدية أكبر وتحقيق المزيد من الإنجازات، حيث يرتبط هذا الشعور بتحقيق الرضا الوظيفي والارتباط الإيجابي مع المنظمة.(MANDOOB et al., 2024)

جول (7)

يبين نتائج الهوية التنظيمية لبعء (الاحترام) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	المستوى
1	عملي في الاتحاد مصدر احترام كبير لي داخل المجتمع	3.986	1.083	79.714	جيد
2	اشعر بالتقدير من رؤسائي لجهودي ومساهماتي في العمل	3.771	1.106	75.428	جيد
3	وجودي له تأثير في نجاح اللجنة التي اعمل بها	3.714	0.980	74.286	جيد
4	احرص على أن ابذل جهد أكثر مما يتطلبه عملي	3.614	1.067	72.286	جيد
5	يحترم الرؤساء في العمل ما أقوم به من انجازات متميزة	3.771	1.241	75.428	جيد
6	يوجد رضا عن الكيفية التي أقوم بها لأداء مهام عملي	3.601	1.082	72.000	جيد
		3.743	1.093	74.857	جيد

يتبين من الجدول ان الفقرة ذات التسلسل (1) (عملي في الاتحاد مصدر احترام كبير لي داخل المجتمع) تحصلت على الترتيب الأول في بعد (الاحترام) بوسط حسابي (3.986) وبانحراف معياري (1.083) وبنسبة مئوية (79.714%) وبمستوى جيد ، وان الفقرة ذات التسلسل (6) (يوجد رضا عن الكيفية التي أقوم بها لأداء مهام عملي) تحصلت على الترتيب الأخير في بعد (الاحترام) بوسط حسابي (3.601) وبانحراف معياري (1.082) وبنسبة مئوية (72%) وان الدرجة الكلية لبعـد الاحترام بلغت (3.743) وبانحراف معياري (1.093) وبنسبة مئوية (74.857%) وبمستوى (جيد) .

ويرى الباحثان ان الاحترام يُعتبر عنصراً أساسياً في تعزيز الهوية التنظيمية، حيث يركز على تقدير القيم والمبادئ التي تجمع بين الأعضاء. في الاتحادات الأولمبية، يُعد الاحترام قيمة أساسية تُدعم من خلال الممارسات اليومية التي تعزز التعاون والتفاهم المتبادل ، كما يعزز الاحترام بين الأعضاء الشعور بالانتماء داخل الفرق العاملة، حيث تُقدر كل مساهمة فردية وتُعامل بعدالة، مما يجعل الجميع يشعرون بأهمية دورهم في تحقيق الأهداف المشتركة، إضافة الى ذلك تُظهر الاتحادات الأولمبية التزاماً قوياً بترسيخ ثقافة الاحترام من خلال السياسات والإجراءات التي تعزز مناخ العمل الإيجابي وتحد من أي مظاهر للفرقة أو التحيز ، ويرى (Gioia et al., 2000) ان الاحترام بين الأعضاء والقادة ينعكس إيجاباً على الأداء التنظيمي، حيث يصبح العمل أكثر سلاسة وفعالية بفضل العلاقات المهنية المبنية على الثقة والتقدير كما يعمل الاحترام على تعزيز شعور الأعضاء بالانتماء للمنظمة، إذ يربطهم بقيمتها ويشجعهم على العمل بجدية لدعم سمعة الاتحادات الرياضية. (Nazza, 2014)

4-الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

4-1الاستنتاجات

- صلاحية استبيان الهوية التنظيمية لأعضاء اللجان في الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية.
- امتلاك أعضاء اللجان العاملة في الاتحادات الأولمبية مستوى جيد في ابعاد (التماثل-الفخر-الاحترام) التابعة الى استبيان الهوية التنظيمية.

4-2 التوصيات

4-2-1 التوصيات والمقترحات

- 1- تدعيم الهوية التنظيمية لدى اعضاء اللجان العاملة في الاتحادات الأولمبية من خلال نشر القيم الإيجابية بين أعضاء اللجان مثل الولاء والتفاني والإخلاص في العمل.
- 2- ينبغي على الاتحادات المعنية تحديد رؤية وقيم واضحة تعكس الهوية التنظيمية وتعزيزها بشكل مستمر من خلال التواصل الفعال.
- 3- تقديم برامج تدريبية لتعزيز فهم الاعضاء للهوية التنظيمية وكيفية تطبيقها في عملهم.
- 4- التأكيد على التفاعل الاجتماعي داخل لجان الاتحادات وبما يعزز قيم التعاون والتماسك والاحترام.
- 5- دور الهوية التنظيمية في الأداء المؤسسي للاتحادات الرياضية الوطنية العراقية من وجهة نظر أعضائها.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في اعضاء لجان الاتحادات الرياضية الوطنية العراقية

تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

محمد عبد الجبار يحيى <https://orcid.org/0009-0000-9799-8716>

References

- Abdel Fattah, & Abu Seif. (2006). The role of servant leadership in achieving conformity with the organizational identity of pre-university schools in Egypt from the teachers' point of view. *Journal of Educational Sciences*, 2.
- Abdul-Latif, A., & Jawda, M. (2010). The role of organizational culture in predicting the strength of organizational identity, a field study on faculty members, in private Jordanian universities. *Damascus University Journal, for Economic and Legal Sciences*, 26(2).
- Alian, R. M., & Ghanem, O. M. (2010). *Scientific Research Methods: Theoretical Foundations and Practical Application* (p. 68). Safa Publishing and Distribution House.
- Al-Kanani, A. K. A. A. (2009). *Statistical Applications and Computer Uses with SPSS Program* (p. 282). Dar Al-Diaa for Printing and Publishing.
- Allen, M. J., & Yen, W. M. (2001). *Introduction to measurement theory*. Waveland Press.
- Al-Saqi, A. R. I. (2015). *Policies of the Iraqi Central Federation for Managing Professional Stress and Its Role in the Organizational Confidence of Basketball Referees* [Unpublished PhD Thesis]. niversity of Mosul.
- Gioia, D. A., Schultz, M., & Corley, K. G. (2000). Organizational identity, image, and adaptive instability. *Academy of Management Review*, 25(1), 63–81.
- 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.
- Hamed, N., & Ahmed, 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), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- Hammoudat, I. T., & Al-Kawaz, A. G. (2010). Professional pressures on directors and members of youth forums in Nineveh Governorate. *Journal of Basic Education Research*, 9(4), 474–509.
- Kashkosha, N. M. H. (2022). The Impact of Enlightened Leadership in Supporting Organizational Identity with Application to Employees of the Holding Company for Insurance. *Journal of Economics and Commerce*, 52(1), 45–90. <https://doi.org/10.21608/jsec.2022.226637>
- Levin, J., & Montero-Hernandez, V. (2009). *Community colleges and their students: Co-construction and organizational identity*. Springer.
- MANDOOB, M., ABDALHALEEM, N., & YOUSIF, K. A. (2024). AN ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE IRAQI FOOTBALL LEAGUE ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES FACING COACHES IN THE

*IRAQI FOOTBALL LEAGUE ANALYTICAL STUDY OF THE ORGANIZATIONAL CRISES
FACING* (Vol. 23). <https://idpr.org.uk/index.php/idpr/article/view/135>

- Muhammad, I. N., & Nazzal, A. H. J. (2024). 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. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.704>
- 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.



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of using multimedia accompanied by indirect mental training in developing sports motor perception and learning a number of volleyball skills

Ali Fattah Rashid ¹  

University of Mosul /College of Physical Education and Sports Sciences ¹

Article information

Article history:

Received 2/12/2024

Accepted 12/1/2025

Available online 15, Jan,2025

Keywords:

multimedia – mental training – sports
motor perception – volleyball skills



Abstract

The research aimed to identify the effect of multimedia accompanied by indirect mental training and the method followed by the teacher in developing the sports motor perception of the three research groups. The researcher adopted and used the experimental method by designing equivalent groups. The research sample was (45) students from the first stage in the Department of Physical Education and Sports Sciences / College of Basic Education / University of Mosul in the academic year 2022/2023. The researcher concluded that there is a positive effect of multimedia and the method followed in developing the sports motor perception. Accordingly, he recommended the necessity of using multimedia accompanied by indirect mental training in the educational process.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



اثر استخدام الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر في تنمية التصور الحركي الرياضي وتعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة

علي ا فتاح أرشيد¹  

جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

المخلص

هدفت البحث الى التعرف على اثر الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر والاسلوب المتبع من قبل المدرس في تنمية التصور الحركي الرياضي لمجاميع البحث الثلاث واعتمد الباحث واستخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وكانت عينة البحث هم (45) طالب من طلاب المرحلة الاولى في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل في للعام الدراسي 2023/2022، واستنتج الباحث هناك تأثيرا ايجابيا للوسائط المتعددة والاسلوب المتبع في تنمية التصور الحركي الرياضي وعليه أوصى ضرورة استخدام الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر في العملية التعليمية

معلومات البحث

تاريخ البحث :

الاستلام : 2024/10/8

القبول : 2024/11/24

التوفر على الانترنت: 15 يناير 2025

الكلمات المفتاحية :

الوسائط المتعددة - التدريب الذهني - التصور الحركي الرياضي - مهارات الكرة الطائرة

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

أصبح التعليم يعتمد بشكل كبير على التوظيف الأمثل لتكنولوجيا الوسائط المتعددة ، التي تعتبر ظاهرة تقنية جديدة في مجال التعليم ، ووسيلة اتصال سمعية بصرية تزود المتعلم بمناخ تربوي تعليمي ، تتوفر فيه وحدة متكاملة من المعلومات المنتقاة من عدة مصادر لتكون نظاما معلوماتيا ، القدرات العقلية إحدى المكونات المهمة التي يحتاجها المتعلمون إذ إنها تساعدهم على تنمية قدراتهم الحركية وتعلمهم لمهارات اللعبة اذ تعمل على ربط تسلسل الحركات بالتصور العقلي وتركيز الانتباه وتحسن من تأدية المهارات الحركية ، وللقدرات العقلية اثرها الايجابي على أداء المتعلمون بالكرة الطائرة و تعطي الكثير من الثقة على الاحساس بالأداء والوصول الى افضل مستوى . يرتبط التصور العقلي ارتباطا وثيقا بالعملية التعليمية بصورة عامة وبمجال التعلم الحركي بصورة خاصة حيث يضيف التصور العقلي جانب معرفي بالأداء من خلال رؤية الاداء كاملا ثم استعداد تلك الصور لإعادتها كاملا او تجزئتها والتمرن عليها لتصحيح الاداء وزيادة الاستثارة للأداء ، حيث ان التصحيح اثناء الاداء هو ذلك الجانب المعرفي للتصور العقلي ، حيث يذكر (Khayoun, 2002) "بان التصور العقلي له اتجاهين الاول اتجاء يمكن استخدامه في العملية التعليمية كجانب معرفي والثاني يمكن استخدامه كعامل نفسي مساعد للإداء وهو التهيئة من خلال تصوره بالشكل الصحيح مما يعطي الاستثارة المطلوبة للإداء" (Oudah et al., 2022). "ورغم اعطاء التصور العقلي للمتعم صورة عامة وضعيفة في بدايات التعلم الا انها تعطي صورة ذهنية لهذه الحركة يرتبط بقدرته على تقليد الحركة" . (Mahjoub, 2000) ثم مع المزيد من التكرارات والخبرات واعادة الصورة الحركية المتعلمة سابقا يتم التقدم وصولا الى صفة المهارة

وتعد لعبة الكرة الطائرة من الالعاب الجماعية التي تحتاج إلى التطوير المستمر والتحديث في مهاراتها فان القدرات العقلية تعد من (Shabib et al., 2024) الاتجاهات المهمة والحديثة في عملية التطوير هذه ، وفي ضوء ما تقدم فقد أشار كل من (Shimon, 2001) إلى أن لعبة الكرة الطائرة تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على القدرات البدنية إذ إن العلاقة بين الجانب العقلي والأداء البدني أصبحت محط اهتمام المدربين والرياضيين" وتكمن أهمية البحث الحالي في مدى الفائدة المرجوة تحقيقها من تطبيق الوسائط المتعددة والذي يكون مصحوب بالتمرين الذهني غير المباشر من قبل طلاب السنة الدراسية الأولى لتنمية التصور الحركي الرياضي وتعلمهم لمهارات الكرة الطائرة والتي هي من ضمن المقررات الدراسية لهم ليستفيد العاملون في مجال تعليم مهارات الكرة الطائرة منها من نتائج هذه الدراسة.

1-2 مشكلة البحث:

تتبع مشكلة البحث الحالي من عدم الاهتمام بالجانب العقلي كما هو الحال فيما يخص الجانبين المهاري والبدني في المحاضرات العملية وقلة استخدام للوسائط التعليمية المتعددة ومواكبة ثورة التطور التكنولوجي الذي يؤكد على الاخذ بنظر الاعتبار قابليات المتعلمين البدنية والعقلية والتعبير عن ذاتهم وامكانياتهم الحركية كلا حسب مستواه وقدراته، وبرزت مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل الآتي:

- هل أن للوسائط المتعددة المصحوبة بالتمرين الذهني غير المباشر تأثيراً إيجابياً في تنمية التصور الحركي الرياضي وتعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل.

3-1 أهداف البحث:

- 1- اثر الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر والاسلوب المتبع من قبل المدرس في تنمية التصور الحركي الرياضي لمجاميع البحث الثلاث.
- 2- اثر الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر والاسلوب المتبع من قبل المدرس في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة.
- 3- الفروق بين مجموعات الثلاثة في الاختبارات البعدية في تنمية التصور الحركي الرياضي .
- 4- الفروق بين مجموعات الثلاثة في الاختبارات البعدية في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة

4-1 فرضيات البحث :

- 1-4-1 توجد فروقات ذي دلالات إحصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية لمجموعات البحث في تنمية التصور الحركي الرياضي لطلاب المرحلة الاولى .
- 2-4-1 توجد فروقات ذي دلالات إحصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية لمجموعات البحث في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة لطلاب المرحلة الاولى .
- 3-4-1 لا توجد فروقات ذي دلالات إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعات البحث في تنمية التصور الحركي الرياضي لطلاب المرحلة الاولى .
- 4-4-1 لا توجد فروقات ذي دلالات إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعات البحث في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة لطلاب المرحلة الاولى .

5-1 مجالات الدراسة :

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الاولى في جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للسنة الدراسية 2022 / 2023.

2-5-1 المجال الزمني : للمدة من 2022/12/20 الى 2023/3/9.

3-5-1 المجال المكاني : الملعب المغلق كلية التربية الأساسية - جامعة الموصل.

6-1 المصطلحات البحث :

1-6-1 الوسائط المتعددة:

عرفه(Kojak, 2008) بانها: وهي "الاستراتيجية التي تستعمل عندما يكون هناك متعلمون تختلف مستوياتهم المعرفية أو المهارية ويدرسون نفس المفاهيم ويتعلمون اداء مهارات معينة ، فهذا الاختلاف في المستوى لا يؤهلهم لتناول المعرفة او اداء المهارة من نقطة بداية واحدة او في نفس الوقت المحدد للجميع" .

2-6-1 التدريب الذهني غير المباشر:

-عرفه (Salami, 2002) بأنه: " أداء اللاعب للمهارة عقليًا وتصورها بطريقة غير مباشرة بعد أن تم شرحها وذلك من خلال عرض الأفلام التعليمية والصور التوضيحية والاستماع للوصف الفني للمهارة المراد تعلمها.

3-6-1 التصور الحركي:

-عرفه (Qasim, 2005)بأنه: محاولة استرجاع الإحداث أو الخبرات الحسية السابقة وبناء صور جديدة لحدث جديد وتكرارها أكثر من مرة

2- الاجراءات الميدانية :

1-2 منهج المستخدم : تم استخدام بالمنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث وتجربته.

2-2 مجتمع البحث وعينته : حدد مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلاب المرحلة الاولى / جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي 2022 - 2023، وعددهم تسعة وخمسين طالب وزعوا على ثلاث شعب هي (أ، ب، ج)، عدد طلاب شعبة أ 19 طالب والشعبة ب 20 طالب والشعبة ج 20، اما المتغيرات البحث تم توزيعها على مجموعات البحث عن طريق القرعة (الجدول 1)

(الجدول 1)

مجتمع البحث والعينة والاسلوب المستخدم

القاعة الدراسية	مجاميع البحث	المتغير المستقل	العدد الكلي	الطلاب المستبعون	عدد افراد العينة النهائي
الاولى	الضابطة	اسلوب المدرس المتبع	19	4	15
الثانية	التجريبية الاولى	الوسائط المتعددة	20	5	15
الثالثة	التجريبية الثانية	الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر	20	5	15
المجموع			59	14	45

2-3 التصميم التجريبي للبحث: أقدم الباحث على استخدام "تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبلية و البعدية المحكمة الضبط". (Vandalen, 1985)

2-4 وسائل جمع البيانات: استخدم الباحث وسائل بحثية عديدة لجمع المعلومات للوصول إلى البيانات والنتائج المطلوبة على وفق ما يأتي: (1-الاستبيان.2-المصادر والمراجع العلمية.3-الملاحظة.4-المقابلات الشخصية.5-الاختبارات والمقاييس).

2-5 التجانس : اجري التجانس لأفراد العينة بالمتغيرات الآتية العمر - الطول - الكتلة .

(الجدول 2)

يبين نتائج تحليل التباين بين مجاميع البحث في متغيرات (العمر، الطول، الكتلة)

المعالم الاحصائية المتغير	وحدة القياس	مصدر التباين	مج المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
العمر	شهر	بين المجموعات	12,667	2	6,333	0,097	0,91	غير معنوي
		داخل المجموعات	2931,313	42	65,140			
		المجموع	2943,979	44				
الطول	سم	بين المجموعات	18,500	2	9,250	0,405	0,67	غير معنوي
		داخل المجموعات	1027,313	42	22,829			
		المجموع	1045,813	44				
الكتلة	كغم	بين المجموعات	13,625	2	6,813	0,151	0,86	غير معنوي
		داخل المجموعات	2023,625	42	44,969			
		المجموع	2037,250	44				

من (الجدول 2) هناك فروقات ذي دلالات غير احصائية بين مجاميع البحث الثلاث في كل من (العمر و الطول و الكتلة) إذ تراوحت قيمة (sig) على التوالي (0,91)، (0,67)، (0,86)، وهي أكبر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$ مما يشير إلى تجانس عينة البحث في تلك المتغيرات.

2-5 الاختبارات القبليّة:

أولاً: الاختبار القبلي لمقياس التصور الحركي الرياضي:

أجري الاختبار القبلي لمقياس التصور الحركي الرياضي في القاعات الدراسية في القسم، ولمجاميع البحث الثلاث وقبل البدء بالاختبارات المهارية.

ثانياً: الاختبارات القبليّة لمهارات الكرة الطائرة (قيد الدراسة):

أجريت الاختبارات القبليّة على مجاميع البحث الثلاث ، بمساعدة فريق العمل المساعد ومدرس المادة، وقبل البدء بتطبيق الاختبارات من قبل الطلاب، قام مدرس المادة بأداء محاولة واحدة أمام الطلاب لكل مهارة من مهارات البحث (قيد الدراسة) وهي (الارسال المواجه من الاسفل، الارسال من الاعلى، الاستقبال من الاسفل، الاعداد) ليأخذ الطلاب فكرة عن كيفية أداء الاختبارات مع السماح لكل طالب بأداء محاولتين تجريبتين لكل مهارة، بعدها وزعت استمارات تقييم الأداء الفني للمقيمين الثلاث⁽¹⁾، ويكون التقييم حسب البناء الظاهري للحركة وعن طريق الملاحظة العلمية المباشرة، بعدها تم الاختبار القبلي بإعطاء كل طالب ثلاث محاولات ولكل مهارة على وفق الأداء الفني الخاص بها، ومن ثم جمع الاستمارات من المقيمين الثلاث وجمع الدرجات كل على حدة ولكل مهارة، وبعدها استخرج الوسط الحسابي للمهارات (قيد الدراسة)، وسجلت النتائج في استمارات خاصة أعدت لهذا الغرض ولكل مجموعة على حدة، وبهدف التأكد من موضوعية التقييم بين المقيمين الثلاث تم اختبار إحدى المهارات عشوائياً وهي مهارة (استقبال الارسال)، وتم حساب معامل الارتباط المتعدد بين درجات المقيمين الثلاث وكانت (0,85) وهو معامل ارتباط عالٍ في تقييم المهارات الحركية وهذا يدل على أن عملية التقييم كانت موضوعية.

2-6 تكافؤ مجاميع البحث:

2-6-1 التكافؤ في التصور الحركي الرياضي:

أجرى الباحث عملية التكافؤ في التصور الحركي للمقياس المعد من قبل (Shimon, 2001) والذي يتكون من (20) فقرة ومن أربعة محاور وكل محور يتكون من (5) فقرات علماً أنه مقنن ويتمتع بالأسس العلمية للاختبارات ، ولأجل تثبيت فقرات المقياس وبيان صلاحيتها بالنسبة للعينة ومدى أمكانية تطبيقه عليهم وتم عرضه بصورة استبيان على مجموعة من الخبراء في مجال (الكرة الطائرة والتعلم الحركي) وبعد جمع الاستبيانات تم الموافقة عليه من قبل جميع الخبراء والجدول (3) يبين التكافؤ في التصور الحركي الرياضي.

الجدول (3)

يبين نتائج تحليل التباين للاختبار القبلي بين مجاميع البحث الثلاث في مقياس التصور الحركي الرياضي

المعالم الإحصائية المتغير	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة Sig	مستوى الدلالة
التصور الحركي الرياضي	درجة	بين المجموعات	0.311	2	156.0	0.01	0.98	غير معنوي
		داخل المجموعات	399.600	42	9.514			
		المجموع	399.911	44				

(1) م.د. عمار مؤيد عمر / تدرييب رياضي / الكرة الطائرة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية التربية الأساسية جامعة الموصل. م.د. فراس يونس نون بايو ميكانيك / الكرة الطائرة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل. م.د. عمر ابراهيم صالح بايو ميكانيك / الكرة الطائرة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل..

من (الجدول 3) هناك فروق ذي دلالات غير احصائية للمجاميع الثلاث لمقياس التصور الحركي الرياضي، إذ بلغت قيمة (sig) (0,98) وهي أكبر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$ مما يشير إلى تكافؤ مجاميع البحث الثلاث في مقياس التصور الحركي الرياضي وهي بمثابة اختبار قبلي.

2-6-2 التكافؤ في المهارات الأساسية بالكرة الطائرة:

أجرى الباحث عملية التكافؤ في المهارات الأساسية بالكرة الطائرة بين مجاميع البحث وهو يعد كاختبار قبلي كما مبين في الجدول (4)

(الجدول 4)

يبين نتائج (F) للاختبار القبلي لمجاميع البحث الثلاث في تعلم

عدد من مهارات الكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مج المر بعات	درجات الحرية	متوسط المر بعات	قيمة f	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
1	الارسال المواجه من الاسفل	درجة	بين المجموعات	0.233	2	0.117	0,039	0,962	غير معنوي
			داخل المجموعات	22.767	42	0.542			
			المجموع	23.000	44				
2	الارسال من الاعلى	درجة	بين المجموعات	0.33	2	0.017	0,215	0,80	غير معنوي
			داخل المجموعات	18.167	42	0.433			
			المجموع	18.200	44				
3	التمرير من الاسفل	درجة	بين المجموعات	0.133	2	0.067	0.221	0,803	غير معنوي
			داخل المجموعات	12.667	42	0.302			
			المجموع	12.800	44				
4	التمرير من الاعلى للأمام	درجة	بين المجموعات	0.133	2	0,067	0.147	0,864	غير معنوي
			داخل المجموعات	19.067	42	0,454			
			المجموع	19.200	44				

من (الجدول 4) هناك فروقات ذي دلالات غير احصائية لمجاميع البحث في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة حيث بلغت نسبة الـ (sig) على التوالي (0.56، 0.64، 0.07، 0.09) وهي أكبر من نسبة خطأ (0.05) مما يشير إلى تكافؤ مجاميع البحث في مهارات الدراسة الحالية وهي بمثابة اختبار قبلي.

2-7 الأدوات المستخدمة في البحث: (استمارة تقويم الاداء واستمارة تغريغ النتائج ومقياس التصور الحركي الرياضي).

2-8 المجموعة الضابطة:

يؤدي أفراد المجموعة الضابطة الواجبات والمهام على وفق المنهج التعليمي بالأسلوب المتبع من قبل المدرس ، بحيث يقوم مدرس المادة بشرح المهارة المطلوبة بشكل مفصل في الجزء التعليمي من القسم الرئيسي في الوحدة التعليمية، ثم يقوم بأداء المهارة امام الطلاب مستعينا بالطالب النموذج، وبعدها يؤدي الطلاب التمارين الموضوعة من قبل المدرس في الجزء التطبيقي.

2-9 المجموعة التجريبية (الوسائط المتعددة):

تؤدي عينة البحث المجموعة التجريبية الاولى الواجبات والمهام على وفق الوحدات التعليمية لتمرينات الوسائط المتعددة وللتأكد من صلاحية هذه الخطط، فقد عرضها الباحث على مجموعة من السادة المختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس فضلا عن مدرس المادة لبيان رأيهم السديد في صلاحيتها، حيث ان الطالب في الجزء التطبيق من الوحدة يقوم بملاحظة وقراءة التمرينات الخاصة مستعينا بالوسائط المتعددة التي تعينه على تصور المهارة المراد تعلمها بعدها يقوم بتنفيذ المهارة عن طريق التمرينات والتكرارات كل تمرين.

2-10 المجموعة التجريبية (الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر):

تؤدي عينة البحث المجموعة التجريبية الثانية الواجبات والمهام على وفق الوحدات التعليمية لتمرينات الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر لفترة ثمانية أسابيع في كل اسبوع تعطى وحدة واحدة وزمن الوحدة (90 د) وللتأكد من صلاحية هذه الخطط، فقد عرضها الباحث على مجموعة من السادة المختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس فضلا عن مدرس المادة لبيان رأيهم السديد في صلاحيتها، حيث ان الطالب في الجزء التطبيق من الوحدة يقوم بالتدريب الذهني غير المباشر لفترة (3-5) دقائق مستعينا بالوسائط المتعددة التي تعينه على تصور المهارة المراد تعلمها بعدها يقوم بتنفيذ المهارة عن طريق التمرينات والتكرارات كل تمرين.

2-11 التجربة الرئيسية: تم البدء بالوحدات التعليمية لمجموعات البحث يوم الثلاثاء الموافق 2022/12/20، وبواقع وحدتين تعليمية في الأسبوع الواحد، تنفذ يوم (الأحد) من كل أسبوع وتم تنفيذ الخطط الخاصة بكل مجموعة من قبل مدرس المادة في تعلم الاداء المهاري لمهارات الكرة الطائرة وحسب المنهج المقرر لمجموعات البحث في القاعة المغلقة في كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل، وكان مجموع عدد الوحدات التعليمية (24) وحدة لمجاميع البحث وبواقع ثمان وحدات تعليمية لكل مجموعة وبلغ زمن الوحدة التعليمية الواحدة (90) د.

2-12 الاختبارات البعديّة النهائية:

2-12-1 الاختبار الخاص التفكير الإيجابي: طبق هذه الاختبار يوم الاحد الموافق 2023/3/12 في تمام الساعة الثامنة والنصف صباحا لمجاميع البحث الثلاث، مع مراعات الظروف والاجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبلية والزمن المحدد علما انها نفذت في القاعات الدراسية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2-12-2 الاختبار البعدي لتقييم الاداء المهاري: طبق هذه الاختبار يوم الاحد الموافق 2023/3/12 في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا لمجاميع البحث الثلاث، مع مراعات الظروف والاجراءات نفسها في عملية تطبيق الاختبارات القبلية والزمن المحدد علما انها نفذت في القاعة المغلقة لكلية التربية الاساسية /جامعة الموصل، عن طريق الملاحظة العلمية المباشرة من قبل المقيمين الثلاث.

2-13 الوسائل الإحصائية: تمت معالجة البيانات التي توصل إليها الباحث إحصائيًا من خلال الحقيبة الإحصائية (Spss V.11.5).

3- عرض النتائج ومناقشتها :

3-1-1 عرض نتائج الفرضية الاولى: توجد فروقات ذي دلالات إحصائية بين الاختبارات القبلي والبعدية لمجموعات البحث (الضابطة والتجريبيتين) في تنمية التصور الحركي الرياضي لطلاب السنة الدراسية الاولى.

(الجدول 5)

يبين الفروقات بين الاختبارات القبلي والبعدية لمجاميع البحث في تنمية التصور الحركي الرياضي

مجاميع البحث	المتغير	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T	قيمة الخطأ	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع			
الضابطة	التصور الحركي الرياضي	41.73	3.15	56.00	4.01	*9.89	0.00	معنوي
التجريبية الأولى		41.93	3.08	61.20	3.56	*16.14	0.00	معنوي
التجريبية الثانية		41.86	3.02	67.66	3.84	*23.62	0.00	معنوي

من الجدول (5) هناك فروقات ذي دلالات احصائية بين المتوسطات الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة التجريبية في التفكير الايجابي ولصالح الاختبار البعدي، إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ على التوالي (0.000، 0.000)، وهي اصغر من نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وأمام درجة حرية (14) وبالغلة مما يشير الى وجود فروق ولصالح نتائج الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث هذا التحسن الى الدروس العملية ومصاحبها من شرح وعرض للمهارة المراد تعلمها حيث ان مرور الفرد المتعلم باي خبرة جديدة سيهم وبشكل لا يقبل الخطأ تعلم الافراد المندمجون والمنضمون لتلك العملية التعليمية، مما كون لديهم صورة اولية عن عملية التعلم من خلال الجزئين في الوحدة التعليمية (التعليمي والتطبيقي)، ويشير (Meinl, 1987) (مراحل التعلم تبدأ بفهم الواجبات المطلوب تعلمها ويتم من خلال الشرح و العرض للمهارات في هذه المرحلة يحصل المتعلم على التصور الأولي عن طريق خط سير الحركة ولا يزال بشكله الخام)

فيما يخص المجموعة التجريبية الاولى فيرى الباحث ان للوسائط المتعددة الدور الفعال في تنمية التصور الحركي لأفراد هذه المجموعة وهذا يعود التي الوسائط المستخدمة في الوحدة التعليمية اسهمت وبشكل واضح في تكوين التصور الحركي للمهارات المراد تعلمها.

اما بالنسبة لأفراد المجموعة التجريبية الثانية فان سبب تحسن وتنمية التصور يعود الى التدريب الذهني الذي سبق الاداء لان عملية التعلم تعتمد بشكل كبير ومتربط بين الجانبين العقلي والبدني.

3-1-2 عرض نتائج الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث الضابطة والتجريبيتين في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية الاولى.

(الجدول 6)

يبين نتائج الاختبارات القبلي والبعدية للمجموعة (الضابطة) في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحتسبة	نسبة الخطأ (sig)
			س	ع	س	ع		
1	الارسال المواجه من الاسفل	درجة	3.73	0.49	5.73	0.45	*9.94	0.000
2	الارسال من الاعلى	درجة	3.66	0.72	5.06	0.59	*5.13	0.000

3	التمرير من الاسفل	درجة	5.00	0.53	6.06	0.25	*6.95	0.000
4	التمرير من الاعلى للأمام	درجة	3.53	0.91	5.13	0.35	*5.87	0.000

*معنوية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$

من الجدول (6) هناك فروقات ذات دلالات احصائية بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة (الضابطة) في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعديّة , إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ (0.00)، (0.000، 0.000، 0.000) وهي اصغر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (14).

(الجدول7)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة (التجريبية1) في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحتسبة	نسبة الخطأ (sig)
			س	ع ±	س	ع ±		
1	الارسال المواجه من الاسفل	درجة	3.70	0.84	6.26	0.45	*10.54	0.00
2	الارسال من الاعلى	درجة	3.60	0.50	5.86	0.83	*7.54	0.00
3	التمرير من الاسفل	درجة	4.86	0.51	6.46	0.51	*8.41	0.00
4	التمرير من الاعلى للأمام	درجة	3.40	0.50	5.60	0.50	*12.60	0.00

*معنوية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$

من الجدول (7) هناك فروقات ذات دلالات احصائية بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة (التجريبية1) في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعديّة , إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ (0.00)، (0.000، 0.000، 0.000) وهي اصغر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (14).

(الجدول8)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة (التجريبية2) في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحتسبة	نسبة الخطأ (sig)
			س	ع ±	س	ع ±		
1	الارسال المواجه من الاسفل	درجة	3.56	0.82	7.00	0.65	*14.11	0.00
2	الارسال من الاعلى	درجة	3.63	0.71	6.36	0.85	*8.55	0.00
3	التمرير من الاسفل	درجة	4.94	0.59	7.06	0.25	*12.91	0.00
4	التمرير من الاعلى للأمام	درجة	3.46	0.51	6.00	0.42	*14.70	0.00

*معنوية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$

من الجدول (8) هناك فروقات ذات دلالات احصائية بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة (التجريبية2) في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعديّة , إذ بلغت قيمة نسبة الخطأ (0.00)، (0.000، 0.000، 0.000) وهي اصغر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (14).

فيما يخص الجدول (6) فيعزو الباحث الى ان افراد المجموعة الضابطة نتيجة مرورهم بالوحدات التعليمية من خلال التكرار والممارسة ادى الى تعلمهم لمهارات الكرة الطائرة نتيجة الخبرة التي تم اكتسابها من تلك الوحدات، كذلك يشير (Mahjoub, 2001) (أن التدريب والتمرن على تطبيق مهارة ضمن الواجب الحركي يؤدي إلى زيادة خبرة المتعلم في قابلياته الذهنية والبدنية وامتلاكه لكم من المعلومات يمكن الرجوع إليها"

بالنسبة لنتائج المعروضة بالجدول(7) يتبين لنا تقدم افراد المجموعة التجريبية اولى نتيجة لفعالية الوسائط المتعددة في المحاضرات العملية والتي اسهمت بشكل فعال لا يقبل الشك من خلال مقارنة النتائج الخاصة لأفراد هذه المجموعة الى ان الافراد تعلموا مهارات الكرة الطائرة نتيجة لاستخدامهم لتلك الوسائل مما انعكس ايجابيا على ادائهم العملي. ويتفق كلامنا هذا مع (Shalash & Sobhi, 2000) "أن فترة الممارسة وبذل الجهد بالتمرين والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعليم، والتمرين عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق الحركي في أدائه (Hamad et al., 2024)

ويعزو الباحث الى تعلم المهارات الدراسة الحالية والمبينة في جدول (8) الى فاعلية التدريب الذهني الذي سبق الاداء بعد الاستعانة بالوسائط المتعددة في الوحدة التعليمية (Aldewan et al., 2013) اسهم وبشكل واضح في الفروق بين نتائج الاختبارين القلبي والبعدي ولصالح الاختبارات البعدية ، ونعزز كلامنا هذا بكلام (Al-Dhamd, 2000) (إن الفرد يستدعي الصور الذهنية كما لو انه يشاهد شريط سينمائي ويسترجع تلك الصور الخاصة بالمهارة بكافة الجوانب المرتبطة بالأداء في محاولة لإيجاد العلاقات لتوظيفها في طريقة الأداء المناسبة والتعرف على الأخطاء أو وضع الخطط للتنافس في المستقبل).

3-1-3 عرض نتائج الفرضية الثالثة: ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث في تنمية التصور الحركي الرياضي لطلاب السنة الدراسية الاولى.

الجدول (9)

يبين نتائج تحليل التباين للاختبارات البعدية بين مجاميع البحث الثلاث في مقياس التصور الحركي الرياضي

المعالم الإحصائية المتغير	وحدة القياس	مصدر التباين	مج المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
التصور الحركي الرياضي	درجة	بين المجموعات	1024.844	2	512.422	35.182 *	0.00	معنوي
		داخل المجموعات	611.733	42	14.565			
		المجموع	1636.578	44				

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجتي حرية (2-42)

من الجدول (9) هناك فروقات ذي دلالات احصائية بين مجموعات الثلاثة في تنمية التصور الحركي الرياضي في الاختبارات البعدية ، إذ بلغت قيمة (Sig) (0,000)، وهي أصغر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$.

ولما كان تحليل التباين لا يشير إلى الفروق بين مجاميع البحث الثلاث ولا لصالح أي منها لجأ الباحث إلى الوسيلة الاحصائية للفروقات المعنوية (L. S. D) الذي يستخدم في معرفة الفروقات بين المتوسطات فيما اذا كانت المقارنة بطريقة تحليل التباين معنوية، والجدول (10) يبين ذلك.

الجدول (10)

يبين اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الاختبارات البعدية في متغير البحث

المتغير	وحدة القياس	المجاميع	الفرق في المتوسطات	قيمة Sig	مستوى الدلالة
التصور الحركي	درجة	مج ض	مج ت1	0.001	معنوي
			مج ت2	0.000	معنوي
		مج ت1	مج ض	0.001	معنوي
			مج ت2	0.000	معنوي
		مج ت2	مج ض	0.000	معنوي
			مج ت1	0.000	معنوي

من الجدول (10) هناك فروقات ذي دلالات إحصائية في التصور الحركي بين مجموعات الثلاثة ، لصالح المجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت (الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر) وتليها المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت (الوسائط المتعددة) وتليها المجموعة الضابطة والمستخدم (أسلوب المدرس المنبع). ويعزو الباحث الى سبب تفوق المجموعة التجريبية الثانية على المجموعة التجريبية الاولى والضابطة الى الاثر الذي أحدثته الوحدات التعليمية باستخدام الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر اسهم بشكل واضح من خلال تطبيق الوحدة التعليمية التي تكوين الصور الخاصة بالمهارات المرات تعلمها وتثبيتها و تخزينها في الذاكرة وهذا ما أوجدته النتائج البعدية عند مقارنة البرامج الثلاث ونرى هنا تفوق المجموعة الثانية، كما يضيف (Naseef, 1987) أن المتعلم من الضروري أن تكون لديه فكرة واضحة ومفصلة عن التكنيك المراد منه تطبيقه وتعلمه والولوج للنقاط المهمة للسير الحركي ومتى يستعمل القوة ، وبعد أن يحاول المتعلمون تصور الحركة عن طريق التصور الذهني والشرح من قبل المعلم وتقديم نموذج الأداء تكون لدى المتعلم النظرة الصحيحة والواقعية للحركة وبعدها يتم أداء المهارة. (Alsaed et al., 2024)

3-1-4 عرض نتائج الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي لمجاميع البحث في تعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لطلاب السنة الدراسية الاولى.

الجدول (11)

يبين نتائج تحليل التباين للاختبارات البعدية بين المجاميع الثلاث (الضابطة والتجربيتين) في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	التباين	مج المرات	لرجات الحرية	متوسط المرات	قيمة F	قيمة Sig	مستوى الدلالة
1	الارسل المواجه من الاسفل	درجة	بين المجموعات	12.113	2	6.067	*21.472	0,001	معنوي
			داخل المجموعات	11.867	42	0.283			
			المجموع	24.000	44				

معنوي	0,001	*10.880	6.450	2	12.900	بين المجموعات	درجة	الارسل من الاعلى	2
			0.593	42	24.900	داخل المجموعات			
				44	37.800	المجموع			
معنوي	0,001	*28.500	3.800	2	7.600	بين المجموعات	درجة	التمرير من الاسفل	3
			0.133	42	5.600	داخل المجموعات			
				44	13.200	المجموع			
معنوي	0,001	*15.132	2.822	2	5.644	بين المجموعات	درجة	التمرير من الاعلى للأمام	4
			0.187	42	7.833	داخل المجموعات			
				44	13.478	المجموع			

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجتي حرية (2-42)

من الجدول (11) يوجد فروقات ذي دلالات احصائية بين مجموعات البحث في الاختبار البعدي في تعلم عدد من مهارات الكرة الطائرة ، إذ بلغت قيمة (Sig) (0.001، 0.001، 0.001، 0.001)، وهي أصغر من نسبة خطأ $\geq (0,05)$.

ولما كان تحليل التباين لا يشير إلى الفروق بين مجاميع البحث الثلاث ولا لصالح أي منها لجأ الباحث إلى الوسيلة الاحصائية (l. s. d) الذي يستخدم في معرفة الفروقات بين المتوسطات فيما اذا كانت المقارنة بطريقة تحليل التباين معنوية، والجدول (12) يبين ذلك.

الجدول (12)

يبين اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الاختبارات البعدية في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجاميع	الفرق في المتوسطات	قيمة Sig	مستوى الدلالة
1	الارسل المواجه من الاسفل	درجة	مج	مج ت1	*0.533-	معنوي
			ض	مج ت2	*1.266-	معنوي
			مج	مج ض	*0.533	معنوي
			ت1	مج ت2	*0.733-	معنوي
			مج	مج ض	*1.266	معنوي
			ت2	مج ت1	*0.733	معنوي
2	الارسل من الاعلى	درجة	مج	مج ت1	*0.800-	معنوي
			ض	مج ت2	*1.300-	معنوي
			مج ض	مج ض	*0.800	معنوي

معنوي	0.008	*0.500-	مج ت2	مج ت1			
معنوي	0.000	*1.300	مج ض	مج			
معنوي	0.008	*0.500	مج ت1	مج ت2			
معنوي	0.005	*0.400-	مج ت1	مج			
معنوي	0.000	*1.00-	مج ت2	ض			
معنوي	0.005	*0.400	مج ض	مج			
معنوي	0.000	*0.600-	مج ت2	مج ت1			
معنوي	0.000	*1.00	مج ض	مج			
معنوي	0.000	*0.600	مج ت1	مج ت2			
معنوي	0.005	*0.466-	مج ت1	مج			
معنوي	0.00	*0.866-	مج ت2	ض			
معنوي	0.005	*0.466	مج ض	مج			
معنوي	0.015	*0.400-	مج ت2	مج ت1			
معنوي	0.000	*0.866	مج ض	مج			
معنوي	0.015	*0.400	مج ت1	مج ت2			

من الجدول (12) تبين هناك فروقات ذي دلالات احصائية لتعلم مهارات الدراسة الحالية بين مجاميع البحث الثلاث، لصالح المجموعة التجريبية الثانية والتي استخدمت (الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر) وتليها المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت (الوسائط المتعددة) وتليها المجموعة الضابطة والمستخدم (أسلوب المدرس المتبع).

ويعزو الباحث الى الفروق لنتائج المجموعة (2) الى الاثر الذي أحدثته الوحدات التعليمية باستخدام الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر اسهم بشكل واضح من خلال تطبيق الوحدة التعليمية التي تكوين الصور الخاصة بالمهارات المرات تعلمها وتثبيتها وخزنها في الذاكرة وهذا ما اوجدته النتائج البعدية عند مقارنة البرامج الثلاث ونرى هنا تفوق المجموعة الثانية، ويتفق كلامنا هذا مع (Anouya, 2002) أن أسلوب التدريب الذهني غير المباشر الذي يتضمن كتابة التعليمات مشاهدة الأفلام واستماع الوصف الفني الجيد واسترجاع الصور المطلوبة والجيدة إضافة إلى الدمج بين الوسائل السمعية والبصرية ساعد الطلاب من الأفراد المنضوين تحت مظلة هذه المجموعة على تصور الأداء الفني الصحيح واسترجاع الصورة المطلوبة والجيدة للمهارة (Aldewan et al., 2007)

4-الاستنتاجات والتوصيات:

- 1-اظهرت النتائج تأثيرا ايجابيا لأفراد مجاميع البحث الثلاث في التصور الحركي.
- 2-اظهرت النتائج تأثيرا ايجابيا للوسائط المتعددة والمصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر والاسلوب المتبع في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة.
- 3- تفوقت المجموعتين التجريبيتين على المجموعة الضابطة في تنمية التصور الحركي .

4- تفوقت المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر على المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت الوسائط المتعددة والمجموعة الضابطة والتي استخدمت الأسلوب المتبع في تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة.

التوصيات

- 1- ضرورة استخدام الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر في العملية التعليمية.
- 2- اجراء دراسات وبحوث باستخدام الوسائط المتعددة المصحوبة بالتدريب الذهني غير المباشر.
- 3- الاهتمام التصور الحركي لما له دور كبير في عملية تعلم المهارات الرياضية والوصول بالأداء الى افضل المستويات

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلاب المرحلة الاولى في جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للسنة الدراسية 2022 / 2023

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

علي فتاح رشيد <https://orcid.org/0009-0005-1907-9876>

References

- 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., Taiba Hussein Abdel Rasoul, & Sa'ad Layeth Abdul-Kareem. (2007). The Effect of Using Cooperative Teaching Method in Developing The Performance Level of Commencement Strike Skill in Volleyball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 21, 7–23. <https://www.iasj.net/iasj/article/53843>
- Al-Dhamd, A. S. J. (2000). *Physiology of mental processes in sports – analysis – training – measurement*. Dar Al-Fikr for Printing, Publishing and Distribution.
- Alsaeed, R., Kazem, H. A., Kamel, S. S., & Jawad, W. Q. (2024). Specific assessment exercises based on visual sensory modeling and its effect on some biomechanical indicator spiking skill on volleyball. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3).
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.753>
- Anouya, T. O. (2002). *Athlete's Guide to Psychological Preparation* (p. 96). Wael Printing and Publishing House.
- Hamad, S. H., Saad, H. M., Agam, B. I., & Farhan, M. K. (2024). THE EFFECT OF VISUAL TRACKING EXERCISES ON SOME MOVEMENT ABILITIES AND THE SKILL OF DEFENDING THE COURT IN VOLLEYBALL FOR STUDENTS. *Proximus Journal of Sports Science and Physical Education*, 1(7), 77–83.
- Khayoun, Y. (2002). Motor learning between principle and application. *Al-Sakhra Library for Printing, Baghdad, Iraq*, 65.
- Kojak, K. H. (2008). *Diversifying Classroom Instruction: A Teacher's Guide to Improving Teaching and Learning Methods in Arab Schools* (p. 131). UNESCO Regional Library for Education in the Arab States.
- Mahjoub, W. (2000). *Learning and Scheduling Sports Training* (p. 49). Al-Adel Library for Technical Printing.
- Mahjoub, W. (2001). *Lectures on motor learning for doctoral students* (p. 4). College of Physical Education.
- Meinl, K. (1987). *Motor Learning* (2nd ed, p. 152). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.
- Naseef, A. A. (1987). *Training in Wrestling* (2nd ed, p. 162). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.

- 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).
- Qasim, L. S. (2005). *Topics in Motor Learning* (p. 56). Al-Jumaa Press.
- Salami, A. R. (2002). *The effect of a proposed program of two methods in mental training on some basic skills and the level of motor satisfaction in football* [Unpublished master's thesis]. University of Mosul.
- Shabib, S. S., Hammad, S. H., Wadi, D. H., & Jassim, R. S. (2024). The effect of special exercises with sensory stimuli on the concentration of attention and the accuracy of stabbing with the foil weapon among students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4), 50–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.852>
- Shalash, N. M., & Sobhi, A. M. (2000). *Motor learning* (p. 65). University of Mosul.
- Shimon, M. A.–A. (2001). *Mental training in the sports field* (1(2), p. 362). Dar Al Maaref Publishing.
- Vandalen. (1985). *Research methods in education and psychology* ((translated) by Muhammad Nabil and others, Ed.). Anglo–Egyptian Library.

أموذج لوحدو تعلللمووعة التووبللة الللنة بأسلوب الوسائل المتعددة المصوبة بالتووب اللهنل عفر المباشر

زمن الوحدو التعلللمووعة: 90 دقلقة.

الأهءاف التعلللمووعة: 1-أن يتعلم مهارة الارسل التنسل.

عدء الطلاب: 20 طالب

2-أن يتعلم الطالب طرلقة الاسترخاء اللهنل الصلل.

الحركات المستخدمة: بساط الحركات الأرضللة

الأهءاف التروبلووعة: 1-تعزفر ثقة الطالب بنفسه من اللال الأداء الصلل.

القسم	النشاط	الزمن	شرح الفعالللات الحركللة	التشكلللات	الملاحظات
الاعءاءل 30 د	المقدمة	5د	تووبلز الأدوات الللزلة للوحدو التعلللمووعة	xxxxxxxxxxxx	الوقوف بشكل نسق
	الأءماء العام	10د	تهللنة الجسم من أجل الواجب الرللسل للوحدو التعلللمووعة أفل يشمل جمفع أجزاء الجسم.	xxxxxxxx x x x	الأءماء اللللل للجسم
	التمرلن الخاصة	15د	تمرلن تمطللة للجسم تخص المهارة. تمرلن مرونة للذراعفن والاكتاف. تمرلن مرونة الرلللن.	x x x x x x x x x x x	التأكفد على اءماء كافة العضلات والمفاصل.
الرللسل 55د	الجزء التعلللمووعل	10د	فستءم الطلاب الوسائل المتعددة اللل تم توفيرها للطلاب من أجل تعلم وتطبلق مهارة الارسل التنسل.	xxxxxxxx x x x x	التأكفد على استءءام الطلاب للوسائل المتعددة

		<p>1-تمارين الاسترخاء الذهني:</p> <p>أ-الاهتمام بتمارين الشهييق والزفير حيث تكون التمارين ببطئ مع جعل عضلات الذراعين والكتفين والرجلين في حالة استرخاء عن الزفير.</p> <p>ب- يتم أخذ شهيق سريع وعمل حركة التكوير بقوة ويكون التنفس من المعدة بعدها يتم مد الرجلين وفي نفس الوقت يطرح الزفير.</p> <p>ج-التمرين على الاسترخاء البدني لمدة (50 – 60) ثا</p> <p>2-التصور الذهني الداخلي</p> <p>1-مشاهدة صور متحركة لمهارة الارسال التنسي (60) ثا</p> <p>2-التصور الذهني للصور المتحركة للمهارة (5 × 12) ثا</p> <p>3-مشاهدة أفلام CD لمهارة الارسال التنسي (60) ثا</p> <p>4-التصور الذهني لمهارة الارسال التنسي (5 × 12) ثا</p>	د5	النشاط الذهني	
		<p>الوقوف خلف خط الارسال من اجل الاحساس بالمسافة وكذلك ارتفاع الشبكة.</p> <p>الوقوف الصحيح مع تطبيق الحركة بدون كرة.</p> <p>قذف الكرة الى الاعلى بدون ضربها من اجل الاحساس بالمسافة والقوة.</p> <p>يقف متعلم مقابل متعلم المتعلم المرسل يطبق الحركة مع ضرب الكرة الممسوكة</p> <p>تنفيذ الحركة مع ضرب الكرة بشكل خفيف مع التاكيد التكنيك الصحيح تأدية الحركة بشكل كامل.</p>	د5 د5 د5 د5 د5 د15	الجزء التطبيقي 40	
		تمارين تهدئة وتنفس من خلال المشي	د3	تمارين تهدئة	الختامي د5
		الوقوف بشكل نسق وترديد شعار الانصراف	د2	الانصراف	

-يتم اعطاء تمارين الاسترخاء قبل ممارسة التصور الذهني لأنه يعد الخطوة الأولى في التدريب الذهني. (شمعون , 1996 , 176)

-يتم اعطاء فترة واحدة بين كل تكرار وآخر بزمان متطابق لزمان العمل (1:1)

-يتم اعطاء فترة راحة بين كل تمرين وآخر. (علماً أن كافة التمارين الخاصة بالتدريب الذهني تؤدي من قبل عينة البحث في وقت واحد

