

دراسة علاقة سرعة حركة ذراع الطالبة المساعدة بمستوى اداء مهارة القفز على المهر فتحا ضمن منهج الجمناستك الفني

د. منال عيود

مستلخص البحث

ان المهارات العقلية تلعب دورا هاما في اداء الطالبة المساعدة وامكانياتها واستعدادها المبكر لاستقبال الطالبه القادمة لاداء المهارة ولاهمية ذلك من اجل اظهار دلالات علمية في مهارة القفز على المهر في الجمناستك الفني مما دعى الباحثة الى التعرف على سرعة حركة ذراع الطالبة المساعدة باعتبارها من العمليات العقلية وعلاقتها بمهارة القفز على المهر مما لها من اهمية كبيرة في اكتساب الاداء الصحيح لتلك المهارة .

وقد هدفت الدراسة الى :-

التعرف على العلاقة بين سرعة حركة ذراع الطالبة المساعدة ومستوى اداء مهارة القفز على المهر فتحا ضمن منهج الجمناستك الفني .

ولتحقيق هدف البحث افترضت الباحثة وجود علاقة ارتباط بين سرعة حركة ذراع الطالبة المساعدة ومستوى اداء مهارة القفز على المهر فتحا ضمن منهج الجمناستك الفني .

اما فيما يخص الدراسات النظرية فقد تطرقت الباحثة الى عدة مباحث تتعلق بالعمليات العقلية وسرعة رد الفعل للطالبة المساعدة فضلا عن اداء مهارة القفز على المهر فتحا للطالبة الاخرى والتي تناولها البحث الحالي كما لم يتم التطرق الى الدراسات المشابهة التي لها علاقة بموضوع البحث الحالي لعدم وجود دراسة تبحث في حركات الطالبة المساعدة .

واتبعت الباحثة الاجراءات الاتية لتحقيق هدف البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي لمأتمته للبحث .

- 1- تمثلت عينة البحث بطالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد للعام الدراسي 2009-2010 والبالغ عددهن (20 طالبة) .
- 2- بعد تحديد مهارة (القفز على المهر فتحا) ضمن منهج مادة الجمناستك الفني للصف الثاني تم اختيار الاختبارات الملائمة والمتمثلة بالاختبارات المهارية والحركية التي تضمنت اختبار سرعة حركة الذراع للطالبة المساعدة اضافة الى اختبار القفز على المهر فتحا . وكانت النتيجة ان تبين وجود علاقة ارتباط معنوية بين الاختبارين ويعزى السبب الى امتلاك الطالبات اللواتي حصلن على درجات عالية في اداء القفز على المهر فتحا كم عالي من الامان اتجاه المساعدة لسرعة حركة ذراعيها والامساك بهن للمساعدة بسهولة وخفة ، الامر الذي هون على الطالبة المؤدية للمهارة ادائها بهدوء عالي ، واوصت الباحثة بالتاكيد على تدريب سرعة حركة الذراع لدى الطالبات المساعدات في اداء المهارة الصعبة .

RESEARCH SUMMARY

Study of Relationship of Assistant Student Arm Movement with Open Jumping on Horse Skill Level in Gymnastic Apparatus Syllabus

Mind training contributes in motor skill acquire level , its very important in motor learning process in teaching job generally, when mind imaging correctly that helps to support nervous pathway which helps correct performance in next time, mind skills play important rule in assistant student performance and her ability and early readiness to welcome next student to do

skill, this is important to show scientific proofs in jumping on horse skill in gymnastic apparatus, this leads researcher to know assistant student arm movement speed (which is considered to be mind skill) and its relationship with jumping on horse skill which has great importance in acquire skill correct performance .

The Study Aimed to :-To know the relationship between assistant student arm movement speed and jumping horse skill level, in apparatus gymnastic syllabus. The research suppose that there is relationship between assistant student arm movement speed and jumoing on horse skill level to achieve the aim of the research. Regarding theoritical studies, researcher refers to many sides related to mind process and reaction speed of assistant student in addition to open jumping horse skill performance of another student which current research deal with. The researcher follow next procedure to excute the aims of the research :-Descriptive syllabus is used to suite the research. The patter of the research is students of third year in College of Physical Education of Sports for Women / University of Baghdad of the year 2009-2010 who are (20) st. After specify the skill (open jumping on horse) in apparatus gymnastic syllabus of third year, suitable teste are selected , representative by motor and skill tests, include assistant student arm movement speed in addition to open jumping on horse tests, the result is, there is significant relationship between the two tests, the reason is, the student who score high marks have great sense of safe

towards the assistant for high speed of her arm movement, and touch them to help easily and lightly.

الباب الاول

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث واهميته :

تسهم الكثير من العمليات العقلية العليا لدى الانسان في عملية التعلم ، والتعلم الحركي جزء مهم منها ، ولا شك ان التعلم يسهم بشكل كبير في تنمية قدرات الانسان الادراكية والعاطفية والسلوكية ومن العمليات العقلية العليا التي تساهم في عملية التعلم الحركي الانتباه والتركيز والادراك والتفكير والتصور ورد الفعل الحركي¹ ، ويساهم التدريب العقلي في مراحل اكتساب المهارات الحركية ويؤدي دورا مهما في عملية التعلم في المجال الحركي بشكل عام فعندما يتم التصور العقلي بطريقة صحيحة فان ذلك يعمل على تدعيم المسار العصبي الذي يساعد على الاداء الصحيح في المرة التالية للاداء وقد استخدم مصطلح التدريب العقلي لوصف الطرق النفسية التي تهدف الى التحكم والتغيير في سلوك الفرد العقلي او البدني² .

ومن هنا تتجلى اهمية البحث في معرفة سرعة حركة ذراع الطالبة المساعدة وعلاقتها بمهارة الطالبة المؤدية لمهارة القفز على المهر لما لها من تأثير كبير على تعلم تلك المهارة واداء التكنيك الصحيح لها واتقانها .

2-1 مشكلة البحث :

محور دراستنا هو الجانب العقلي وفيه رد الفعل الحركي (التصور والتفكير والتركيز وسرعة رد الفعل) وفعاليتها في الاستعداد الكامل لاستقبال الطالبة القادمة الى جهاز القفز بسهولة وتركيز شاملين من قبل الطالبة المساعدة، لذلك فان هذه المهارات العقلية تلعب دورا هاما في اداء الطالبة المساعدة وامكانياتها واستعدادها

¹ نجاح مهدي واکرم محمد؛ التعلم الحركي، ط2 (الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000) ص180 .
² محمد العربي وعبد النبي الجمال؛ التدريب العقلي في التنس، ط1 (جامعة حلوان وطنطا : دار الفكر العربي ، 1996) ص13 .

المبكر لاداء الطالبة القادمه للمهارة وهذا ما دفع الباحثة الى التعرف على مدى سرعة رد فعل الطالبة المساعده المتمثلة بسرعة حركة ذراعها وعلاقته باداء الطالبة الاخرى لمهارة القفز على المهرليكون نقطة انطلاق للتخلص من الضعف الذي لاحظته الباحثة لدى الطالبات وهنا تكمن مشكلة البحث حيث ان الباحثة ترى في سرعة ذراع الطالبة المساعدة الدور الكبير لانجاح عملية القفز على المهر وكيفية استيعابها للمهارة المطلوب ادائها في لعبة الجمناستك الفني وبسبب عدم شعور الطالبة المؤدية بالامان اتجاه الطالبة المساعدة ولعدم تأكدها من امكانية المساعدة وسرعة حركة ذراعها واستقبالها بالوضع الصحيح هي المشكلة لذا فهي تتلأ عند تأدية المهارة.

3-1 هدف البحث :

4-1 التعرف على العلاقة بين سرعة حركة ذراع الطالبة المساعدة ومستوى اداء الطالبة الاخرى في مهارة القفز على المهر .

5-1 فرض البحث :

هناك علاقة ارتباط بين سرعة حركة ذراع الطالبة المساعدة ومستوى اداء الطالبة الاخرى لمهارة القفز على المهر .

6-1 مجالات البحث :

1-6-1 المجال البشري :

عينة من طالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد

2-6-1 المجال الزمني :

للمدة من 2009/11/6 ولغاية 2010/12/21 للعام الدراسي 2009-2010 .

3-6-1 المجال المكاني :

قاعة الجمناستك الداخلية في كلية التربية الرياضية للبنات .

7-1 تحديد المصطلحات :

1-7-1 سرعة رد الفعل : انها قدرة الانسان على الاستجابة لمثيرات المحيط ، والتي يتم استلامها من قبل الاعضاء الحسية في القشرة الدماغية ، والاستجابة السريعة لهذه المثيرات¹

الباب الثاني

1-2 الدراسات النظرية :

1-1-2 القدرات العقلية :

ان الانسان عندما يتعامل مع المحيط يجب ان يعرف هذا المحيط حتى يستطيع حماية نفسه من الاخطاء ((والشرط الاول لهذه المعرفة هو ان ينتبه الى ما يهمله من هذه البيئة وان يدركها كحواسه كي يستطيع ان يؤثر فيها وان يسيطر عليها بعقله وعضلاته)) . فالانتباه والادراك هما الخطوة الاولى لتكيف الفرد مع المحيط . وان الانتباه والادراك من العمليات العقلية المتلازمة وهما في التعلم الحركي فهم الفعل الحركي المبكر والانتباه يقودنا الى الفعل الحركي او العمل الحركي .

وان الفعل الكامن والفعل الحركي : عمليات عقلية من خلالهما يكون الاداء الحركي للمهارة ، وليس من اليسير اعطاء حدود فاصلة بين العمليات العقلية مثل الانتباه والادراك والتصور والتفكير والتركيز ومن الطبيعي في الدراسات النظرية فصل هذه العمليات عن بعضها لفهمها ، وعلى ضوءها تقدم البرامج النموذجية لغرض معرفتها والتأكد من صحتها ، واننا في علم الحركة نقسم هذه العمليات الى نوعين :

النوع الاول : العمليات العقلية التي تتعلق بالفعل الحركي وهي :

1- الانتباه . 2 - التركيز . 3- رد الفعل .

النوع الثاني : العمليات العقلية التي تتعلق بالفعل الكامن وهي :

1-الادراك . 2- الابداع (الخيال الحركي) . 3- التفكير . 4- التصور .

¹ نجاح مهدي واکرم محمد؛التعلم الحركي ، ط2 ، (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، سنة 2000) ، ص182 .

ولا يخفى ان كل هذه العمليات العقلية اساس العقل البشري¹ .

2-1-1-1 العمليات العقلية للفعل الحركي :

الانتباه : الانتباه في المجال الحركي هو عندما يجتذب الفرد لشيء ما كتعبير عن حالته ويكون الانتباه مربوط بحاستين الاولى تسمى حاسة النظر والثانية حاسة السمع وان هاتين الحاستين مهمتان جدا في جميع الحركات ، والانتباه قدرة الفرد على اداء النشاط الحركي ومعرفة ما يحدث ، فالتفاعل مع الاجهزة والادوات والمهارات كلها عنصر انتباهي مهم في الحركات الصعبة ، فالانتباه استعداد لان تدرك شيء ، وهو تهيء ذهني ويمكن للانتباه ان يتراجع لعوامل عدة وتسمى في علم النفس عجز الانتباه وهي :

1-العوامل الجسمية : مثل الاضطرابات في الاجهزة الجسمية (الافرازات) .

2-العوامل النفسية : مثل القلق والاضطهاد .

3-العوامل الاجتماعية : وهي المشكلات العائلية .

4-العوامل الفيزيائية : وهي الحرارة والتهوية والضوء² .

التركيز : هو عندما يكون الانتباه مركز ومجتمع في حالة الاداء ، والتركيز معناه هو تجميع الافكار وتثبيت الانتباه لتحقيق الهدف، فالتركيز معناه هو تجميع كافة الافكار والعمليات الفكرية بنقطة واحده لخدمة العمل المهاري المراد تحقيقه³ .

2-1-1-2 رد الفعل الحركي :

انها قدرة الانسان على الاستجابة لمثيرات المحيط ، والتي يتم استلامها من قبل الاعضاء الحسية الى القشرة الدماغية ، والاستجابة السريعة لهذه المثيرات ، ولقدرة رد الفعل علاقة بتطوير الجهاز العصبي المركزي ، والاداء الحركي هو تغيير وانعكاس للعمليات التي تجري داخل الجسم ، وهي سرعة العلاقة بين المركز العصبي والعمل العضلي ، ومن صفات رد الفعل الحركي الارادي هي : انها مرتبطة بالمحيط .

¹ وجيه محجوب ؛ علم الحركة ، (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1989) ص 23 .

² وجيه محجوب ؛ المصدر السابق نفسه ، ص 25 و ص 27 .

³ وجيه محجوب ؛ المصدر السابق نفسه ، ص 25 و 27 .

- 1- ان هناك ارتباطا ثنائيا بين المحيط الخارجي واستجابة الاعضاء .
- 2- انها ترتبط بقوة وضعف المثير .

وعلاقة رد الفعل الحركي ببعض العمليات العقلية الاخرى ، وهي ان رد الفعل الحركي يتصف بالوقت القصير وان لقدرة رد الفعل الحركي اهمية لا يستهان بها في معظم الفعاليات الرياضية ، الا انها تختلف من مهارة الى اخرى .

وتم تقسيم رد الفعل الحركي الى اربعة مراحل هي على التوالي :

- 1- المرحلة التحضيرية : وهي مرحلة انتظار المثير .
- 2- مرحلة ظهور المثير : هي مرحلة ملاحظة المثير .
- 3- مرحلة استقبال المثير : من خلال الاعضاء الحسية .
- 4- مرحلة الاستجابة للمثير : الجواب¹ .

وان التجارب السابقة وتكرار التمرين يؤدي الى رد فعل قوي مع الاخذ بعين الاعتبار قابلية الفرد لهذه الخاصية ، والانتباه والتركيز يسهل من عملية رد الفعل : من هذا نرى ان رد الفعل الحركي هو الفترة الزمنية المحصورة بين المثير والاستجابة الحركية وهي رد فعل كان محصورا بانتقال المثير عن طريق اعطاء الحس مفسرا بالدماغ منتقلا الى الحواس الحركية وهذه الفترة الزمنية القصيره جدا مرتبطة بوحدة العمليات العصبية .

اشكال السرعة :

يتميز هاره بين ثلاثة اشكال من السرعة وهي :

- 1- السرعة الانتقالية
- 2- السرعة الحركية
- 3- السرعة الاستجابة² .

السرعة الانتقالية او التحرك : تعني "سرعة الانتقال من مكان الى اخر

باقصى قوة وسرعة ممكنة³ .

¹ نجاح مهدي واکرم محمد ؛تعلم الحركي ، ط2 (جامعة الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر ،) ص182 ، 2000 .
² - عادل عبد البصير ؛التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق : ط1 ، القاهرة مركز الكتاب للنشر ، 1999 ، ص105 .
³ - قاسم حسن حسين ، فتحي المهشيش يوسف ؛ الموهوب الرياضي : ط1 ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 1999 .

ووفقا لتعريف هارة انها "التحرك للامام باسرع ما يمكن . وهي تعني قطع

مسافة محدودة في اقل زمن ممكن .¹

وجيه محجوب عرفها : هي " الانتقال من مكان الى اخر باقصى سرعة ممكنة

اي التغلب على مسافة معينة باقصر زمن ممكن .²

عقيل الكاتب عرفها ان السرعة الانتقالية تطبق على الحركات والالعاب الرياضية التي

يكون فيها شكل الحركة متكررا (حركة دائرية) .³

اما السرعة الحركية : تعني السرعة القصوى لانقباض العضلة او المجموعة

العضلية عند القيام باداء حركة ما لمرة واحدة .⁴

حسانين واخرون "يقصد بها سرعة الانقباضات العضلية عند اداء الحركات

الوحيدة ك " تعني سرعة انقباض العضلة او مجموعة عضلية عند اداء الحركات

ذات الصفة الثلاثية .⁵

ساري احمد عرفها هي " سرعة انقباض عضلة او مجموعة عضلية معينة عند

اداء الحركات الوحيدة او المركبة ويقصد بها اداء حركة ذات هدف محدد لمرة واحدة

او عدد متتالي من المرات في اقل زمن ممكن .⁶

علي سلوم " تعني اداء حركة ذات هدف محدد لمرة واحدة او لعدد متتالي من

المرات في اقل زمن ممكن او اداء حركي ذات هدف محدد لاقصى عدد من التكرارات

في فترة زمنية قصيرة ومحددة " .⁷

كمال جميل يصفها بسرعة اداء الحركة " وتعني سرعة الانقباضات العضلية عند اداء

الحركة، لذلك تتحقق السرعة في عملية الانقباض للالياف العضلية التي يلزمها

¹ - محمد صبحي حسنين، احمد كسرى معاني؛ موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي، ط1، القاهرة مركز الكتاب للنشر، 1998، ص75 .

² - وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : ط1 ، عمان ، دار وائل للطباعة والنشر ، 2001 ، ص 81 .

³ - عقيل عبد الله الكاتب ؛ الكرة الطائرة التدريب وخطط الجماعية واللياقة البدنية : ج1، بغداد ، مطبعة التعليم العالي، 1988، ص18 .

⁴ - قاسم حسن حسين واخرون ؛ مصدر سبق ذكره ، 228 .

⁵ - وجيه محجوب ؛ مصدر سبق ذكره : ص 81 .

⁶ - ساري احمد حمدان ، توما عبد الرزاق سليم ؛ اللياقة البدنية والصحية : ط1 ، عمان ، دار وائل للنشر ، 2004 ، ص45 .

⁷ - علي ساوم ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي : القادسية ، الطيف للطباعة والنشر ، 2004 ، ص75 .

الانقباض اثناء اداء التمرين اوالمهارة وهذا ما يحصل اثناء توجيه الكمة وكذلك عند استلام كرة السلة¹.

3-6-1 مهارة القفز فوق الحصان الصغير (القفز فتحاً) :

جميع القفزات التي تؤدي على حسان القفز تمر في خمس مراحل مرتبطة مع بعضها ، وأي اخفاق في أية مرحلة يؤثر سلبياً على المرحلة التي تليها . وال مراحل هي :-
اولاً / الركضة التقريبية

ثانياً / النهوض (الارتقاء) والمتضمنة النواحي الميكانيكية التالية :

1- ضرب القفاز بالقدمين يكون بأكبر قوة واقصر زمن .

2- زمن الارتقاء حوالي 10/1 .

3- مرجحة الذراعان الى الامام ثم ايقافها مباشرة عند وصولهما الى مستوى الرأس .

في لحظة ترك القدمين القفاز تخطف الرجلان الى الخلف الأعلى لزيادة السرعة.

4- يكون اتجاه مسار الجسم في لحظة انطلاقه باتجاه محصلة القوة للقوة الافقية المتولدة من الركضة التقريبية .

ثالثاً / الطيران الأول

رابعاً / الطيران الثاني

خامساً / الهبوط

ونذكر هنا الخطوات التعليمية (التدرج بالحركة) للقفز على المهر:

1- التدريب على الركضة التقريبية ، وتثبيت تعيين مسافتها ، وزيادة سرعتها تدريجياً .

¹ - كمال جميل الرياضي؛التدريب الرياضي للقرنالحادي والعشرون ط2 ، عمان ، الجامعة الاردنية ، 2004 ص60 .

التدريب على النهوض (الارتقاء) بأجراء القفز العمودي والتكور والمنحني فتحاً
وضماً وتشكيل نجمة في الهواء .

2- أداء مهارة حركة القفز (القفزة الطائرة) على البسط المرتفعة نسبياً . الغرض
من التمرين هو التدريب على خطف الرجلين الى الخلف الاعلى .

3- القفزة فتحاً على المهر وزيادة ارتفاعه تدريجياً .

4- القفز على الحصانين الصغيرين (واحد وراء الآخر)

5- أداء القفزة فتحاً على المهر طولاً.

طريقة المساعدة: تقف المساعدة خلف المهر لاستلام المتعلمة من تحت صدرها
والتحرك معها باتجاه الحركة لغرض امتصاص القوة الافقية ويجب على المساعدة ان
تركز على بداية الركضة التقريبية وتنتبه عند وصول المتعلمة الى فقرة اداء القفزة
فتحا على المهر واهم الشروط التي يجب ان تأخذ بها المساعدة لانجاح العملية هي
سرعة حركة الذراعين لاستقبال الطالبة المتعلمة .

الباب الثالث

1- منهج البحث واجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة لمشكلة البحث .

3-2 عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من طالبات كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد
والمؤلفة من (20) طالبة من المرحلة الثانية شعبة (ج) من اصل 104 لاربع شعب
وكانت النسبة المئوية (19%) واستخدمت الباحثة طريقة القرعة في اختيار الشعبة
حيث تم استبعاد الطالبات الراسبات واللواتي لديهن غيابات من الشعبة وكانت النسبة
(20) طالبة .

3-3 الادوات المستخدمة :

هي المهر ، قفاز ، بساط جمناستك ، ساعة توقيت ، قرصين مصنوعة من الخشب مبطنتين بالجلد مثبتة افقيا المسافة بينهما (20 بوصة)

4-3 الاختبارات :

بعد الاطلاع على المصادر¹ تم اختيار احد الاختبارات المهارية الخاصة لقياس سرعة رد فعل الطالبة المساعدة في مهارة القفز على المهر (اختبار قياس سرعة حركة الذراع) للطالبة المساعدة للمهارة نفسها وقد عرضت على الخبراء* من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الجمناستك الفني وكذلك في اختصاص القياس والاختبار لآخذ آرائهم حول مدى صلاحيتها لقياس المتغيرات في البحث وقد حققت هذه الاختبارات اهمية بنسبة 80 % وفيما يلي توضيح لهذه الاختبارات .

*الاختبار المهاري :

- القفز على المهر .
- الغرض من الاختبار : قياس مستوى اداء مهارة القفز على المهر .
- الادوات : مهر ، قفاز ، بساط للهبوط .
- مواصفات الاداء : وقوف الاستعداد ثم الركضة التقريبية وضرب القفاز لعبور المهر فتحا من فوقه مع وقوف الطالبة المساعدة بالجهة المعاكسة (مواجهة) وعلى البساط والالتزام بتحريك الذراعين بالوقت المناسب لمساعدة الطالبة المؤدية للمهارة .
- التسجيل : تكرر الطالبة المؤدية للمهارة المحاولة ثلاثة مرات وتؤخذ المحاولة الافضل وتوضع لها درجة من 10 .

¹ محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط6، ص293، 2004م .

6- اختبار سرعة حركة الذراع في الاتجاه الأفقي¹.

- الغرض من الاختبار : قياس سرعة حركة ذراع الفرد في تقريب وتباعد الذراع في المستوى الأفقي .

الادوات : ساعة إيقاف ، الجهاز الموضح في الشكل رقم (2) وهو عبارة عن قرصين من الخشب (مبطنتين بالجلد) وموضوعتين أفقياً بحيث تكون المسافة بينهما (24) بوصة ، يوضع الجهاز على منضدة بارتفاع مناسب ، كرسي .

- مواصفات الاداء : يجلس المختبر امام الجهاز وعلى بعد ثماني بوصات وعند سماع اشارة البدء يقوم بلمس (القرص) اليمنى باطراف اصابعه ثم يقوم بلمس القرص الايسر بنفس اليد (دورة) . يكرر هذا العمل اكبر عدد ممكن من المرات في عشرين ثانية .

- التسجيل : يحسب عدد الدورات التي يقوم بها المختبر في خلال العشرين ثانية .



¹ يستخدم هذا الاختبار لعمر 18 سنة فما فوق .
* د.ثرىا نجم دكتوراه اختبارات كلية التربية الرياضية \الجادية الست وردة علي ماجستير اختبارات كلية التربية الرياضية للبنات
د.زهرة حسين دكتوراه جمناستك فني كلية التربية الرياضية \ الجادية د.هدى شهاب دكتوراه جمناستك فني كلية التربية الرياضية للبنات

3-4-4 الاسس العلمية :

3-4-4-1 صدق الاختبار : ((ويعني الصدق ان الاختبار المستخدم يقيس الصفة المراد قياسها ، ولا يعطي قراءات اخرى جانبية))¹ . وقد قامت الباحثة باستطلاع رأي الخبراء لتحديد صدق المحتوى للاختبارات المستخدمة .

3-4-4-2 ثبات الاختبار :

بعد الانتهاء من وضع الاختبار قامت الباحثة باستخدامه لأول مرة لقياس سرعة حركة الذراع على عينة قوامها (5) طالبات من مجتمع البحث وتم اعادة الاختبار عليهم بعد مدة (5) ايام ، ولقد تم استخدام قيمة معامل الارتباط بين الاختبارين الاول والثاني من خلال معامل الارتباط البسيط لمعرفة مدى ثبات الاختبار وبلغت قيمة (ر) المحسوبة (0.83) ونسبة احتمال خطأ (5%) ودرجة الحرية (18) وهي اكبر من قيمة الجدولية والبالغة (0.444) مما يؤكد ثبات الاختبار لسرعة حركة الذراع بدرجة ثبات عالية .

3-4-4-3 موضوعية الاختبار :

ان الاختبارات التي استخدمتها الباحثة ذات اجراءات واضحة وسهلة الفهم وبعيدة عن التقويم الذاتي للقائم بعملية الاختبار وذلك لان التسجيل تم باستخدام وحدات الزمن والتكرار اذ ان ((درجة الموضوعية ستكون عالية اذا اعتمده الممتحن او الباحث على اداة ميكانيكية متقنة في القياس كساعة توقيت او شريط قياسالخ اذ ان استخدام هذه الادوات سوف يقلل الخطأ الى حد بعيد))² .

3-5 التجربة الرئيسية :

بعد ان تم التأكد من صلاحية الاختبارات المرشحة للتطبيق وكذلك صلاحية الادوات والاجهزة ، تم تطبيق الاختبارات على عينة مرشحة من طالبات المرحلة الثانية شعبة (ج) وجرت الاختبارات في القاعة الداخلية لجناستك الفني لكلية التربية الرياضية للبنات ، حيث استغرقت مدة الاختبارات يومين وابتداء من تاريخ 13-

11-2009 وبتاريخ 14-11-2009 .

¹ ايمان عبد الامير ؛ قياس زمن رد الفعل في البداية وعلاقته بالانجاز في المسافات القصيرة (100م_200م) ، (رسالة ماجستير ،جامعة بغداد ،كلية التربية الرياضية ،1991) .
²² نزار الطالب والسامرائي محمود ؛ مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية والرياضية : (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر) ، ص139 ، 1981 .

3-6 الوسائل الاحصائية المستخدمة :¹

استخدمت الباحثة الطريقة اليدوية لاستخراج المعالجات الاحصائيات التالية :

مج س

1- الوسط الحسابي : س -----

ن

مج(س - س)2

2- الانحراف المعياري : ع -----

ن

مج س مج ص

مج س ص - -----

ن

3- بيرسون : ر = -----

(مج ص) (مجس)2

(مج س 2 - -----) (مج ص 2 - -----)

ن

ن

الجزء

4- النسبة المئوية : ----- X 100

الكل

¹ وديع ياسين وحسن محمد ؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، (جامعة الموصل)، ص 101 و ص ، 1999 ، 214 .

الباب الرابع

عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين نتائج سرعة حركة الذراع للطالبة المساعدة ومهارة القفز على المهر .

بعد تحليل النتائج احصائيا بالطريقة اليدوية تم توصل الى ما يلي :

نرى من خلال الجدول رقم (1) .

جدول (1)

يوضح درجة معامل الارتباط بين سرعة رد الفعل ومهارة القفز على المهر

الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة المحتسبة	درجة الجدولية	مستوى الدلالة
اداء المهارة	13	3.54	0.921	0.444	0.05
سرعة حركة الذراع	15.58	1.47	0.921	0.444	0.05

بما ان الدرجة المحسوبة اكبر من الدرجة الجدولية فان هناك فرق معنوي .

مناقشة نتائج علاقة الارتباط بين سرعة حركة الذراع ومستوى مهارة القفز على المهر :-

من خلال النتائج التي تم عرضها لنتائج سرعة حركة الذراع ونتائج اداء مهارة القفز على المهر لافراد العينة وباستخراج معامل الارتباط (بيرسون) بينهما تبين ان هناك علاقة ارتباط معنوية ويعزى السبب الى امتلاك الطالبات اللواتي حصلن على درجات عالية في اداء القفز على المهر كم عالي من الامان اتجاه المساعدة لسرعة حركة ذراعها والامساك بهن للمساعدة بسهولة وخفة ، الامر الذي هون على الطالبة المؤدية للمهارة ادائها بهدوء عالي¹.

¹ محمد صبحي حسنين ؛ لقياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، ط6 ، ص 293 ، 2004 .

الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات .

2-5 التوصيات .

1-5 الاستنتاجات :

توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الاتية :

1- ان الاختبارات المعدة من قبل الباحثة قد اظهرت صلاحية عالية في قياس سرعة حركة الذراع ومهارة القفز على المهر لطالبات الصف الثاني كلية التربية الرياضية للبنات .

2- ان هناك علاقة بين سرعة حركة الذراع للطالبة المساعدة ومهارة القفز على المهر للطالبة المؤدية للمهارة .

2-5 التوصيات :

3- اعتماد التكنولوجيا الحديثة في اعداد وتصميم الاختبارات .

4- التاكيد على تدريب سرعة حركة الذراع لدى الطالبات المساعدات في اداء المهارة الصعبة .

5- تصميم اختبارات اخرى لباقي العمليات العقلية باستخدام الحاسبة الالكترونية ان امكن .

المصادر

1. ساري احمد حمدان ، توما عبد الرزاق سليم؛ اللياقة البدنية والصحية : ط1

، عمان ، دار وائل للنشر ، 2004 .

2. عادل عبد البصير؛ التدريب الرياضى والتكامل بين النظرية والتطبيق : ط1 ،

القاهرة مركز الكتاب للنشر ، 1999.

3. عقيل عبد الله الكاتب ؛ الكرة الطائرة التدريب وخطط الجماعية واللياقة البدنية : ج1، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988.
4. علي ساوم ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي : القادسية ، الطيف للطباعة والنشر ، 2004 .
5. قاسم حسن حسين ، فتحي المهشيش يوسف ؛ الموهوب الرياضي : ط1، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 1999.
6. كمال جميل الرضي ؛ التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرون ط2 ، عمان ، الجامعة الاردنية ، 2004 .
7. محمد صبحي حسانين ، احمد كسرى معاني ؛ موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي، ط1، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 1998.
8. محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، ط6، ص 293 ، 2004 .
9. نجاح مهدي واكرم محمد ؛ التعلم الحركي .ط1: (جامعة الموصل , دار الكتب للطباعة والنشر , 2000) .
- 10- نزار الطالب والسامرائي محمود ؛ مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية والرياضية : (جامعة الموصل , دار الكتب للطباعة والنشر , 1981) .
- 11- وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : ط1، عمان ، دار وائل للطباعة والنشر ، 2001 .
- 12- وجيه محجوب ؛ علم الحركة : (جامعة الموصل , دار الكتب للطباعة والنشر , 1989).
- 13- وديع ياسين وحسن محمد ؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : (جامعة الموصل , 1999) .

