

الشخصية القيادية وعلاقتها في مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة

الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى

المدرس الدكتور

صلاح وهاب شاكر

### ملخص البحث

اشتمل البحث على خمسة ابواب، في الباب الاول تم التطرق الى أهمية الشخصية القيادية للمربي، اذ تمثل السلاح المضمون لإحداث التأثير والتغيير في السلوك والاتجاهات التربوية والتعليمية لطلبة كليات التربية الرياضية وانعكاساتها التأهيلية لهم، كونهم مشروع مستقبلي في إعدادهم كقادة تربويين. أما مشكلة البحث فتكمن في قلة معرفة سمة الشخصية القيادية وعلاقتها في مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى، كونهن سيتأهلن كمدرسات ومربيات يمثلن قيادات تربوية تحتاج كل منهن إلى شخصية قيادية مؤثرة ومستوى من اللياقة البدنية كأنموذج يقتدى به تربوياً ونفسياً وبدنياً. وفي ضوء هذه المشكلة تم وضع اهداف البحث المتمثلة في التعرف على مستوى الشخصية القيادية، فضلاً عن مستوى اللياقة البدنية، وبالتالي معرفة علاقة الشخصية القيادية في مستوى اللياقة البدنية. اما مجالات البحث، فأشتملت على المجال البشري وتمثل في طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى، والمجال الزمني للمدة من ٢٠١١/٥/١ لغاية ٢٠١١/٦/١٥، والمجال المكاني كان في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى.

وفي الباب الثاني احتوى على الدراسات النظرية والمشابهة والمرتبطة بموضوع البحث. اما الباب الثالث قد احتوى منهجية واجراءات البحث، اذ استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية، ثم تطرق الى عينة البحث البالغة (٣٢) طالبة، التي تم اختيارها بالطريقة العشوائية، واعتمد الباحث للوصول الى تحقيق اهداف البحث استمارة قياس الشخصية القيادية الرياضية، فضلاً عن

سنة اختبارات بدنية كمؤشر لمستوى اللياقة البدنية. وتناول الباب الرابع عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها من خلال الجداول الاحصائية لايجاد العلاقات الارتباطية بين الشخصية القيادية ومتغيرات الصفات البدنية (القوة العضلية، السرعة، المرونة، الرشاقة، والمطاولة) اولا، وبالتالي بين الشخصية القيادية ومجمل اللياقة البدنية.

واخيراً تضمن الباب الخامس الاستنتاجات التالية التي توصل اليها الباحث في دراسته:

١. ظهور علاقة بين الشخصية القيادية وبين متغيرات (السرعة، المرونة، والمطاولة).

٢. عدم ظهور علاقة بين الشخصية القيادية وبين متغيرات (القوة الانفجارية لعضلات الذراعين، القوة الانفجارية لعضلات الرجلين، والرشاقة).

٣. ظهور علاقة كبيرة بين الشخصية القيادية وبين مستوى اللياقة البدنية بصورة عامة .

٤. ان للشخصية القيادية اهمية كبيرة في مستوى اللياقة البدنية والاداء الرياضي. اما اهم التوصيات فكانت الآتي:

١. ضرورة الاهتمام في اعداد المناهج التربوية والتعليمية لكليات ومعاهد التربية الرياضية، وتضمينها بعض المساحات لمواضيع الادارة والقيادة التربوية، والخاصة فيما يتعلق بتنمية الصفات والسمات الشخصية القيادية الفاعلة.

٢. الاخذ بنظر الاعتبار في انتقاء المرشحين للقبول في كليات ومعاهد التربية الرياضية ممن يتمتعون بالشخصية القيادية من خلال اخضاعهم واجتيازهم للاختبارات الخاصة بالسمات الشخصية القيادية.

٣. من الاهمية مراعاة ان يكون الرياضيين بصورة عامة، وممن يمارسون الفعاليات التي تتسم بالسرعة والمرونة والمطاولة بصورة خاصة يتسمون بشخصية قيادية.

Study Abstract

**Leadership Personality and it's Relation with Fitness Level  
for the fourth years Physical Education College Students  
(Girls)/ University of Diyala**

**The aim was to identify personal leadership level, and fitness level, and therefore knowing the relation between personal leadership level, and fitness level. The areas of research: the sample was (32) students which was chosen randomly from the fourth years in the college of Physical Education / University of Diyala, and period of research from 1/5/2011 until 15/6/2011, and was conducted in the College of Physical Education / University of Diyala.**

**The researcher used descriptive method in relations manner, to achieve the objectives of the research used questionnaire to measure leadership personality in sports, as well as six test indicators to find physical variables level. And then analyzed and discussed statistical tables to find relations between first the leadership personality and of physical variables (muscle strength, speed, flexibility, agility, and endurance), and second the relation between leadership personality and overall fitness.**

**The researcher in the study found the following conclusions:  
1- The was a relation between leadership personality and speed, flexibility, and endurance variables.**

2-The was on the relationship between leadership personality and explosive power of arm's muscles, explosive power of leg's muscles, and Fitness variables.

3-The was vast relation between leadership personality and physical fitness level in general.

4- The leadership personality has a great significance on physical fitness level and athletic performance.

The most important recommendations were the following:

1- A need to pay attention to prepare educational curricula in colleges and institutes of physical education, and included some spaces for administration subjects, educational leadership, and special connection with the development qualities and personality traits of active leading.

2- Taking into account in the selection of candidates for admission to colleges and institutes of physical education who has leadership personality and passing through subjection tests for personal leadership skills features.

3- Importance of taking into selection athletes in general, those who engage in activities to gain speed, flexible and endurance particularly who has leadership character.

## الباب الاول

١ - التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميته

اهتمت العديد من المراجع العلمية في مجال الإدارة Management بموضوع القيادة الإدارية، الذي أصبح الحجر الأساس في العملية الإدارية. وفيما بعد اتسع الاهتمام بموضوع القيادة الرياضية في مراجع علم النفس الرياضي نظراً لارتباطه الواضح بفاعلية وتماسك الجماعة الرياضية.

يتميز المجال الرياضي عن سائر المجالات الأخرى، بأنه مجال التفاعل والممارسة الذي يدور حوله تعديل سلوك الكائن البشري في الاتجاه المرغوب وخلق المواطن الصالح عن طريق تهيئة المناخ الملائم وتكوين الاتجاهات الإيجابية لدى الأفراد نحو المجتمع الذي يعيشون فيه<sup>(١)</sup>.

وبرز الاهتمام الواضح لدى الباحثين نحو تطبيق المعلومات والمعارف والمفاهيم المكتسبة من دراسات القيادة الإدارية على المدرب الرياضي Coach من انه قائد رياضي يقع على كاهله مهمة تخطيط وتنظيم وتقييم الفعاليات الرياضية كافة، بل اتسع نطاقها لتشمل القادة الرياضيين في مختلف مواقعهم (مدربين، إداريين، مربين).

والشخصية القيادية للمربي تمثل السلاح المضمون لإحداث التأثير والتغيير في السلوك والاتجاهات التربوية والتعليمية لطلبة كليات التربية الرياضية وانعكاساتها التأهيلية لهم، كونهم مشروع مستقبلي في إعدادهم كقادة تربويين.

نحن نحتاج إلى مدرسين في التربية الرياضية يتمتعون بسمة الشخصية القيادية المؤثرة، فضلاً عن مستوى من اللياقة البدنية يعزز من فاعلية الأداء الفني النموذج (القدوة) لتحقيق مجمل الأهداف التربوية والتعليمية في المؤسسات كافة.

تتجلى أهمية البحث في محاولة التوصل لإيجاد علاقة بين الشخصية القيادية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى، من خلال معرفة السمات التي يتمتعن بهن والتي تشكل بمجملها الشخصية القيادية، فضلاً عن مستوى اللياقة البدنية لديهن، وهن على أبواب التخرج والتأهيل كمدرسات في

(١) طلحة حسام الدين وعدله عيسى مطر؛ مقدمة في الإدارة الرياضية: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧) ص ٢٥.

التربية الرياضية، وذلك بإختبارات نظرية وعملية ومحاولة الربط فيما بينهما، أي بين الشخصية القيادية ومستوى اللياقة البدنية.

#### ٢-١ مشكلة البحث

تحدد مشكلة البحث في قلة معرفة سمة الشخصية القيادية وعلاقتها في مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى، كونهن سيتأهلن كمدرسات ومربيات يمثلن قيادات تربوية تحتاج كل منهن إلى شخصية قيادية مؤثرة ومستوى من اللياقة البدنية، كأنموذج يقتدى به تربوياً ونفسياً وبدنياً.

ومن خلال تناول الباحث لهذه المشكلة سيحاول تتبع واقع حال مستوى الشخصية القيادية التي تتمتع بها طالبات المرحلة الرابعة من خلال اختبار السمات الشخصية للقائد الرياضي، فضلاً عن مستوى اللياقة البدنية لديهن من خلال إجراء مجموعة اختبارات من بطارية الاختبار البدنية، وبذلك سنتوصل إلى إجابة عن سؤال طالما أراد الكثير من الباحثين معرفته ... هل هناك علاقة للشخصية القيادية في مستوى اللياقة البدنية؟.

#### ٣-١ أهداف البحث

١. التعرف على مستوى الشخصية القيادية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى.
٢. التعرف على مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى.
٣. التعرف على اثر الشخصية القيادية في مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى.

## ٤-١ فرض البحث

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشخصية القيادية ومستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى.

## ٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى. البالغ عددهن (٣٢) طالبة.

٢-٥-١ المجال الزمني: المدة من ١ / ٥ / ٢٠١١ لغاية ١٥ / ٦ / ٢٠١١.

٣-٥-١ المجال المكاني: ساحات وملاعب كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.

## الباب الثاني

٢ - الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:-

٢ - ١ الدراسات النظرية :-

٢ - ١ - ١ الشخصية:-

يرى غازي صالح نقلاً عن ماسلو (maslow) ان الانسان له كيان نفسي موازي لكيانه الجسمي، وان البشر جميعاً يرثون هذه الكيانات النفسية التي تتأثر بهذه الحضارة او بتلك بالضبط مثل الصفات الجسمية الموروثة، وان الانسان ينمو ويتطور ويبني شخصيته بشكل سوي مثابر اذا سمح لامكاناته ان تتجلى وتظهر، فضلاً عن ان له دافع نحو المعرفة والقوة والتبصير ولتطوير قدراته وذاته. ويعتقد ماسلو ان الفرد يحركه دافع رئيس هو تحقيق الذات، ويعني به ان الانسان يحاول دائماً استثمار امكاناته الكامنة او الاصلية وان الفرص لو اتاحت له بطريقة منظمة عن طريق بيئة مواتية تساعده على تحقيق ذاته فان ذلك يؤدي الى ان تتطور شخصيته تطوراً سليماً ومتكاملاً... ويشير غازي صالح ... نقلاً عن

ماسلو ان المجتمع اما ان يقف بوجه قابليات الفرد فيفسدها ويحيد بها عن جادة الصواب، واما ان يقف الى جانبها فيساعد على ظهورها ونموها.<sup>(١)</sup>

ومما تجدر الاشارة اليه ان قياس الشخصية والاتجاهات تلعب دوراً رئيسياً في المجال الرياضي. ويبنى القياس النفسي في الشخصية على الفروق الفردية بين اللاعبين... وان طرائق القياس النفسي في مجال الشخصية الرياضية قد سارت في اتجاهين هما:<sup>(٢)</sup>

أ. القياس النفسي، في علاقته بنظريات الشخصية.

ب. القياس النفسي، في علاقته بنوعية الادوات المستخدمة.

٢ - ١ - ٢ القيادة:-

القائد الرياضي الناجح يتسم بسمة القيادة ويقصد بذلك قدرته على التوجيه والتأثير في سلوك التابعين وقدرته على التنسيق والترتيب المنظم للجهود الجماعية من اجل التوصل إلى تطوير قدرات ومهارات التابعين إلى أقصى درجة، وكذلك قدرته على تحفيزهم وإثابتهم، فضلاً عن قدرته على تقديمهم أو أحيانا فرض بعض العقوبات عليهم في التوقيت المناسب وبصورة تتناسب مع حجم الخطأ، والقائد الرياضي الذي يتسم بسمة القيادة يحترمه الجميع ويقدرونه ويستمعون إليه وينفذون توجيهاته عن طيب خاطر ويثقون بقدراته على قيادتهم ورعايتهم.<sup>(٣)</sup>

إنّ التطبيقات العملية في المجال الرياضي أظهرت إنّ العديد من القادة الرياضيين الناجحين يتشابهون في بعض السمات الشخصية وهذه السمات قد يعزى إليها، فضلاً عن عوامل أخرى ونجاحهم في عملهم.

كما إنه من الأهمية بمكان أن يعرف القائد الرياضي السمات الشخصية التي يتسم بها حتى يعرف نفسه على حقيقتها ومن ثم يستطيع تطوير أو تنمية هذه السمات بوسائل مختلفة، وأن يعرف درجة إسهام هذه السمات في درجة نجاحه أو فشله كقائد رياضي.

(١) غازي صالح محمود وشيماء عبد مطر؛ مفهوم الذات- الأساليب والمقاييس. بغداد، مكتبة زاكي للطباعة، ٢٠٠٧، ص ١٧٢ - ١٧٥.  
(٢) محمد جاسم الياسري؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية. ط١، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، ٢٠١٠، ص ١٥٨ - ١٥٩.  
(٣) فائق حسني ابو حليلة؛ الحديث في التربية الرياضية. ط١، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤، ص ١١٤.



وفي ضوء العديد من الدراسات السابقة تم التوصل إلى السمات الشخصية للقائد الرياضي ويمكن إجمالها بما يأتي:

أ. صفات شخصية.

ب. صفات سلوكية.

ج. صفات معرفية وفنية.

مما تقدم و ذكر من مواصفات عديدة وسمات قد يتصف بها القادة، كان قد أستخلص (صلاح وهاب شاكر)، إنَّ القائد للهيئة أو المؤسسة الرياضية والشبابية يجب أن يتصف بسمات الشخصية القيادية (العشرة) الآتية: (1)

١. الشخصية المحبوبة ذات التربية المعتدلة والنزيهة، يخدم مؤسسته قبل التفكير بمعادلة الربح والخسارة.

٢. أن يكون معلماً ومربياً، إذ الواجب يتطلب التوجيه والمتابعة المستمرة، وفي الوقت نفسه يتعلم من الآخرين.

٣. أن يكون مؤهلاً علمياً بدرجة عالية وذو إمكانيات فنية جيدة في مجال الاختصاص.

٤. أن يكون فناناً في التعامل مع الآخرين والمجتمع إنسانياً واجتماعياً، وبأساليب اتصال مبتكرة.

٥. أن يكون مخططاً جيداً، ينعكس نجاح تخطيطه (تحديد الأهداف ووضع السياسات والبرامج مع الموارد المتاحة) على مجمل الفعاليات الأخرى.

٦. أن يكون منظماً ويحترم الوقت، يجده مرؤوسيه عندما يحتاجون إليه.

٧. متخذ قرارات من الطراز الأول، بشجاعة وإبداع ومتحملاً للمسؤولية.

٨. أن يكون مكافئاً ومعاقباً، يعطي كل ذي حق حقه، يثيب الأداء المتميز ويحاسب على التقصير فيه.

٩. يثق بمعاونيه ويخول بعض الصلاحية، ليتفرغ لمواضيع أهم لتطوير مؤسسته.

١٠. أن يكون قدوة وأنموذجاً حسناً في كل شيء.

(1) صلاح وهاب شاكر؛ دراسة تحليلية وتقويمية لاداء القيادات الادارية للهيئات والمؤسسات الرياضية والشبابية في العراق من ١٩٤٨ لغاية ٢٠٠٤. اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد- كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٩، ص٤٩.

## ٢ - ١ - ٣ اللياقة البدنية واهميتها:-

ان الاهتمام باللياقة البدنية في التربية الرياضية قد تعاضمت اهميته نتيجة لما قام به العلماء والمختصون في دراساتهم للتوصل الى وجود علاقة ايجابية بين اللياقة ونسبة النجاح. وهذه ما اكده (محمد صبحي حسنين) " الارتباط الطردي للياقة البدنية بالعديد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل والنضج الاجتماعي والبدني والعاطفي وكذلك الانتاج البشري والنمو وتأخير حالة التعب والاجهاد وامراض الشيخوخة " (١)، فضلا عن اهميتها في تحقيق الصفات الخلقية العالية كالشجاعة والاعتماد على النفس، والعمل الجماعي يتطلب من طالب كلية التربية الرياضية القدرة على الركض والقفز واداء حركات اساسية مهمة خلال دروسه العملية وتتخذ هذه الاشكال الحركية انواعا متعددة من الانطلاقات السريعة والقصيرة والطويلة يختلف ايقاعها باختلاف الواجبات الفنية والخطية عن طريق الاستخدام الافضل لعناصر اللياقة البدنية وطول فترة الدرس، فالطلاب القادرون على استخدام عناصر اللياقة البدنية بكفاءة خلال الدرس يكونون اكثر قدرة على تنفيذ ما مطلوب منهم.

## ٢ - ١ - ٣ مفهوم اللياقة البدنية وتعريفها:-

"اللياقة البدنية احدى اوجه اللياقة الشاملة وهي القاعدة التي تبنى عليها امكانية ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة، فعليها تبنى اللياقة البدنية الخاصة والتقدم بالمهارات الاساسية والخطط وطرق اللعب وبدونها تصبح امكانية تحقيق هذه الابعاد امرا صعبا قد يكون مستحيلا" (٢).

وقد عرفها (ابراهيم سلامة) " بأنها الحالة السليمة للفرد من حيث تكوينه الجسماني والعضوي، والتي تمكنه من استخدام جسمه بمهارة في نواحي النشاط

(١) محمد صبحي حسنين، طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية والبدنية، ط١: (القاهرة، مطابع دار الشعب، ١٩٨٢) ص٦٢.

(٢) مروان عبد المجيد ابراهيم، تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي، ط١: (الاردن، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ٢٠٠١) ص٤٤.

التي تتطلب القوة والمقدرة الحركية والسرعة والتحمل بأقل جهد ممكن، وتعتبر الصحة اساسا للياقة البدنية<sup>(١)</sup>.

كما عرفها (موسى فهمي ابراهيم) " بأنها قدرة الفرد على اداء عمله في حياته اليومية بكفاءة دون الشعور بالتعب، مع بقاء بعض الطاقة التي تلزمه للتمتع بوقت فراغه<sup>(٢)</sup>.

ويتقدم الباحث بالتعريف التالي للياقة البدنية:

(القدرة على اداء الواجبات بحيوية دون الشعور بالتعب عن طريق التدريب البدني).

٢ - ١ - ٣ - ٢ مكونات اللياقة البدنية:-

ان للياقة البدنية مكونات وعناصر اساسية لا بد من توافرها جميعا لدى أي طالب او طالبة ولو اختلفت من حيث الاهمية.

" فهي عبارة عن جميع المكونات او الخصائص او العناصر الجسمية التي لها اهمية كبيرة في التعلم والانجاز الرياضي (كالقوة، السرعة، الرشاقة، المطاولة، والمرونة) وكافة الصفات التي ينتج عن اندماج عنصرين منهما او اكثر، وتسمى ايضا بعناصر او مكونات اللياقة البدنية في المدرسة الغربية، بينما تسمى في المدرسة الشرقية بالقابليات او القدرات البدنية<sup>(٣)</sup>.

وان بطارية الاختبار التي اعتمدها الباحث في دراستهم هذه تضمنت اغلب العناصر التي اتفق عليها معظم العلماء والباحثين.

٢ - ١ - ٣ - ٣ القوة العضلية:-

القوة العضلية صفة بدنية اساسية وهدف مهم من اهداف اللياقة البدنية. فالقوة العضلية تعني التقوية العامة لجسم الطالب، فضلا عن تنمية مجموعة العضلات التي تساعد على زيادة السرعة في حركات الطالب.

(١) ابراهيم سلامة، اللياقة البدنية: ( الاسكندرية، نبع الفكر، ١٩٩٦) ص ١٠.

(٢) موسى فهمي ابراهيم، اللياقة البدنية والتدريب الرياضي، ط ١: (الاسكندرية، دار الكتب الجامعية، ١٩٧١) ص ٥٣.

(٣) اثير صبري، تأثير تطوير مطاولة القوة على انجاز ركض المسافات المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية، ١٩٨٣، ص ٥١.

وقد عرفها (محمد حسن علاوي): " بأنها اقصى مقدار من القوة يمكن ان تخرجه العضلة او مجموعة العضلات المشتركة في العمل " (١).

٢ - ١ - ٣ - ٤ السرعة:-

السرعة صفة بدنية اساسية وهي قدرة الطالب على اداء اللعب المطلوب بالسرعة المناسبة، وتعد السرعة واحدة من اهم عناصر اللياقة البدنية، وواحد عوامل الاداء الناجح في كثير من الانشطة الحركية.

" ان السرعة هي قدرة اللاعب على اداء حركات اللعب المطلوبة في اقصر زمن وبأقل وقت ممكن، والسرعة هي من الصفات البدنية الاساسية وهي من القدرات الوراثية ولكن التدريب الحديث يلعب دورا مهما في تحسن الاداء والاستفادة من هذه الصفة الموروثة الى اعلى درجة ممكنة " (٢).

" ويتم قياسها بحساب زمن المسافة المقطوعة بأقصى سرعة، وتكاد تجمع كافة الدراسات العلمية على الاتفاق بان العدو من ٣٠ م - ٥٠ م تعتبر المسافة المثالية لقياس السرعة " (٣).

٢ - ١ - ٣ - ٥ المطاولة:-

ان المطاولة من اهم اسس اللياقة البدنية وهي ضرورية لجميع الرياضيين وهي من الصفات البدنية الاساسية، وبما ان المجهود الذي يبذله الطالب خلال الدرس يتطلب عبئا بدنيا وعصبيا على اجهزة الجسم المختلفة مما يؤدي الى ظهور التعب. اذ ان المطاولة : " هي قابلية مقاومة الاجهزة العضوية للتعب عند اداء التمارين الرياضية لفترة طويلة " (٤).

والمطاولة تعني قابلية جهازى الدوران والتنفس على التكيف للانقباضات التي تقوم بها المجموعات العضلية الكبيرة لمدة زمنية طويلة نسبيا لمقاومة التعب، وبالتالي استمرار التمارين المختلفة لفترة اطول.

(١) محمد حسن علاوي ونصر الدين رضوان؛ اختبارات الاداء الحركي : (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩١) ص ٥١.

(٢) سامي الصفار (واخرون)؛كرة القدم، ج ١: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨١) ص ١٧٧.

(٣) صباح السيد فاروق عيد الله؛ اثر تنمية الجلد الخاص على فاعلية الاداء لدى لاعبي رياضة الجيمارز للناشئين، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان-كلية التربية الرياضية للبنات، الاسكندرية، ١٩٨٠، ص ٢٦.

(٤) سامي الصفار (واخرون)؛ مصدر سبق ذكره، ص ١٩٢.

٢ - ١ - ٣ - ٦ المرونة:-

ان صفة المرونة من الصفات المهمة التي تجعل من الفرد الرياضي متكيفا مع النشاط الذي يؤديه. " وتعد المرونة عنصرا اساسيا من عناصر اللياقة البدنية وانها تتيح للرياضي القدرة على اداء الحركات الرياضية بصورة اقتصادية ومجدية (١) "

وقد عُرفت المرونة بأنها " المقدرة على اداء تمارين تتطلب مدى واسعا للجهاز العضلي والعظمي وتتحدد هذه المرونة بواسطة اداء الحركة النشطة لمدى واسع لمفاصل الجسم، وذلك يتطلب اهمية مطاطية الاربطة والاورتار والعضلات (٢) "

٢ - ١ - ٣ - ٧ الرشاقة:-

ان صفة الرشاقة من الصفات الاساسية من اللياقة البدنية ويرجع سبب ذلك الى الطبيعة المركبة لهذه الصفة من ناحية ارتباطها بالصفات البدنية الاخرى والقدرات المهارية.

وقد عُرفت الرشاقة " بأنها القدرة على تغيير الاتجاه اثناء الحركة السريع في اقل زمن ممكن وبدقة (٣) "

لهذا فإن الرشاقة تتحدد في قابلية الفرد الرياضي على تغيير اتجاهه بسرعة وتوقيت سليم، فضلا عن الزمن الذي يستغرقه في اداء المهارة.

### الباب الثالث

٣ منهجية البحث واجراءاته الميدانية:-

٣ - ١ منهج البحث:-

ان طبيعة المشكلة المراد دراستها تحدد منهجية البحث المستخدم، وعلى الباحث ان يختار المنهج الملائم الذي يوصله لحل مشكلة بحثه. ومن هذا المنطلق جاء

(١) مروان عبد المجيد ابراهيم، مصدر سبق ذكره، ص ٥٢.

(٢) مصطفى كاظم (اخرى)؛ رياضة السباحة: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٢) ص ١٢٩.

(٣) نعمات احمد عبد الرحمن؛ علاقة بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية بالتفوق في التمارين الحديثة، بحث منشور في مجلة دراسات وبحوث، المجلد الثالث، العدد الثاني، جامعة حلوان، ١٩٨٠، ص ١٥٠.

اختيار المنهج الوصفي وبأسلوب العلاقات الارتباطية،لانه انسب المناهج للوصول الى هدف البحث.

٣- ٢ عينة البحث:-

بعد ان تم تحديد مجتمع البحث من طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى،أختيرت العينة بالطريقة العشوائية، اذ بلغ عددها (٣٢) طالبة من مجموع (٤٦) حيث تعذر عن بعض الطالبات من المشاركة في اختبارات البحث وذلك بسبب الغياب او المرض،وكان مجموع الطالبات ممن لم يشاركن (٨)، عدا عينة الاستطلاع الذي بلغ عددها (٦)،وبذلك مثلت العينة نسبة (٦،٨٢) من المجتمع الاصلي.

وتم مراعاة التباين في مستوى المجموعة المختبرة وازالة التباين الكبير بين الطالبات المختبرات من خلال التعرف على مدى تجانس العينة لضمان صحة نتائج الاختبار وعلى النحو المبين في الجدول (١) .

الجدول (١)

تجانس العينة في متغيرات العمر والطول والوزن

المعاملات الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	شهر	٢٧٢,٨	٢٧٠	٦,٢٤	١,٣٥
الطول	سم	١٦٢,٦	١٦١	٣,٤٣	١,٤١
الوزن	كغم	٥٤,٦٨	٥٢	٤,٣٦	١,٨٤

ويتضح من الجدول(١) ان قيمة معامل الالتواء تتراوح بين ( ١,٣٥ ) الى ( ١,٨٤ ) وهي تنحصر بين (٣ ±) وهذا يعني ان العينة تتوزع توزيعا طبيعيا مما يدل على تجانسها.

٣- ٣ ادوات البحث ووسائله والاجهزة:-

٣- ٣- ١ ادوات البحث ووسائله:-

١. المراجع والمصادر العربية.

٢. الملاحظة والتجريب.

٣. الاختبارات والقياسات.

٤. استمارات الاختبارات.

٥. شواخص عدد (١٠) مع شريط قياس مع صافرة عدد (٢).

٣- ٣- ٢ الاجهزة المساعدة:-

١. ساعة ايقاف عدد(٣).

٢. الحاسبة الالكترونية نوع ( hp ).

٣- ٤ الاختبار البدنية:-

استعمل الباحث ستة اختبارات بدنية لقياس مستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى، لانها المعمول بها في اكثر دول العالم لسهولة تطبيقها، اذ تشمل اختبارات رئيسة معتمدة من الخبراء كافة، لتكون مؤشرا لقياس مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية للطالبات وهي كما يأتي:

١. الركض (٣٠م) من البدء الطائر.

٢. رمي الكرة الطبية زنة (٢كغم) من فوق الرأس باليدين.

٣. الوثب من الثبات.

٤. ثني الجذع امام اسفل من الوقوف ( $\pm ٣٠$ سم).

٥. الركض بين الشواخص.

٦. ركض (٦٠٠م) من البداية العالية.

٣- ٥ التجربة الاستطلاعية:-

تعد التجربة الاستطلاعية هي تجربة مصغرة ومشابهة للتجربة الحقيقية، لذا اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بالساعة العاشرة من يوم الاثنين المصادف

٢٠١١/٥/٢ على عينة مكونة من (٦) طالبات من مجتمع البحث، إذ تعد التجربة الاستطلاعية بالنسبة للباحث تدريباً عملياً للوقوف على الإيجابيات والسلبيات، كما ان الغرض من اجراء التجربة يتعلق بالامور التالية:

– التأكد من أداء فريق العمل المساعد<sup>(\*)</sup>.

– التأكد من كفاءة الملعب والادوات المستخدمة وصلاحيتها.

– التأكد من الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات.

٣- ٦ التجربة الرئيسية (اجراء الاختبارات):-

تم اجراء الاختبارات خلال الفترة (٣-٤/٥/٢٠١١) وعلى ملاعب وساحات كلية التربية الرياضية- جامعة ديالى، وقد تم مراعاة الظروف المناخية و وقت اجراء الاختبارات والذي أجري بوقت واحد ابتداءً من الساعة (٨،٣٠) صباحاً وحتى الساعة (١١،٣٠) بعد الظهر، فضلاً عن اعطاء الاهمية الكبيرة لتوضيح التعليمات الخاصة بالاختبارات قبل بدءها وعرضها امام الطالبات، ثم اعطاء فترة الاحماء الكافي وبشكل جماعي، وبالتالي منح الراحة البينية بين كل اختبار وآخر.

٣- ٧ قياس السمات الشخصية للقائد الرياضي:-

يمكن للقائد الرياضي اختبار نفسه لمحاولة التعرف على نوعية سماته الشخصية القيادية باستخدام اختبار (قائمة السمات الشخصية للقائد الرياضي)<sup>(١)</sup>، ويتضمن الاختبار ١٥ سمة وعكسها بطريقة التمايز السيمانتى ويقوم القائد الرياضي بالاجابة على الاختبار طبقاً لدرجة انطباق السمات المذكورة عليه وفي ضوء تعليمات الاختبار وذلك على مقياس سباعي التدرج. وكما مبين في الملحق (١) .

ويتم تصحيح الاختبار في ضوء مفتاح تصحيح خاص بالاختبار، والدرجة العالية التي تشير اليها نتائج تصحيح الاختبار تدل على تميز القائد الرياضي بسمات شخصية ايجابية، وكلما قلت هذه الدرجة كلما تميز القائد الرياضي بسمات شخصية سلبية.

<sup>(\*)</sup>الفريق المساعد تكون من (م.د علي احمد هادي، و م صادق جعفر).

<sup>(١)</sup> محمد حسن علاوي؛ سيكولوجية القيادة الرياضية، ط٢: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٥) ص٤٧.



### ٣- ٧ مواصفات الاختبارات البدنية:-

تكونت بطارية الاختبار من ستة اختبارات متسلسلة يتم ادائها من الطالبات المختبرات، وسنتاولها بالشرح والوصف التالي:

#### الاختبار الاول

##### الركض (٣٠م) من البدء الطائر<sup>(١)</sup>

الهدف من الاختبار : قياس السرعة.

الادوات المستخدمة : ارضية ملعب، ساعة توقيت عدد(٢)، صافرة، شواخص عدد(٣)، شريط قياس، استمارة تسجيل.

طريقة الاداء : تقف اللاعبة خلف الشاخص الاول وعند سماع الصافرة تبدأ بالركض حتى تصل الى الشاخص الثاني والذي يبعد عن الشاخص الاول مسافة (٢٠م) وتستمر بالركض حتى تصل الى الشاخص الثالث الذي يبعد عن الثاني مسافة (٣٠م)، ويجب ان تكون المسافة الكلية التي تقطعها المختبرة (٥٠م).

التسجيل : يسجل الزمن لكل مختبرة من الشاخص الثاني وحتى اجتياز خط النهاية أي مسافة (٣٠م)، وتعطى للمختبرة محاولة واحدة.

#### الاختبار الثاني

##### رمي الكرة الطبية زنة(٢كغم) من فوق الرأس باليدين<sup>(٢)</sup>

الهدف من الاختبار : قياس القوة الانفجارية لعضلات الاطراف العليا.

الادوات اللازمة : ارض مستوية ترابية تحدد بخطين متعامدين على خط الرمي تكون المسافة بينهما (٥م)، كرات طبية عدد (٢)، شريط قياس، تقسيم منطقة الرمي بمادة البورك بعد مسافة (٤م) صعودا لحد مسافة (١٠م)، وكل متر يقسم خمسة اقسام، بحيث يكون كل قسم بمسافة (٢٠سم) لقراءة نتيجة الرمي لكل مختبرة.

وصف الاختبار : تتخذ المختبرة وضع الوقوف فتحا عند الخط الخارجي لمنطقة الرمي، ماسكة الكرة الطبية بكلتا اليدين فوق الرأس، وعند الاشارة تبدأ بالرمي بعد ثني الجذع للخلف ومن ثم الرمي للامام دون ان تتخطى خط الرمي مع التأكيد على

(١) محمد صبحي حسنين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية، ط٣، ج١: (القاهرة، دارالفكر العربي، ١٩٩٥) ص ٣٨١.  
(٢) Havlicek.g " pedagogicke hadnocenivtelesne vychovy " Bratislava,2000,p.72. 2

ابقاء القدمين ملاصقتين للارض وملاحظة عدم الرمي بيد واحدة وبخلاف ما تقدم تعد المحاولة فاشلة.

التسجيل : تعطى للمختبرة ثلاثة محاولات وتسجل لها احسن محاولة ناجحة.

### الاختبار الثالث

#### الوثب من الثبات<sup>(١)</sup>

الهدف من الاختبار : قياس القوة الانفجارية لعضلات الاطراف السفلى.

الادوات المستخدمة : ارض مستوية ترابية للوثب العريض (٥, ١م) وبطول (٥, ٣م)، مع مراعاة ان تكون الارض خالية من العوائق وغير ملساء تحدد بخطين متعامدين مع خط الوثب، شريط قياس، وطباشير ملون، بعد المتر الاول تقسم باقي المسافة الى اجزاء طول كل منهما (٢٠سم) لكي يكون القياس دقيقاً.

وصف الاداء : تقف المختبرة خلف خط البداية والقدمين متباعدتين قليلاً والذراعين للاعلى، مع ملامسة القدمين لخط البداية من الخارج، ومن هذا الوضع تبدأ المختبرة بمرجحة الذراعين امام اسفل مع ثني الركبتين نصفاً مع ميل الجذع الى الامام قليلاً، وبالتالي مع المرجحة القوية تُمد الساقين على امتداد الجذع ودفع الارض بالقدمين ومن النهوض والوثب امام ابعد مسافة ممكنة مع مراعاة الوثب بكتا الساقين والهبوط كذلك، وبخلافه تكون المحاولة فاشلة.

التسجيل : تسجل للمختبرة المحاولة الجيدة من الحافة الداخلية لخط البداية الى كعب القدمين عند الهبوط، ويكون البعد مقاساً بالمتر واجزاءه، وتعطى للمختبرة محاولتين وتعتمد افضلهما، ويكون القياس بواسطة شريط القياس.

### الاختبار الرابع

#### تنى الجذع امام اسفل من الوقوف (± ٣٠سم)<sup>(٢)</sup>

الهدف من الاختبار : قياس مرونة العمود الفقري والعضلات المادة الخلفية للرجلين.

(١) محمد صبحي حسنين؛ مصدر سبق ذكره، ص ٣٧٨.

(٢) محمد حسن علاوي ونصر الدين رضوان؛ مصدر سبق ذكره، ص ٣٤١.

الادوات اللازمة : مقياسان متدرجان لقياس المرونة، ومنضدة خشبية مسطحة طولها ( ١م) وعرضها ( ٦٠سم) وارتفاعها ( ٥٠سم).

وصف الاداء : يثبت المقياسان بشكل عمودي على حافة المنضدة من نقطة الصفر ويكون البعد بينهما ( ٥٠سم)، وعن حافتي المنضدة بمقدار ( ٢٥سم)، ويكون المقياسان متدرجان بطول ( ٦٠سم) ويقسمان الى وحدات كل وحدة تساوي ( ١سم) ويحتوي كل مقياس على مؤشر يتحرك نحو الاعلى والاسفل بواسطة اصابع اليدين بحيث تكون الدرجات متناقصة نحو الاعلى من الصفر الى ( + ٣٠)، وتقوم طالبتين بالاختبار معاً.

### الاختبار الخامس

#### الركض المتعرج<sup>(١)</sup>

الهدف من الاختبار : قياس الرشاقة.

الادوات المستخدمة : شريط قياس، شواخص عدد ( ١٠)، بين كل شاخص وآخر ( ٢م)، ساعة توقيت، صافرة.

وصف الاداء : تقوم المختبرة عند سماع الصافرة بالركض بين الشواخص لقطع مسافة ( ٢٠م).

التسجيل : يعطى لكل مختبرة محاولتين ويتم احتساب زمن المحاولة الافضل.

### الاختبار السادس

#### ركض ( ٦٠٠م) من البداية العالية<sup>(٢)</sup>

الهدف من الاختبار : قياس المطاولة.

وصف الاداء : تحديد منطقة اجراء الاختبار بخطين احدهما للبداية وآخر للنهاية على مضمار العاب الساحة والميدان، وهناك ساعة توقيت وصافرة مع ماسكين، حيث تقف المختبرات من وضع البدء العالي خلف خط البداية ثم الانطلاق حال سماع الصافرة لقطع مسافة الـ ( ٦٠٠م).

(١) ريسان خريبيط؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، ج ١: (بغداد، مطابع التعليم العالي، ١٩٨٩) ص ١٥٥.  
(٢) Frank, s : Take our Testand Find out with out learing Howe, men, s Fitness, October, 1992, p.52.

التسجيل : حساب الزمن لقطع مسافة الـ (٦٠٠م) بالدقائق والثواني واعشار الثانية.

٣- ٨ الوسائل الاحصائية:-

اعتمد الباحث في معالجة النتائج الوسائل الاحصائية التالية:

١. الوسط الحسابي.

٢. الوسيط.

٣. الانحراف المعياري.

٤. معامل الالتواء

٥. معامل الارتباط.

#### الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

٤- ١ عرض نتائج :-

فيما يأتي من جداول احصائية يبين الباحث فيها العلاقة الارتباطية ودلاتها الاحصائية بين كل من الشخصية القيادية وكل فعالية على حدة، وبالتالي ارتباط الشخصية القيادية بمستوى اللياقة البدنية لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى:

٤- ١- ١ علاقة الشخصية القيادية بالفعاليات البدنية (الاختبارات البدنية):-

## جدول رقم (٢)

### علاقة الشخصية القيادية بالفعاليات البدنية (المتغيرات)

المتغيرات	قيمة (ر) المحتسبة	قيمة (ر) الجدولية*	الدلالة الاحصائية
الشخصية القيادية	٠,٤٢٠	٠,٣٤٩	معنوية
ركض ٣٠ م			
الشخصية القيادية	٠,١٦٨	٠,٣٤٩	غير معنوية
رمي الكرة الطبية			
الشخصية القيادية	٠,٠٢٧	٠,٣٤٩	غير معنوية
الوثب من الثبات			
الشخصية القيادية	٠,٣٦٦	٠,٣٤٩	معنوية
ثني الجذع			
الشخصية القيادية	٠,١٩١	٠,٣٤٩	غير معنوية
الركض المتعرج			
الشخصية القيادية	٠,٣٥٥	٠,٣٤٩	معنوية
ركض ٦٠٠ متر			

\* القيمة الجدولية عند درجة حرية (٣٠) ومستوى دلالة (٠,٠٥) تبلغ (٠,٣٤٩).

من خلال الجدول الرقم (٢) الذي يوضح علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية ومتغيرات الفعاليات البدنية اتضح من العلاقات الارتباطية ما يأتي:

٤- ١- ٢ علاقة الشخصية القيادية بفعالية ركض ٣٠ متر (السرعة):-

في علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية وفعالية ركض ٣٠ م ، لقد بلغت قيمة (ر) المحتسبة ٠,٤٢٠ وعند مقارنتها بقيمة (ر) الجدولية والبالغة ٠,٣٤٩ ظهر وجود علاقة ارتباط معنوية وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٠).

٤- ١- ٣ علاقة الشخصية القيادية بفعالية رمي الكرة الطبية (القوة العضلية للذراعين):-

في علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية وفعالية رمي الكرة الطبية، لقد بلغت قيمة (ر) المحسبة ٠،١٦٨ وعند مقارنتها بقيمة (ر) الجدولية والبالغة ٠،٣٤٩، ظهر عدم وجود علاقة ارتباط معنوية وتحت مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٠).

٤- ١- ٤ علاقة الشخصية القيادية بفعالية الوثب من الثبات (القوة العضلية للرجلين):-

في علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية وفعالية الوثب من الثبات، لقد بلغت قيمة (ر) المحسبة ٠،٠٢٧ وعند مقارنتها بقيمة (ر) الجدولية والبالغة ٠،٣٤٩، ظهر عدم وجود علاقة ارتباط معنوية وتحت مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٠).

٤- ١- ٥ علاقة الشخصية القيادية بفعالية ثني الجذع (المرونة):-

في علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية وفعالية ثني الجذع، لقد بلغت قيمة (ر) المحسبة ٠،٣٦٦ وعند مقارنتها بقيمة (ر) الجدولية والبالغة ٠،٣٤٩، ظهر وجود علاقة ارتباط معنوية وتحت مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٠).

٤- ١- ٦ علاقة الشخصية القيادية بفعالية الركض المتعرج (الرشاقة):-

في علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية وفعالية الركض المتعرج، لقد بلغت قيمة (ر) المحسبة ٠،١٩١ وعند مقارنتها بقيمة (ر) الجدولية والبالغة ٠،٣٤٩، ظهر عدم وجود علاقة ارتباط معنوية وتحت مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٠).

٤- ١- ٧ علاقة الشخصية القيادية بفعالية ركض ٦٠٠ متر (المطاولة):-

في علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية وفعالية ركض ٦٠٠ م، لقد بلغت قيمة (ر) المحسبة ٠،٣٥٥ وعند مقارنتها بقيمة (ر) الجدولية والبالغة ٠،٣٤٩، ظهر وجود علاقة ارتباط معنوية وتحت مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٠).

#### ٤-١-٢ علاقة الشخصية القيادية بمستوى اللياقة البدنية

#### جدول رقم ( ٣ )

#### علاقة الشخصية القيادية بمستوى اللياقة البدنية

المتغيرات	قيمة (ر) المحتسبة	قيمة (ر) الجدولية*	الدلالة الاحصائية
الشخصية القيادية	٠,٧٤٢	٠,٣٤٩	معنوية
اللياقة البدنية			

\* القيمة الجدولية عند درجة حرية (٣٠) ومستوى دلالة (٠,٠٥) تبلغ (٠,٣٤٩).  
من خلال الجدول الرقم (٣) الذي يوضح علاقة الارتباط بين الشخصية القيادية ومستوى اللياقة البدنية (الارتباط الكلي المتعدد بين الشخصية واللياقة البدنية بصورة عامة) ،لقد بلغت قيمة (ر) المحتسبة ٠,٧٤٢ وعند مقارنتها بقيمة (ر) الجدولية والبالغة ٠,٣٤٩ ظهر وجود علاقة ارتباط معنوية كبيرة وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٠).

#### ٤-٢ مناقشة النتائج:-

يتضح من عرض نتائج الجدول الرقم (٢) والخاص بمعامل الارتباط بين متغيرات الشخصية القيادية والفعاليات البدنية نتائج يمكن للباحث مناقشتها كالآتي:  
١. ففي اختبار ركض ٣٠ متر الذي يقيس صفة السرعة للطالبة، كانت هناك دلالة عن وجود علاقة ارتباط معنوية دالة احصائياً بين الشخصية القيادية والسرعة. وهذا مؤشر ايجابي له قيمته، وهذا يعني انه كلما تمتعت الطالبة بسمات الشخصية القيادية الايجابية ساهم ذلك في اداء افضل للفعاليات البدنية والرياضية التي تتسم بالسرعة.

وهذا يتطابق ما يتفق عليه اكثر الباحثين في فيما اذا توافرت بعض الصفات في شخصية القائد قد تجعل تصرفه وتأثيره في القيادة ناجحة، ومن هذه الصفات المهمة الحزم والسرعة.<sup>(١)</sup>

<sup>(١)</sup>Lewis Betty: leadership in sport field, Journal of sport Management , Winter, N.Y ,1982. p 266 .

كما تشير نتائج الجدول ذاته، بأن معامل الارتباط بين متغيرات الشخصية القيادية و اختبار ثني الجذع الذي يقيس صفة مرونة العمود الفقري وقوة العضلات المادة الخلفية للرجلين للطالبة عن وجود علاقة ارتباط معنوية دالة احصائياً بين الشخصية القيادية والمرونة. وهذا مؤشر ايجابي له أهميته، وهذا يعني انه كلما تمتعت الطالبة بسمات الشخصية القيادية الايجابية ساهم ذلك في اداء افضل للفعاليات البدنية والرياضية التي تتسم بالمرونة.

وهذه العلاقة واقعية ايضاً كون معظم الشخصيات القيادية تتسم بصفة المرونة بصورة مطلقة في التعامل والتصرف مع ما يدور ويواجهه في الاداء، واداء الواجب بسهولة<sup>(١)</sup>.

ولاحظ الباحث ايضاً في نتائج الجدول الرقم (٢) وفي الحقل الخاص بمعامل الارتباط بين متغيرات الشخصية القيادية و اختبار ركض ٦٠٠ متر الذي يقيس صفة المطاولة للطالبة عن وجود علاقة ارتباط معنوية دالة احصائياً بين الشخصية القيادية والمطاولة. وهذا مؤشر ايجابي له أهميته ايضاً، وهذا يعني انه كلما تمتعت الطالبة بسمات الشخصية القيادية الايجابية ساهم ذلك في اداء افضل للفعاليات البدنية والرياضية التي تتسم وتحتاج الى المطاولة.

وهذا ما يذهب اليه جميع العلماء والباحثين في ان القادة الجيدون يتمتعون بقدرة كبير على الصبر والتحمل، والمطاولة من اولوياتها الصبر.<sup>(٢)</sup>

٢. ومن خلال عرض نتائج الجدول الرقم (٢) ايضاً، وملاحظة الحقل الخاصة بمعامل الارتباط بين متغيرات الشخصية القيادية و اختبارات رمي الكرة الطبية الذي يقيس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين، والوثب من الثبات الذي يقيس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين، والركض المتعرج الذي يقيس الرشاقة للطالبة ظهرت عدم وجود علاقة ارتباط معنوية دالة احصائياً بين الشخصية القيادية والقوة العضلية والرشاقة. وهذا مؤشر سلبي له دلالاته، يفسره الباحث على اساس اسباب موضوعية وفي مقدمتها التكوين الفسيولوجي والبيولوجي للنساء، فضلاً عن ابتعاد

(١). Lewis Betty.Ibid.P 266.

(٢) خضير كاظم حمود؛ ادارة الجودة في المنظمات المتميزة، ط١: (عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، ٢٠١٠) ص ١٤٠.



المرأة عن الاعمال التي تتطلب الاحمال الشديدة عادةً والفعاليات المتعددة والمتغيرة الاتجاهات، وهذا ما يؤكد الدكتور نجم عبود نجم: " إذا نظرنا الى الصورة النمطية التقليدية للمرأة فيما يمكن ان نسميه (التقسيم الاجتماعي الجنسي في المجتمع) فإن هذه الصورة تقوم على ان المرأة في البيت، والرجل في العمل. وهذه لها امتدادات كثيرة في اللغة والتربية والتعليم ومن ثم في الادوار الاخرى"<sup>(١)</sup>. والواقع يترجم هذه الحقيقة البدنية والنفسية والاجتماعية، وان كان هناك استثناء.

٣. وبنظرة عامة، فإن نتائج الجدول الرقم (٣) والخاص بمعامل الارتباط بين متغيرات الشخصية القيادية و مستوى اللياقة البدنية بصورة عامة الذي هو انعكاس حقيقي للصفات البدنية (السرعة، القوة العضلية، المرونة، الرشاقة، والمطاولة) للطالبة، يشير عن وجود علاقة ارتباط معنوية كبيرة دالة احصائياً بين الشخصية القيادية ومستوى اللياقة البدنية. وهذا مؤشر حقيقي، يعني انه كلما تمتعت الطالبة بسمات الشخصية القيادية الايجابية والمتوازنة يساعدهن ذلك في اداء افضل للواجبات البدنية والرياضية التي تتعرض لها طالبة التربية الرياضية .

وبذلك تحقق فرض الدراسة الذي وضعه الباحث.

## الباب الخامس

٥ - الاستنتاجات والتوصيات:-

٥ - ١ الاستنتاجات:-

- من خلال عرض وتحليل ومناقشة النتائج توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية:
١. ظهور علاقة بين الشخصية القيادية وبين متغيرات (السرعة، المرونة، والمطاولة).
  ٢. عدم ظهور علاقة بين الشخصية القيادية وبين متغيرات (القوة الانفجارية لعضلات الذراعين، القوة الانفجارية لعضلات الرجلين، والرشاقة).

(١) نجم عبود نجم؛ القيادة الادارية في القرن ٢١، ط١: (عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، ٢٠١١) ص ٣٨٠.

٣. ظهور علاقة كبيرة بين الشخصية القيادية وبين مستوى اللياقة البدنية بصورة عامة .

٤. ان للشخصية القيادية اهمية كبيرة في مستوى اللياقة البدنية والاداء الرياضي.

٥ - ٢ التوصيات

١. ضرورة الاهتمام في اعداد المناهج التربوية والتعليمية لكليات ومعاهد التربية الرياضية، وتضمينها بعض المساحات لمواضيع الادارة والقيادة التربوية، والخاصة فيما يتعلق بتنمية الصفات والسمات الشخصية القيادية الفاعلة.

٢. الاخذ بنظر الاعتبار في انتقاء المرشحين للقبول في كليات ومعاهد التربية الرياضية ممن يتمتعون بالشخصية القيادية من خلال اخضاعهم واجتيازهم للاختبارات الخاصة بالسمات الشخصية القيادية.

٣. من الاهمية مراعاة ان يكون الرياضيين بصورة عامة، وممن يمارسون الفعاليات التي تتسم بالسرعة والمرونة والمطاولة بصورة خاصة يتسمون بشخصية قيادية.

## المصادر

- ابراهيم سلامة، اللياقة البدنية: (الاسكندرية، نبع الفكر، ١٩٩٦).
- اثير صبري؛ تأثير تطوير مطاولة القوة على انجاز ركض المسافات المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية، ١٩٨٣.
- خضير كاظم حمود؛ ادارة الجودة في المنظمات المتميزة، ط١: (عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، ٢٠١٠).
- سامي الصفار (واخرون)؛ كرة القدم، ج١: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨١).
- ريسان خريبط؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، ج١: (بغداد، مطابع التعليم العالي، ١٩٨٩).
- صلاح وهاب شاكر؛ دراسة تحليلية وتقويمية لاداء القيادات الادارية للهيئات والمؤسسات الرياضية والشبابية في العراق من ١٩٤٨ لغاية ٢٠٠٤. اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد- كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٩.
- طلحة حسام الدين وعدله عيسى مطر؛ مقدمة في الإدارة الرياضية: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧).
- غازي صالح محمود وشيماء عبد مطر؛ مفهوم الذات- الأساليب والمقاييس: (بغداد، مكتبة زاكي للطباعة، ٢٠٠٧).
- فائق حسني ابو حليلة؛ الحديث في التربية الرياضية، ط١: (عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤).
- محمد جاسم الياسري؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية، ط١: (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، ٢٠١٠).
- محمد صبحي حسنين، طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية والبدنية، ط١: (القاهرة، مطابع دار الشعب، ١٩٨٢).

- محمد صبحي حسنين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية، ط ٣، ج ١: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥).
- محمد حسن علاوي؛ سيكولوجية القيادة الرياضية، ط ٢: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٥).
- محمد حسن علاوي ونصر الدين رضوان؛ اختبارات الاداء الحركي : (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩١).
- مروان عبد المجيد ابراهيم، تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية بأستخدام طرق التحليل العاملي، ط ١ : (الاردن، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ٢٠٠١).
- موسى فهمي ابراهيم، اللياقة البدنية والتدريب الرياضي، ط ١ : (الاسكندرية، دار الكتب الجامعية، ١٩٧١).
- نجم عبود نجم؛ القيادة الادارية في القرن ٢١، ط ١: (عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، ٢٠١١).

- 18 . Havlicek,g " pedagogicke hadnocenivtelesne vychovy " Bratislava,2000,
- 19 . Frank,s : Take our Testand Find out with out learing Howe,men's Fitness,October,1992,
- 20 .LewisBetty:leadership in sport field,Journal of sport Management ,Winter,N.Y,1982.

## الملحق رقم (١)

جامعة ديالى  
كلية التربية الرياضية

الموضوع / تعليمات اختبار استمارة الشخصية القيادية

عزيزتي الطالبة ..... المحترمة

تحية طيبة...

في الصفحة التالية بعض الصفات التي يمكن أن يَصِف بها القائد الرياضي نفسه، والمطلوب منك التعرف على مدى انطباق هذه الصفات عليك. والمثال التالي يوضح ذلك:

درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	لا هذا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	غير عنيف
٣	٢	١	٠	١	٢	٣	غير عنيف

في المثال السابق:

- إذا كنت (عنيفاً) بدرجة كبيرة أو متوسطة أو قليلة ارسم دائرة حول الرقم (٣) أو (٢) أو (١) القريب من الصفة (عنيف) بما يتناسب مع وصفك لنفسك.
- إذا كنت (غير عنيف) بدرجة كبيرة أو متوسطة أو قليلة ارسم دائرة حول الرقم (٣) أو (٢) أو (١) بما يتناسب مع وصفك لنفسك، والقريب من الصفة (غير عنيف).
- إذا كنت ترى نفسك لست (عنيفاً) أو (غير عنيف) ، ((أي لا هذا ولا ذاك)) ارسم دائرة حول الرقم (٠).
- حاول أن ترسم دائرة واحدة فقط في السطر الواحد.

• ضع تقديراتك بأسرع ما تستطيع، لأننا نريد انطباعاتك الأولى عن نفسك بالنسبة للصفات المذكورة.

• لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، إنما المهم هو صدق إجابتك مع نفسك.

ملاحظة مهمة :-

يأمل الباحث في إجاباتكم المناسبة بدقة تامة لأهميتها في التوصل إلى نتائج موضوعية مثمرة إن شاء الله.كون إجاباتكم ستستخدم لإغراض البحث العلمي فقط،والباحث مؤتمن عليها.  
وشكراً لتعاونكم.

الباحث

م. د صلاح وهاب شاكر

قائمة السمات الشخصية للقيادة الرياضية

السمات	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	لا هذا ولا ذاك	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	السمات
غير قادر على اتخاذ القرار	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	قادر على اتخاذ القرار
غير واثق من نفسه	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	واثق من نفسه
يتحمل المسئولية	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	لا يتحمل المسئولية
اجتماعي	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	منطوي
غير حازم	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	حازم
طموح	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	غير طموح
متشائم	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	متفائل
غير ثابت انفعالياً	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	ثابت انفعالياً
مرن	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	غير مرن
لا يتحمل الضغوط النفسية	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	يتحمل الضغوط النفسية
ذكي اجتماعياً	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	غير ذكي اجتماعياً
غير متعاطف	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	متعاطف
غير مبدع ومبتكر	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	مبدع ومبتكر
وعي عالي بالذات	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	وعي منخفض بالذات
غير قيادي	٣	٢	١	٠	١	٢	٣	قيادي