

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم



معهد التربية البدنية والرياضية

القسم: التدريب الرياضي

التخصص: التحضير البدني الرياضي

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التحضير البدني الرياضي بعنوان:

مكانة القياسات والاختبارات في تقييم الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم للفئات الشبانية

بحث وصفي أجري على مدربي بعض أندية كرة القدم للفئات الشبانية بولاية غيليزان

من إعداد:

- زايدي يوسف
- زبالح عدة

تحت إشراف:

- أ.د/ إدريس مقدس مولاي

السنة الجامعية: 2022-2023

إهداء

إلى من لا يمكن للظلمات أن توفى حقهما

إلى من لا يمكن للأرقام أن تحصى فضائلهما

إلى والدي العزيزين أدامهما الله لي

إلى كل أفراد عائلتي

إلى الأستاذ المؤطر "د. إدريس مقدس مولاي

إلى كل من ساندني

إلى كل طلبة السنة الثانية ماستر

علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

أهدي هذا العمل

يوسف

إهداء

إلى من قال فيهما عز وجل: "وقل لهما قولاً كريماً وانفض لهما جناح الذل

من الرحمة وقل أرحمهما كما ربياني صغيراً".

إليك يا أعز إنسانة إلى قلبي، كيف لا وأنت من سهرت وتعبت حتى

وصلت إلى ما أنا عليه.

إليك يا: أمي

إليك يا أيها العظيم في عطائك، ويا من علمتنا العزة والاعتماد على

النفس يا سيد الرجال

إليك يا: أبي

إلى الأستاذ المؤطر "د. إدريس مقدس مولاي

إلى الذين يدخلون القلوب بلا استثناء إلى كل إخوتي وأخواتي

عدة

شكر وعرّفان

شكر وعرّفان

إلى الأستاذ المحترم كل الشكر والتقدير له

على صبره معنا طيلة هذا البحث فكان خير دليل ومسير لنا في هذا الطريق

الدكتور "إدريس مقدس مولاي"

كما أتقدم بالشكر الجزيل

إلى مدير وأساتذة وعمال وأعاون إدارة

معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم

وبالخص الأساتذة الذين ساعدونا في إنجاز هذا العمل

وإلى كل من يسهر على تسير المعهد على أكمل وجه

كما لا ننسى كل من لم يبخلوا علينا بنصائحهم القيمة وأخيرا أشكر كل من ساهم في

هذا

العمل من قريب أو بعيد ولو بكلمة طيبة

ملخص البحث

هدف البحث إلى الكشف عن مكانة الاختبار والقياسات في تقويم الصفات البدنية لدى اللاعبين الناشئين في كرة القدم، تم الاعتماد في هذا البحث على المنهج الوصفي حيث اعتمد الطالبان على إعداد استمارة استبائية كأداة للبحث، وتكونت عينة البحث من 24 مدرباً لبعض الفرق للفئات الشبابية لولاية غليزان تم اختيارهم بطريقة عشوائية وبعد القيام بالدراسة الإحصائية توصل الطالبان إلى ثبوت صحة فرضيات الدراسة التي نصت على أن أهمية الاختبارات والقياسات في تقويم الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم للفئات الشبابية، و في الأخير يوصي بضرورة تكوين المدربين في مجال الاختبار والقياس، وتوفير الوسائل التكنولوجية الحديثة.

الكلمات المفتاحية:

- الاختبارات والقياسات.
- الصفات البدنية.
- كرة القدم.

Abstract

The objective of the research is to reveal the place of tests and measurements in the evaluation of the physical characteristics of young football players. In this research, the descriptive approach was privileged, the two students having relied on the preparation of a questionnaire as a research tool. The research sample consisted of 24 coaches for selected teams for youth groups in Relizane State. By choosing them at random, and after carrying out the statistical study, the two students concluded that the hypotheses of the study proved to be correct, which stipulated that the importance of tests and measurements in the evaluation of the characteristics physics of football players for young groups, and finally recommends the need to train coaches in the field of tests and measurements, and to provide modern technological means.

Keywords :

- Tests and measurements.
- physical parameters.
- Football

قائمة الجداول والأشكال

أ. قائمة الجدول:

الصفحة	العنوان	الرقم
47	توزيع عينة البحث	01
49	الأسس العلمية لأداة البحث	02
52	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (03)	03
53	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (04)	04
54	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (05)	05
55	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (06)	06
56	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (07)	07
57	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (08)	08
58	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (09)	09
59	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (10)	10
60	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (11)	11
61	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (12)	12
62	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (13)	13
63	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (14)	14
64	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (15)	15
65	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (16)	16
66	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (17)	17
67	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (18)	18
68	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (19)	19
69	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (20)	20
70	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (21)	21
71	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (22)	22
72	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (23)	23
73	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (24)	24
74	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (25)	25
75	يبيّن أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (26)	26

ب. قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	الرقم
52	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)	01
53	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)	02
54	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)	03
55	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)	04
56	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (07)	05
57	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (08)	06
58	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (09)	07
59	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (10)	08
60	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (11)	09
61	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (12)	10
62	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (13)	11
63	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (14)	12
64	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (15)	13
65	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (16)	14
66	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (17)	15
67	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (18)	16
68	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (19)	17
69	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (20)	18
70	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (21)	19
71	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (22)	20
72	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (23)	21
73	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (24)	22
74	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (25)	23
75	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (26)	24

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
ب	إهداء
د	كلمة شكر
هـ	ملخص الدراسة
ز	قائمة الجداول والأشكال
ط	قائمة المحتويات
الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث	
02	1. المقدمة
03	2. مشكلة البحث
04	3. فرضيات البحث
05	4. أهداف البحث
05	5. مصطلحات البحث
06	6. الدراسات السابقة
09	7. التعليق على الدراسات السابقة ونقدها
الإطار النظري	
الفصل الأول: التدريب الرياضي واللياقة البدنية	
12	تمهيد
13	1-1. التدريب الرياضي
13	2-1. هدف التدريب الرياضي
14	3-1. دور المدرب في تنمية التزام اللاعب نحو تحقيق الأهداف
16	4-1. أسس تدريب الناشئين
18	5-1. الإعداد البدني في كرة القدم
19	6-1. الطرق التدريبية لتنمية الصفات البدنية
21	7-1. مكونات اللياقة البدنية
28	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: القياس والاختبار في المجال الرياضي	

30	تمهيد
31	1-2. مفهوم القياس
31	2-2. أنواع القياس
32	3-2. أهداف القياس
32	4-2. مفهوم الاختبار
34	5-2. تصنيفات الاختبارات والقياس في التربية الرياضية
35	6-2. الأغراض العامة من الاختبارات الرياضية
35	7-2. أنواع الاختبارات
36	8-2. أهمية الاختبارات والمقاييس بصورة عامة
37	9-2. الشروط العلمية للاختبارات والمقاييس
39	10-2. التقويم
40	11-2. أنواع التقويم
41	12-2. عناصر عملية التقويم
41	13-2. خطوات عملية التقويم
42	14-2. العلاقة بين التقويم والقياس
44	خلاصة الفصل
الإطار التطبيقي	
الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
47	تمهيد
47	1-1. منهج البحث
47	2-1. مجتمع وعينة البحث
48	3-1. مجالات البحث
48	4-1. أدوات البحث
48	5-1. الدراسة الاستطلاعية
49	6-1. الأسس العلمية لأدوات البحث
50	7-1. الدراسة الإحصائية
50	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج ومناقشة الفرضيات والاستنتاجات

52	1-2. عرض وتحليل النتائج
76	2-2. مناقشة الفرضيات
77	3-2. الاستنتاجات
78	4-2. الاقتراحات والتوصيات
80	قائمة المصادر والمراجع

الملاحق

التعريف بالبحث

1. مقدمة:

لقد تطورت كرة القدم في الخمسة والعشرون سنة الأخيرة تطورا سريعا حيث ظهرت الحاجة إلى رفع مستوى اللياقة البدنية للاعبين ، وتطوير أداء المهارات الأساسية نتيجة تقدم الخطط وظهور طرق جديدة للعب ، فبدت الحاجة ملحة لتطوير برامج التدريب كي يتمكن اللاعبون من أداء المهارات الأساسية والخطط بكفاءة عالية ، فبدأ الأخصائيون الرياضيون المهتمون بكرة القدم الاستفادة من علم الفسيولوجيا والتشريح وعلم النفس والاختبارات والمقاييس في قياس قدرات اللاعبين البدنية والمهارية والخططية ، بل وصل الأمر في عصرنا الحديث إلى استخدام هذه المقاييس لضمان التقدم والنجاح الدائمين في هذا المجال ، إذا ظهرت نتيجة تلك الطرق وأساليب جديدة لإعداد اللاعبين (حدور، 2018-2019، صفحة 01).

ونظرا لوجود الاختلافات والفروق الفردية بين اللاعبين من الناحية البدنية والمهارية، فقد وجه علماء الرياضة جل اهتمامهم نحو بحث ودراسة مشكلة الاستعدادات والقدرات الخاصة، التي كان لنتائجها الأثر الكبير في تطوير طرق قياسها وتقويمها، فضلا عن إثراء نظريات الانتقاء الرياضي بتلك النتائج، وبسبب هذا التطور وتعدد أساليب اللعب زاد حماس وإصرار المدربين والمهتمين باللعبة إلى بذل الجهود الكبيرة في التدريب من أجل الإرتقاء بمستوى فرقهم، لإنشاء قاعدة متكاملة بين اللياقة البدنية المتميزة والمهارات الأساسية المتقنة والروح المعنوية العالية، فالموهبة تعد أساس نجاح أي لاعب فضلا عما يبذله اللاعب والمدرب من جهود لصقل وتطوير هذه الموهبة من خلال التزام اللاعب ومثابرته وحرصه واستعداده للإستماع إلى توجيهات المدرب وتطبيقاتها، وإذا ما توفر المناخ الملائم للاعب استطاع أن ينهض بمستواه ويرقى بموهبته من خلال ذكائه والتزامه، وعلينا صقل هذه الموهبة بمواصلة التدريب وتطوير مستوى اللياقة البدنية والمهارات الأساسية باستخدام أفضل الطرائق والأساليب التدريبية بكرة القدم (محمود، 2011، صفحة 07).

وربما كرة القدم كباقي الرياضات تخضع لمقاييس ومعايير يجب توفرها في اللاعب لكي يتقن هذه اللعبة، وعن طريق عمليات الانتقاء التي تعتبر حجر الأساس للوصول إلى الإنجاز الرياضي رفيع المستوى، يتم الإحاطة بمختلف المميزات والخصائص للاعبين الأكفاء ذوي الاستعدادات والقدرات البدنية والمهارية" والتنبؤ بمدى كفاءتهم المستقبلية في هذه اللعبة، حيث يتم توضيح هذه القدرات عن طريق مجموعة من الاختبارات الميدانية يجريها النادي على اللاعبين لتحديد مستوى كل لاعب وتحديد قدرات كل لاعب بشكل علمي ومضبوط (حسانين، القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية، 2011، صفحة 88)، فالاختبارات إذن تعد جزءا أساسيا ومتكاملا للعملية التدريبية التي هدفها تحسين المستوى البدني والمهاري للفرد، كما تساعد في عملية التقييم وتعتبر أداتها الرئيسية (بعوش، 2014-2015، صفحة 02).

2. مشكلة البحث:

يتطلب الاختيار والانتقاء الجيد للاعب كرة القدم الناشئين بعض القياسات والمواصفات التي يجب أن يجتازها الناشئ حتى يكون مؤهلا للاستمرار في عملية التدريب دون أن نترك مجالا للصدفة في اختيارنا هذا ، لان هذه العملية معقدة تحتاج إلى عمل مبرمج على أسس علمية من طرف المختصين ، وانتقاء الناشئين في كرة القدم يعتبر ظاهرة مستمرة غير منفصلة في سير العمل التدريبي (بلوفة، 2014-2015، صفحة 03).

ولكي عملية اختيار اللاعبين مقننة ويتم التحصل على نتائج إيجابية وجب الاعتماد على الاختبارات والقياسات الميضية على أسس علمية وأن يكون المدرب أو المحضر البدني على مستوى من المعرفة والتجربة، فويمكن للاختبارات البدنية والمهارية كشف ما هو مستور، إذ تهدف لقياس كل صفة بدنية أو مهارة على حدا، وهذا ما يتيح للمدربين معرفة المستوى البدني والمهاري الحقيقي للاعبين، ولكن هذا ليس ما نراه على ملاعبنا فكثيرا ما يهمل المدربون هذه الاختبارات لأسباب مختلفة، ويعتمدون فقط على الملاحظة العشوائية، وهذا ما يدفعنا إلى طرح التساؤل التالي: هل الاختبارات البدنية والمهارية قادرة على انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أصاغر على المستوى الجهوي؟

التساؤل العام:

✓ ما هي مكانة القياسات والاختبارات في تقويم الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم للفئات الشبانية؟

التساؤلات الجزئية:

✓ ما هو المستوى المعرفي لدى مدربي كرة القدم للفئات الشبانية في قياس و اختبار الصفات البدنية لدى كرة

القدم؟

✓ ما هي أعراض المدربين من القيام بعملية إختيار وقياس الصفات البدنية للاعبين الناشئين؟

✓ ما هي المشاكل التي تعيق الاعتماد على القياس والاختبار في تقويم الصفات البدنية لاعبي كرة القدم للفئات

الشبانية؟

3. فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

✓ للقياسات والاختبارات أهمية كبرى في تقويم الصفات البدنية لاعبي كرة القدم للفئات الشبانية.

الفرضيات الجزئية:

- المستوى المعرفي لدى مدربي كرة القدم للفئات الشبانية في مجال القياس والاختبار في كرة القدم منخفض.
- يقوم المدربين باختبار و قياس الصفات البدنية بغرض اختيار اللاعبين والحكم على فعالية البرنامج التدريبي.
- يرجع المدربين المشاكل التي تعيق الاعتماد على القياسات والاختبارات الحديثة في تقويم الصفات البدنية لاعبي كرة القدم للفئات الشبانية لنقص التكوين وغياب الوسائل التكنولوجية اللازمة.

4. أهداف البحث:

يهدف بحثنا إلى ما يلي:

التعريف بالبحث

✓ إبراز ما مدى اعتماد مدربي كرة القدم للفئات الشبانية في اختيار اللاعبين بناء على الاختبارات و القياس.

✓ الكشف عن المستوى المعرفي مدربي كرة القدم للفئات الشبانية في مجال الاختبارات و القياسات في المجال

الرياضي عامة و كرة القدم خاصة.

✓ إبراز أهمية الاعتماد على الاختبارات والقياسات المبنية على الأسس العلمية في تقويم الصفات البدنية لدى

لاعي كرة القدم للفئات الشبانية.

✓ الخروج بتوصيات تفيد مدربي كرة القدم للفئات الشبانية بضرورة تقويم الصفات البدنية للاعبين بناء على

اختبارات وقياسات علمية.

5. مصطلحات البحث:

 القياس:

التعريف الإصطلاحي: هو أسلوب لجمع البيانات والمعلومات بطريقة كمية عن الشيء المقاس، ويتم ذلك بتقنية

وأدوات يركز عليها الحكم في عملية التقويم (عباس، 2013، صفحة 26)

التعريف الإجرائي: وهي عدد النقاط أو الدرجات المتحصل عليها من قبل لاعب كرة قدم عند القيام باختبار ما.

 الإختبار:

التعريف الإصطلاحي: هو وسيلة تستلزم استخدام طرق البحث، كالقياس والملاحظة والتجريب، والاستقصاء،

والتحديد، والتفسير، والاستنتاج والتعميم (البيك، 1996، صفحة 11).

التعريف الإجرائي: وهي مجموعة من التمارين المبنية على أسس علمية يخضع لها اللاعب لتحديد مستوى الصفة

البدنية المراد قياسها.

 التقويم:

التعريف الإصطلاحي: وهو الحكم على الاشياء او الافراد لإظهار العيوب وطريقة هدف الفروض الاساسية التي على اساسها يتم تنظيم العمل وتطويره (حسانين، 1995، صفحة 89)

التعريف الإجرائي: وهو الوقوف على حالة اللاعب بعد قياس و اختبار الصفات البدنية لديه.

6. الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى: دراسة حجار محمد خرفان و هوار عبد اللطيف بعنوان: "مكانة الاختبارات والقياسات العلمية عند عملية اختيار اللاعبين في كرة القدم الجزائرية تحت 18 سنة"، المجلة العلمية لعلوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية و الرياضية، العدد 15، جوان 2018.

هدفت هذه الدراسة الى معرفة حقيقة ما يجري على أرض الواقع أثناء اجراء عملية اختيار اللاعبين على مستوى الأندية الجزائرية في كرة القدم من حيث الطرق المستخدمة ومدى ملائمتها مع متطلبات كرة القدم الحديثة التي تركز على معطيات علمية وبرامج مسطرة خاصة بذلك بعيدا عن العشوائية والذاتية والملاحظة فقط . التراجع الرهيب لنتائج المنتخب الشبان الوطنية وللأندية في المحافل الدولية والقارية يعكس الخلل الموجود في منظومة الكرة الجزائرية وخاصة في عملية التكوين، وانطلاقا من هذا نسعى من خلال هذه الدراسة الى كشف حقيقة هذه العملية من حيث الطريقة والكيفية مقارنة بما هو معمول به في الدول المتقدمة كاستخدام بعض المحددات المورفو-وظيفية لاختيار أفضل اللاعبين حسب خطوط اللعب في كرة القدم تحت 18 سنة، حيث استخدمنا المنهج الوصفي بطريقة المسح في استجواب مدربي الفئات الصغرى لأندية الغرب الجزائري كعينة للبحث، وأسفرت النتائج الى أن غالبيتهم يعتمدون على طريقة الاختيار لملاحظة فقط بعيدا عن الأسلوب العلمي كالقياسات والاختبارات، ومنه يوصي الباحث ضرورة تدعيم عماية الاختيار لملاحظة استخدام القياسات المورفولوجية والاختبارات الوظيفية العلمية كدعمامة لاختيار اللاعبين حسب متطلبات خطوط اللعب لهذه الفئة العمرية لاختيار أفضل المواهب التي تخدم و تنفع كرة القدم الجزائرية مستقبلا.

الدراسة الثانية: دراسة مصطفى ولد حمو و سفيان نافع بعنوان: "المواصفات البدنية والتقنية للاعبين كرة القدم ودورها في تشخيص الموهبة عند فئة اقل من 15 سنة"، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، المجلد 01، العدد 04، 2012.

هدفت هذه الدراسة إلى حصر أهم المواصفات البدنية والتقنية التي تميز أحسن اللاعبين في كرة القدم في فئة اقل من 15 سنة، قصد الاعتماد عليها في عملية تشخيص المواهب، ومن أجل ذلك استخدمنا بطارية من الاختبارات ضمت قياسات الطول والوزن، 08 اختبارات بدنية (سرعة، قوة رشاقة، مداومة) واختبارين تقنيين اثنين (سرعة المراوغة ودقة التمرير) على عينة من 49 لاعباً بمتوسط عمر 14.37 سنة من فئة U15 منهم 21 لاعباً نخبوياً و28 غير نخبوي.

الدراسة الثالثة: دراسة بيوشة وهيب، بن نعمة بن عودة و بن قوة علي بعنوان: "تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية كمعيار لاختيار لاعبي كرة القدم تحت 20 سنة"، مجلة التحدي، المجلد 10، العدد 02، سنة 2018.

هدفت الدراسة إلى تقويم الجانب البدني للاعبين كرة القدم وفق مستويات معيارية والتي يراها طاقم البحث أنجع من الملاحظة العابرة الغير مؤسسية والتي ينجر عنها الكثير من الأخطاء التي تسبب ضياع للمواهب الشابة تمهيدا لاختيار أفضل العناصر بعد تصنيفهم وفق القدرات البدنية التي أضحت الفيصل في كثير من المباريات وحتى بطولات العالم بإقرار المدربين والخبراء وعليه تم إنجاز هذا البحث على عينة من لاعبي الغرب الجزائري تحت 20 سنة وقد أفضت النتائج لوجود تباين في مستوى اللاعبين أمكن طاقم البحث من تحديد أفضل العناصر والذي نراه يمثل المنتخب الجهوي الغربي ويعطي الإضافة للكرة الجزائرية.

الدراسة الرابعة: دراسة محمد صبحي حسانين و آخرون بعنوان: "تقنين بطارية اختبار بدنية وفسولوجية للاعبين كرة القدم في فلسطين للمرحلة السنية 18-20 سنة"، دراسة أجريت على لاعبي كرة القدم المحترفين في الضفة الغربية، فلسطين 2020.

استهدف البحث تقنين بطارية اختبار بدنية وفسولوجية للاعبين كرة القدم في فلسطين للمرحلة السنية 18 - 20 سنة، باستخدام الباحث المنهج الوصفي المسحي، وقد تكون مجتمع البحث من لاعبي أندية كرة القدم المحترفين بدولة فلسطين، وتم اختيار عينة عمدية من لاعبي مركز شباب رقم واحد، ومن خلال المراجعة العلمية للمصادر العلمية العربية والاجنبية والدراسات المرتبطة صمم الباحث استبيان يحتوي عدد من المتغيرات البدنية والفسولوجية المرتبطة بلاعبين كرة القدم في الفئة المعنية وأدوات ووسائل قياسها، حيث تم بناء بطارية الاختبار البدنية والفسولوجية وتقنينها وذلك بالتحقق من صدق المحتوى (المضمون) باستخدام استطلاع رأي الخبراء واستخلاص النسب المئوية لتقييماتهم باعتماد الاختبارات والوسائل التي حصلت على ما نسبته 75%، كما تم التحقق من الثبات باستخدام أسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بإيجاد معامل الارتباط البسيط بيرسون بين التطبيقين، وقد اشتملت البطارية على سبعة اختبارات بدنية وستة فسيولوجية، وكان من أهم توصيات البحث أن يتم استخدام وحدات هذه البطارية في قياس مستوى الأداء وبناء مستويات لها.

7. التعليق على الدراسات السابقة ونقدها:

من خلال الدراسات المشابهة التي تم التطرق إليها والتي شملت إحدى متغيرات بحثنا أو كلاهما، نجد أن

هناك أوجه للتشابه والاختلاف مع دراستنا وهي على الشكل التالي:

- اختلفت الدراسات من حيث المنهج المستخدم وأدوات البحث.
- كثيرة هي الدراسات التي ركزت على القياس والتقييم في مجال الانتقاء الرياضي.
- اختلفت دراستنا مع الدراسات السابقة حيث اعتمدنا على دراسة الموضوع من وجهة نظر المدربين، وكانت دراسة وصفية اعتمدت على الاستبيان.
- اختلفت الدراسات من حيث مجالات البحث والمراحل العمرية.
- ساعدتنا الدراسات السابقة في تحديد شكل دراستنا واختيار المنهج والأسلوب، والوسائل الإحصائية.

الإطار النظري

الفصل الأول:
التدريب الرياضي
واللياقة البدنية

تمهيد:

يعتبر التدريب الرياضي من المجالات التي تلقى اهتمام الخبراء في كل الرياضيات العالمية، ولا شك أن لكرة القدم الحظ الوافر مقارنة بالرياضات الأخرى، وبلغ التدريب الرياضي مستويات عليا، و دخلت التكنولوجيا كعامل رئيسي من خلال البحث و التطوير واعتماد أدوات جديدة، ترتقي بالفرد إلى أقصى إمكاناته البدنية، و هذا ما سنتناوله في هذا الفصل.

1-1. التدريب الرياضي:

التدريب الرياضي هو "العمليات المختلفة التعليمية والتربوية والتنشئة، وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية بهدف تحقيق أعلى مستويات الرياضية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة" وهو أيضا "العمليات التي تعتمد على الأسس التربوية، والعلمية، والتي تهدف إلى قيادة وإعداد وتطوير القدرات والمستويات الرياضية في كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة" (مفتي، 1998، صفحة 19).

كما يعرف التدريب: "على انه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية، وتعلم التكنيك، التكنيك، وتطوير القابليات العقلية ضمن منهج علمي مبرمج وهادف خاضع لأسس تربوية قصد للوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة" (سكر، 2002، صفحة 09)

ويعرفه محمد علاوي: "التدريب الرياضي عملية تربوية وتعليمية منضمة تخضع للأسس والبادئ العلمية، وقدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في المنافسات الرياضية أو في نوع معين من أنواع الرياضة" (علاوي، 2002، صفحة 17).

ويفهم مصطلح التدريب الرياضي: " أنه عبارة عن القوانين والأنظمة الهادفة إلى إعداد الفرد للوصول إلى مستوى الإنجاز عن طريق الإعداد الكامل لعموم أجهزة الرياضي وصحته الجسمية العامة، كما يتحسن التوافق العصبي والعضلي ويسهل تعليم المسار الحركي فضلا عن زيادة قابلية الإنتاج لدى الفرد" (حسين، 1997، صفحة 78).

2-1. هدف التدريب الرياضي:

لكي نفهم أهداف وواجبات التدريب في كرة القدم علينا أن نحلل لما تتميز به كرة القدم الحديثة لما طرأ عليها من تطور سريع وتغيير في طابع وأسلوب وطرق اللعب الحديثة والذي واكبه تنوع في خطط اللاعب الدفاعية

والهجومية والذي استوجب إعداد وتهيئة اللاعبين لمواجهة تلك المتغيرات من خلال الارتقاء بمستوى الأداء المهاري ليتطابق وظروف المباراة ومن أهم ما تميزت به كرة القدم الحديثة في الآونة الأخيرة:

1. التمتع بالصحة الجيدة وامتلاك مستوى وظيفي وبدني متطور.
2. امتلاك مستوى عالي من قوة الإرادة والعزيمة.
3. القدرة على تنفيذ الأداءات المهارية الفردية والمركبة في ظروف صعبة.
4. قدرة التحول بين الدفاع والهجوم وأداء المباراة في تشكيلات تكتيكية وطرق لعب حديثة.
5. امتلاك مستوى عالي متطور من القدرات البدنية (التحمل، القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة).
6. اكتساب المعارف والمعلومات التي تنمي القدرات العقلية والتي تعزز القدرات الإدراكية والتكتيكية للفريق أثناء المباراة.

7. اللعب الرجولي والروح القتالية بهدف تحقيق الفوز.

وقد أضفى التدريب الحديث في كرة القدم طابع السرعة والقوة التي ساعدت لاعبي على التحرك لأخذ المكان المناسب وفتح الثغرات في دفاع الفريق الخصم وإيجاد الزيادة العددية في مناطق اللعب المختلفة مع امتلاك الفريق لقدرة كبير من المهارة التي تسمح بتنفيذ متطلبات الأداء التكتيكية والتي تمكن الفريق من تحقيق أهدافه والفوز بنتائج مبارياته (حسين، 1997، الصفحات 14-15).

1-3. دور المدرب في تنمية التزام اللاعب نحو تحقيق الأهداف:

إن نتائج الدراسات التي هدفت إلى معرفة مكونات التفوق لدى الموهوبين رياضياً أظهرت عدم اتفاق حول الصفات البدنية الضرورية لكل نشاط رياضي، مقابل الاتفاق على الصفات النفسية، وقد أجمع المهتمون بالدراسات النفسية

للرياضيين والمدربين أن التزام الرياضي نحو إنجاز الهدف يأتي في مقدمة هذه الخصائص النفسية والتي تلعب دورا هاما في تعبئة الطاقة.

إن الالتزام من قبل الرياضي نحو تحقيق الهدف يمثل نقطة البداية للإعداد الجيد، فالإعداد الرياضي للاعب يتضمن التدريب البدني (القوة التحمل، الدور النفسي..... الخ). تعلم المهارات الأساسية، اللعب والنواحي الخطئية، الإعداد الذهني لتحقيق درجة الاستثارة والتركيز المثلي، وأخيرا تطوير أسلوب الحياة بحيث يوائم هذا النمط السلوكي (راتب، 1997، صفحة 250).

وتجدر الإشارة هنا إلى أن هذا النمط السلوكي المقترح لا يتحقق من خلال القوانين أو القواعد أو حتى الاشراف المباشر من قبل المدربين، ولمن يتحقق من خلال مسؤولية ذاتية والتزام فردي من قبل اللاعب.

ويمكن التعرف على درجة التزام الرياضي نحو الهدف من خلال محكين أساسيين هما:

❖ **كمية الوقت:** أي الوقت الذي يخصصه الرياضي لتحقيق الهدف.

❖ **درجة الجهد:** أي الجهد الذي يبذله الرياضي أثناء الممارسة أو المنافسة لتحقيق الهدف.

وفيما يلي بعض النقاط الهامة التي يمكن أن يسترشد منها المدرب لزيادة التزام الرياضي نحو إنجاز الهدف:

✓ تقديم للرياضيين شرحا لفوائد الأهداف ومتابعتهم بشكل منتظم، كذلك توضيح لهم مبادئ بناء الأهداف

✓ بطريقة يسهل فهمها، وأخيرا مساعدتهم على فهم طبيعة الأهداف التي وضعت للمشاركة.

✓ تجنب استخدام التهديد أو التخويف في حث الرياضيين على وضع أهداف ذات مستوى معين.

✓ الحرص على أن يكون معاونا فاعلا للرياضيين، إن عملية تحديد الأهداف النوعية واختيار المعايير أو

المستويات المطلوب تحقيقها يجب أن يؤدي على نحو يحترم قيمة الذات الرياضي.

✓ تقديم المكافآت للرياضيين عندما يحققون تقدماً وينجزون الأهداف، وفي هذا السياق فإن استخدام المديح، التقدير، الاطراء، والجوائز المادية، يمكن أن تساهم جميعاً في زيادة درجة التزام الرياضي وخاصة عندما يحسن استخدامها.

عندما يرى الرياضيون أن المدرب يساعدهم بخطة تنفيذية تطور المهارات والمعرفة التي يحتاجون إليها لتحقيق أهدافهم، يكون لديهم درجة أكبر من الالتزام (راتب، 1997، الصفحات 252-254).

1-4. أسس تدريب الناشئين:

يشير ماكشين McShane 2001م إلى أنه لكي يتحسن ويتطور مستوي براعم وناشئي كرة القدم يجب أن يندمج التعليم والتعلم بالمتعة والسرور والترويح، فكل ما سبق يكسب البرعم خبرات تساعده مستقبلاً لكي يكون لاعباً مميزاً، وإذا أردت كمدرب تطوير مستوي الناشئين يجب أن يكون التدريب مؤثر وليس قوي حتي لا يتعرض الناشئين للإصابة ويتأثر مستوي النمو الخاص بهم وربما العزوف عن كرة القدم، فتطوير التدريب للناشئين والناشئين لا يحتاج لشدات مرتفعة وإنما تدريب ذات مستوي صعوبة أو إعطاء تدريبات مهارية مع تدريبات بدنيه، وكذلك التدريبات الترويحية تتحول إلي تدريبات تنافسية مبسطة والتدريبات ذات السرعة المتوسطة تزداد إلي السرعة المرتفعة، كل ذلك يصب في صالح الناشئين لكي يتحسن ويتطور المستوي الخاص بهم بشكل طبيعي ومتدرج ومتوافق مع خصائص المرحلة السنيه.

ويري عمرو أبو المجد، جمال النمكي 1997م بأن هناك أسس تراعي عند التخطيط للبرنامج التدريبي

للناشئين في كرة القدم هي:

- ✓ أن يخطط البرنامج بحيث يسمح بالتقدم بأقل تكرار ممكن.
- ✓ تنظيم البرنامج بحيث يتاح وقت ملائم للتعلم.
- ✓ أن يتكون البرنامج من الأنشطة المشوقة والتي تتميز بالقيم التي تؤدي إلى النمو المتوازن.

- ✓ أن يبنى البرنامج في ضوء الإمكانيات المتاحة، والأهداف الإجتماعية والشخصية للناشئ و فلسفة المجتمع.
- ✓ إختيار المحتوى الذي سيتم التركيز عليه خلال الموسم وهي (المهارات- اللياقة البدنية- المعلومات الرياضية- المهارات الشخصية الاجتماعية) بما تتناسب مع خصائص كل مرحلة سنية.
- ✓ يقوم البرنامج على الأنشطة القابلة لاستخدام طرق التدريب غير الشكلية أو التقليدية.
- ✓ يجب إدخال التكامل كعملية تربوية كمفهوم في التربية الرياضية من خلال مداخل منطقية لها. (النمكي

ع.، 1997، صفحة 167)

ويرى علي البيك، عماد عباس 2003م أنه هناك أسس لوضع البرنامج التدريبي هي:

- ✓ تحديد هدف البرنامج وأهداف كل مرحلة.
- ✓ مراعاة الفروق الفردية والاستجابات الفردية للناشئين وذلك بتحديد المستوي
- ✓ تحديد أهم واجبات التدريب وترتيب أسبقيتها وتدرجها
- ✓ ملائمة البرنامج التدريبي للمرحلة السنية وخصائص النمو للناشئين.
- ✓ تنظيم عملية التدريب وتنوع التدريبات
- ✓ مرونة البرنامج التدريبي وصلاحيته للتطبيق العملي
- ✓ تناسب درجة الحمل في التدريب من حيث الشدة والحجم والكثافة
- ✓ التدرج في زيادة الحمل والتقدم المناسب والشكل التموجي والتوجيه للأحمال التدريبية المحددة وديناميكية

الأحمال التدريبية

✓ زيادة الدافعية

✓ الاهتمام بقواعد الإحماء والتهدئة

التكيف (عباس، 2003، صفحة 102).

1-5. الإعداد البدني في كرة القدم:

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية التي يبنى عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم والتي تعد أحد أساسيات المباراة، لما تتطلبه من جري سريع لمحاولة الاستحواذ على الكرة قبل الخصم، والأداء المستمر زمن المباراة 90 دقيقة، والذي قد يمتد لأكثر من ذلك في كثير من الأوقات وكذا سرعة تبادل المراكز و تغيير الاتجاهات وضرب الكرة بالرأس وتكرار الحري للاشتراك في الهجوم والدفاع بفعالية (حسن أحمد الشافعي، 1998 ، صفحة 23).

و يعتبر الإعداد البدني أحد عناصر الإعداد الرئيسية، وأولها في فترة الإعداد أو أعلى وجه الخصوص، ويقصد به كل العمليات الموجهة لتحسين قدرات اللاعب البدنية العامة والخاصة ورفع كفاءة أجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها، وتؤدي تدريبات الإعداد البدني على مدار السنة بكاملها حيث تدخل ضمن محتويات البرنامج التدريبية بشكل أساسي من خلال وحدة التدريب اليومية، ونجد نوعين من الإعداد البدني، إعداد بدني عام و إعداد بدني خاص:

الإعداد البدني العام: هو التطور الجيد للصفات الحركية: بدون التوجه إلى رياضة معينة، ويمثل مرحلة بسيطة خاصة بتطوير الصفات البدنية الهامة الذي يخضع طيلة هذه المرحلة لتمرينات موجهة إلى تطور الصفات الحركية، المقاومة، القوة، المرونة... الخ، ويسمح لنا هذا النوع من التحضير البدني من دعم وتقوية عمل الأجهزة العضلية والمفصالية، وكذا الأجهزة الفيزيولوجية (الجهاز الدوري التنفسي والجهاز العصبي) (حسن أحمد الشافعي، 1998 ، صفحة 25).

الإعداد البدني الخاص: الإعداد البدني الخاص يقصد به تقوية أنظمة وأجهزة الجسم وزيادة الإمكانيات الوظيفية والبدنية وفقاً لمتطلبات المباراة في كرة القدم، أي تطوير الصفات المميزة للاعب الكرة مثل العمر الدوري التنفسي، والسرعة الحركية وسرعة رد الفعل، والمرونة الخاصة والسرعة لمسافات قصيرة و القوة المميزة بالسرعة للرجلين والرشاقة وتحمل السرعة... الخ

هذه الصفات مرتكبة مع بعضها فمثلا العدو لمسافة 30 مترا لتحسين السرعة ولمسافة محدودة بطريقة التناوب أو تبادل الخطوة لتطوير التحمل الدوري التنفسي، وتقل تدريبات الإعداد البدني الخاص في بداية فترة الإعداد مقارنة للإعداد العام، حيث تصل إلى أعلى نسبة لها في مرحلة الإعداد الخاص والاستعداد للمباريات (حسن أحمد الشافعي، 1998 ، صفحة 26)

1-6. الطرق التدريبية لتنمية الصفات البدنية:

من أهم الطرق التي تسمح بتنمية وتطوير الصفات البدنية نجد :

1-6-1. طريقة التدريب المستمر: وتتميز هذه الطريقة بان التمرينات تؤدي بجهد متواصل ومنتظم وبدون راحة، كان يقوم اللاعب بالجري لمسافة طويلة، ولزمن طويل، وبسرعة متوسطة، وتكون شدة الحمل في هذا النوع من التدريب متوسطة، وحجم التدريب كبير. وتهدف هذه الطريقة إلى تنمية صفة التحمل. (jurgain، 1986، صفحة 97)

1-6-2. طريقة التدريب الفترتي: طريقة هذا التدريب هي أن يعطى حملا معيناً ثم يعقب ذلك فترة راحة، ويكرر الحمل ثانية ثم فترة راحة وهكذا. ويلاحظ عن إعطاء الحمل ارتفاع نبض القلب إلى 180 ضربة في الدقيقة، ما فترة الراحة فتهدف إلى خفض ضربات القلب إلى 120 ضربة في الدقيقة، ثم يعطى حملاً ثانياً، وهذا يعني أن فترة الراحة لا تكون كاملة إطلاقاً (مختار، مدرب كرة القدم، 1980، صفحة 223).

وينقسم التدريب الفترتي إلى نوعين:

* **التدريب الفترتي المرتفع الشدة:** ويهدف إلى تحسين السرعة، القوة، القوة المميزة بالسرعة، وفيه يرتفع نبض القلب إلى 180 ضربة في الدقيقة، ويكون حجم الحمل قليلاً نسبياً.

* **التدريب الفترتي المنخفض الشدة:** ويهدف إلى تطوير التحمل، وتحمل السرعة، ومجموعة العضلات التي تعمل في المهارات المختلفة، وفيه يرتفع نبض القلب إلى 160 ضربة في الدقيقة ويكون حجم الحمل أكبر قليلاً.

1-4-3. طريقة التدريب التكراري: وتعتمد هذه الطريقة على إعطاء حمل مرتفع الشدة، ثم اخذ فترة راحة حتى يعود اللاعب إلى حالته الطبيعية، ثم يكرر الحمل مرة أخرى وهكذا. (Martin, 1993، صفحة 74)، وتهدف هذه الطريقة إلى تنمية السرعة، القوة، القوة المميزة بالسرعة، الرشاقة، كما تعتمد هذه الطريقة عند تنمية المهارات الأساسية تحت ضغط المدافع.

1-6-4. طريقة التدريب المتغير: تتم هذه الطريقة بحيث يتدرج اللاعب في الارتفاع بسرعة وقوة التمرين، ثم يتدرج في الهبوط بهذه السرعة والقوة، فمثلاً يجري لاعب بالكرة أو بدونها مسافة 10 أمتار تكرر 5 مرات، ويكون زمن الراحة بين كل تكرار وآخر 10-15-20-25 ثانية على الترتيب. وتهدف هذه الطريقة إلى تنمية السرعة إذا كانت المسافة قصيرة، وكلما كبرت المسافة يصبح هدف التمرين تحمل السرعة، كما تستعمل هذه الطريقة غالباً في تنمية القوة والصفات البدنية والمهارية في آن واحد. (الشاطي، 1992، صفحة 167)

1-6-5. طريقة التدريب المحطات: في هذه الطريقة يختار المدرب بعض التمارين، بحيث يؤديها اللاعبون الواحد تلو الآخر كل في وقت محدد، وتمرين المحطات يشبه نظام التدريب الدائري، ولكن يختلف عنه من حيث زمن فترة الراحة إذ يعود اللاعب إلى حالته الطبيعية بعد كل تمرين، وقبل الانتقال للتمرين الموالي. كذلك التمرين لا يكرر مرة أخرى ويتوقف حجم أو شدة التمرين على الهدف الذي يحدده المدرب من التمرين. (مختار، مدرب كرة القدم، 1980، صفحة 227)

1-6-6. طريقة التدريب الدائري: يقوم المدرب بوضع من 08 إلى 12 تمريناً موزعين في الملعب أو قاعة تدريب بشكل دائري، بحيث يستطيع أن ينتقل اللاعب من تمرين إلى آخر بطريقة سهلة منتظمة، ويؤدي التدريب بان يقوم اللاعب بأداء التمرين واحد تلو الآخر في مدة دقيقة لكل تمرين، وتعتبر الدورة الواحدة مجموعة، وتكرر المجموعة ثلاث مرات، وتكون فترة الراحة بين كل دورة وأخرى حتى يصل نبض القلب إلى 120 ضربة في الدقيقة. ويستغرق

وقت التدريب من 10 إلى 30 دقيقة. والتدريب الدائري لا ينمي العضلات فقط، ولكن أيضا يطور الجهاز الدوري

التنفسي، بالإضافة إلى صفتي تحمل السرعة وتحمل القوة. (مختار، مدرب كرة القدم، 1980، صفحة 230)

1-6-7. طريقة التدريب STRETCHING: استعملت هذه الطريقة لأول مرة من قبل الاسكندينافيين، وهي

طريقة جديدة تعتمد على التقلص والارتخاء وسحب العضلة المعنية، وتهدف إلى تحسين المرونة، وتعتمد على تمارين

بسيطة ولا تحتاج إلى أدوات. (bernard، 1990، صفحة 58).

1-7. مكونات اللياقة البدنية:

1-7-1. القوة العضلية: تعتبر القوة العضلية أحد مكونات اللياقة البدنية ، حيث يتوقف عليها أداء معظم

الأنشطة الرياضية ، وتوافرها يعد ضرورة للوصول بالفرد إلى أعلى مراتب البطولة في كثير من الألعاب الرياضية ...

فهي الأساس في الأداء البدني ، فان لم تكن فلا اقل من أنها من أهم الدعامات التي تعتمد عليها الحركة والممارسة

الرياضية (إبراهيم، 1999، صفحة 171).

1-7-1-2. تصنيف القوة العضلية: تصنف القوة العضلية من قبل كثير من المتخصصين إلى التقسيمات التالية

- يقسمها فليشمان إلى:

أ. القوة العظمي.

ب. القوة المتحركة.

ج. القوة الثابتة.

يقسمها "لارسون" و "يوكم" إلى:

أ. القوة الثابتة.

ب. القوة المتحركة.

ويري "هاره" أن القوة العظمي لها ثلاثة أنواع هي:

أ. القوة العظمى.

ب. القوة السريعة (القوة المميزة بالسرعة).

ج. تحمل القوة (حسانين ك.، 1985، صفحة 57).

1-7-2. التحمل:

1-2-7-1. مفهوم التحمل: يعرف التحمل بأنه "مقدرة الفرد الرياضي على الاستمرار في الأداء بفاعلية دون

هبوط في كفاءة" أو "مقدرة الرياضي على مقاومة التعب" (مفتى، 2001، صفحة 147).

ويعرفها "بلاتونف" (١٩٨٩م) وهو الأكثر دقة وهو: "التحمل العام هو المقدرة على الاستمرار بفاعلية

في أداء عمل بدني غير تخصص له تأثيره الإيجابي على عمليات بناء المكونات الخاصة بالنشاط الرياضي التخصصي

نتيجة لرفع مستوي التكيف لأداء الأحمال البدنية وانتقال تأثيرها إلى النشاط الرياضي التخصصي" (أبو العلا عبد

الفتاح، 1998، صفحة 192).

ويعرف "هارا" (١٩٧٩) على انه "القدرة على مقاومة التعب في حالة أداء التمرينات البدنية لفترة طويلة

من الزمن".

1-2-7-1. أهمية التحمل: يلخص "محمد عثمان" أهمية التحمل في الآتي:

أ. يؤدي عنصر التحمل إلى القدرة على استخدام الشدة المختارة في التدريب والعمل من خلالها لفترة طويلة.

ب. يؤدي إلى عدم انخفاض شدة الأداء من خلال تدخل عامل التعب.

ج. يؤدي عنصر التحمل إلى سرعة للحالة الطبيعية بعد الحمل .

ويري ماتيفيف " أن التحمل يتطلب (متطلبات عامة) :

أ. طول فترة الأداء.

ب. الاستمرار في الأداء.

ج. أن يكون الحمل ذا شدة غير مرتفعة نسبياً.

د. إشراك أكبر عدد من المجموعات العضلية الكبيرة.

هـ. كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي (معاني، 1998، صفحة 190).

1-7-3. المرونة:

1-3-7-1. مفهوم وأهمية المرونة: يعتبر عنصر المرونة من عناصر اللياقة البدنية التي تؤثر بصورة كبيرة في

مواصفات الأداء الحركي، ويرى "هارا" (Hara) - (1979م) أن الارتقاء بمستوي عنصر المرونة يؤثر بدوره بصورة إيجابية في بعض عوامل تحديد المستوي الآخر مثل (القوة والسرعة).

لذلك يرى "مارتين" (Martin) (1977م) أن عملية الارتقاء بمستوي المرونة تعتبر أحد الأركان الأساسية في العملية التدريبية ولا يمكن الاستغناء عنها. وكذلك يلعب تدريب عنصر المرونة دوراً إيجابياً في الوقاية من الإصابات. ويرى "كيورتن" و "ماتوز" و "هارا" "ساتيوركسي" أن المرونة أحد المكونات الأساسية للياقة البدنية "Physical Fitness"

ويرى كلارك" و "لارسون" وغيرهم أن المرونة أحد مكونات القدرة الحركية - ويرى "بارو" و "بجي" و "جنسين" أنها أحد مكونات الأداء البدني (عثمان، 1994، صفحة 393)

وتعتبر المرونة من الصفات التي كثرت تقسيماتها، هناك ما يطلق عليها المرونة السالبة والمرونة النشطة، كما أن القارئ كثيراً ما يقابل عدة مصطلحات تستخدم أيضاً للتعبير عن المرونة مثل: (المرونة - المطاطية - الحركية - مدي الحركة) (عصام، 2003، صفحة 173)

1-3-7-2. أهمية المرونة :

- تسهل اكتساب اللاعب للمهارات الحركية المختلفة والأداءات الخطئية.
- تسهم في الاقتصاد من الطاقة، والإقلال من زمن الأداء.

- لها دور فعال في تأخير ظهور التعب والإفلال من احتمالات التقلص العضلي .
- إظهار الحركات بصورة أكثر انسيابية وفعالية. تسهم في استعادة الشفاء.
- تعمل على التقليل من الألم العضلي.

1-3-7-3. تقسيم المرونة

تعددت تقسيمات المرونة حسب اتجاهات مختلفة ، إلا أنها لا تتعدى ما هو مبين بالشكل التالي حيث

تحدد تلك التقسيمات بما يلي :

- أ. نوع المفصل المشارك في العمل الحركي .
- ب. نوع الحركة (وحيدة ، متكررة ، مركبة).
- ج. متطلبات الحركة من الانقباض العضلي .

1-4-7-4. الرشاقة

1-4-7-1. مفهوم الرشاقة : تتمتع الرشاقة بمكانة خاصة بين القدرات الحركية والبدنية. إذ أنها ترتبط مع سائر

القدرات البدني والحركية الأخرى بالإضافة إلى العلاقة المتينة التي تربطها بالأداء الحركي الخاص للنشاط الممارس (عصام، 2003، صفحة 142).

يتفق معظم الخبراء في مجال التدريب الرياضي على أن الرشاقة تعني قدرة الفرد على تفسير أوضاع جسمه

أو سرعة تغيير الاتجاه ، سواء كان ذلك بالجسم كله أو أجزاء منه ، سواء كان ذلك على الأرض أو في الهواء.

يري "كلارك" أن الرشاقة تتطلب القدر على تغيير أوضاع الجسم أو سرعة تغيير اتجاهه، يري "بارو" إنها

مقدرة الجسم أو أجزاء منه على تغيير اتجاهاتها واشترط أن يكون ذلك مصحوبا بالدقة والسرعة، كما يشير

"كيورتن" إلى أنها تتطلب القدرة على رد الفعل السريع للحركات الموجهة بشرط أن تكون مصحوبة بالدقة والقدرة

على تغيير الاتجاه (عادل، 1999، صفحة 147).

ويري "يونات" أن الرشاقة عبارة عن "درجة أو نوعية التوافق الحركي الرياضي" ويعرفها "روتيج" بأنها قدرة الفرد الرياضي على السيطرة على الحركات التوافقية المعقدة وكذلك قدرته على تعلم الحركات الرياضية خلال فترة زمنية قصيرة" (عثمان، 1994، صفحة 401).

ويبدو أن هناك اختلاف بين علماء المدرسة الشرقية وعلماء المدرسة الغربية نحو تحديد مفهوم الرشاقة حيث يري الفريق الأول أن الرشاقة مرتبطة بشدة بمكونات بدنية أخرى مثل الدقة والتوازن والتوافق وسرعة رد الفعل الحركي في حين يري الفريق الثاني المدرسة الغربية) أن الرشاقة إنما تتوقف على قدرة الفرد على تغيير أوضاع جسمه أو اتجاه حركته في اقل زمن ممكن وبتوقيت سليم (عصام، 2003، صفحة 144).

1-4-2. أهمية الرشاقة: يذكر "عصام عبد الخالق" دور وأهمية الرشاقة أن يؤدي المستوى العالي للرشاقة عند الفرد إلى :

- سرعة تحسين الأداء الرياضي للمهارات الحركية بصورة اقتصادية.
- الانسياب الحركي والتوافق في حركات الأنشطة الرياضية.
- الإحساس الحركي السليم بالاتجاهات والأبعاد.
- التكامل والدقة في الأداء خاصة الأنشطة التي تتطلب توافق حركي عالي.
- التلائم والتكيف السريع مع الموقف الجديدة.
- القدرة على الاسترخاء والاقتصاد في الجهد (عصام، 2003، صفحة 144).

1-3-4-3. أنواع الرشاقة: يتفق كلا من "عصام عبد الخالق" و "ومفتي إبراهيم" مع التقسيم المانيل" من حيث تقسيم الرشاقة من خلال التمرينات إلى:

أ. الرشاقة العامة:

تعريفها: "قدرة الفرد كل واجب حركي في عدة اوجه مختلفة من ألوان النشاط الرياضي بتصرف منطقي سليم".

ويعرفها الشتيبلر " بمقدرة اللاعب على مدى التوافق والإنجاز الجيد للمهارات الحركية العامة.

ويعرفها "بسطويس أحمد" (١٩٨٩م) : "إمكانية الفرد من أداء الحركات الطبيعية الأساسية بقدر كبير من

التوافق والتوازن والدقة".

ب. الرشاقة الخاصة :

ويعرفها المفتي إبراهيم " وتشير إلى المقدرة على أداء واجب حركي متطابق مع الخصائص والتركيب والتكوين

الحركي لواجبات المنافسة في الرياضة التخصصية (مفتى، 2001، صفحة 200)

ويعرفها "إبراهيم سلامه" عن "بارو" "Barrow" : القدرة على أداء حركات ناجحة في اتجاهات

مختلفة بأقصى ما يستطيع الفرد من كفاءة وسرعة"، ويعرفها "كلارك" "Klark" "مدى سرعة الفرد في تغيير وضع

الجسم أو تغيير الاتجاه" (بسطويس، 1999، صفحة 209).

الرشاقة الخاصة بالعضلات الكبيرة: حيث يشترك كامل الجسم في الحركة كالمرجحة على المتوازيين وحتى الوقوف

على اليدين والدوران على العقلة في الجمباز.

الرشاقة الخاصة بالعضلات المتوسطة: حيث يشترك في الحركة بعض المجموعات العضلية الكبيرة دون أخرى ،

كما في التسديد على المرمى في كرة القدم أو اليد.

الرشاقة الخاصة بالعضلات الصغيرة: حيث يشترك في الحركة بعض العضلات الصغيرة ، كعضلات اليدين أو

الرجلين أو الرأس كما في تنطيط الكرة ومتابعتها أو المراوغة باليدين في كرة السلة (بسطويس، 1999، صفحة

259).

1-7-5. السرعة

1-5-7-1. مفهوم السرعة: السرعة من العوامل الرئيسية للأداء البدني والتي ترتبط بتتابع الانقباض العضلي عند

الأداء الحركي ، وهي مكون أساسي لمعظم الأنشطة الرياضية وخاصة المرتبطة بزمن الأداء الحركي ، وتؤثر السرعة في جميع المكونات البدنية الأخرى (عصام، 2003، صفحة 113).

وتعتبر السرعة في المجال الرياضي ، تلك المكونات الوظيفية المركبة التي تمكن الفرد من الأداء الحركي في اقل

زمن (أبو العلا عبد الفتاح، 1998، صفحة 178)، يعرفها "عادل عبد البصير" (1993م) "بأنها القدرة على القيام بالحركات الدائرية الانتقالية لتحقيق هدف معين في اقل زمن" (عصام، 2003، صفحة 113).

يعرفها محمد صبحي " بكونها القدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نوع واحد في اقل زمن ممكن"

(معاني، 1998، صفحة 365)، ويرى البعض مفهوم السرعة من وجهة النظر الفسيولوجية للدلالة على الاستجابات العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي وحالة الاسترخاء العضلي.

والبعض الآخر يعبر عنها من وجهة النظر الميكانيكية عن معدل التغير في المسافة بالنسبة للزيادة في الزمن

التغير في الزمن (عادل، 1999، صفحة 105).

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق يتبين لنا أهمية تنمية الصفات البدنية حيث يعتبر التحضير البدني من أهم الواجبات لدى المدرب لتنمية أداء اللاعبين والفريق بشكل عام، ولا يكون ذلك إلى من خلال الاهتمام بتدريب الصفات البدنية، كل على حدا إذا استلزم الأمر، وهذا يعكس تطور كرة القدم العالمية، التي ما فتئت تبهرنا بمستوى بدني قياسي لم نشهده من قبل.

الفصل الثاني: القياس والاختبار في المجال الرياضي

تمهيد:

يعتبر القياس والتقويم والاختبار في المجال الرياضي علما بحد ذاته، إذا نجد أن الدراسات في هذا المجال ركزت على قياس الصفات البدنية، وأعطتها حظها الوافر، ويتحتم على العاملين في مجال كرة القدم الامام بهذا الموضوع نظرا لأهميته البالغة في الكشف عن مستوى اللاعبين بهدف الانتقاء، أو قياس فعالية المخطط البدني السنوي، أو اختيار التشكيلة المناسبة للمنافسة.

2-1. مفهوم القياس:

يفهم القياس إحصائياً بأنه: "تقدير الأشياء والمستويات تقديراً كمياً وفق إطار معين من المقاييس المدرجة"، وذلك اعتماداً على فكرة ثورندايك "كل ما يوجد بمقدار وكل ما يوجد بمقدار يمكن قياسه".

ويتأثر القياس ببعض العوامل وهي:

- 1) الشيء المراد قياسه أو السمة المراد قياسها.
- 2) أهداف القياس.
- 3) نوع القياس، وحدة القياس المستخدمة.
- 4) طرق القياس وتدريب الشخص الذي يقوم بالقياس وجمع الملاحظات.
- 5) عوامل أخرى متعلقة بطبيعة الظاهرة المقاسة من جهة وطبيعة المقياس من جهة أخرى وعلاقته بنوع الظاهرة المقاسة (جواد، 2004، صفحة 06).

2-2. أنواع القياس:

ينقسم القياس إلى نوعين (جواد، 2004، صفحة 06):

2-2-1. القياس المباشر: ويقصد بها تلك القياسات التي تحدد فيها الكمية المقاسة بمقارنتها مباشرة بوحدة

القياس كقياس طول اللاعب مثلاً باستخدام وحدات (سم أو البوصة) وقياس السعة الحيوية باستخدام جهاز (الاسبيروميتر) المائي عن طريق القراءات المسجلة على الاسطوانة الداخلية للجهاز.

2-2-2. القياس غير المباشر: كما يحدث عند قياس تحصيل اللاعبين في خبرة معينة أو عند قياس ذكاء اللاعبين

وتصرفهم الخططي وذلك عن طريق الاستجابة لمواقف تتطلب نوعاً من السلوك الذكي.

2-3. أهداف القياس:

يهدف القياس إلى جمع تقديرات كمية لعدد من الظواهر التي نرغب في دراستها وتستدل عليها من خلال المقاييس التي توظفها لجمع الأرقام أو الأعداد لكن هذه الأرقام أو الأعداد التي نجمعها ليست هي الهدف في حد ذاتها بل نهدف من وراء القياس إلى ما يلي:

أولاً: تحديد الفروق الفردية والتعرف عليها بغرض التصنيف من أجل الحصول على معلومات مقننة وبارقام يمكن إستخدامها إحصائياً بواسطة المعالجات الإحصائية للتوصل إلى قوانين تستخدم في التغيير والضبط.

ثانياً: نهدف عملية القياس إلى إعطائنا معلومات لإستخدامها في تفسير الظواهر المشابهة ، فالمدرّب الذي تكون له نتائج ومعطيات حول ظاهرة معينة صادفته خلال عمله يمكن أن يستفيد من نتائج سابقة لحل المشكلة التي تعترضه اليوم. والمدرّس كذلك يستخدم البيانات التي يحصل عليها من أجل توظيفها للعمل بشكل علمي ومضبوط لتساعده في تنظيم نشاطه داخل القسم (أحمد عطا الله وآخرون، 2020، صفحة 19)

2-4. مفهوم الاختبار:

الاختبارات أداة وصفية لظاهرة معينة سواء كانت هذه الظاهرة هي قدرات الفرد أو خصائصه السلوكية النمطية أي سماته، والمقصود بالوصف هنا هو الوصف العلمي في شكل استخدام الأرقام أو في شكل تصنيفات في فئات معينة (فرحات، 2001، صفحة 35).

وأن الهدف الرئيس من إعطاء الاختبارات هو اتخاذ القرارات العلمية والمدرّسة وعلى الرغم من تلك القرارات لتحسين مستوى التعليم أو التدريب ومن ثم تحسين مستوى هذا اللاعب، لذا يجب تحديد الهدف من الاختبار قبل إعطائه (إبراهيم، 1999، صفحة 72).

ولأن الاختبارات بحد ذاتها تعد الخطوة الأولى في العمليات الإجرائية للبحث وهي من أهم الخطوات لأنها توصل الباحث إلى الحقائق التي تمكنه من صياغة نظرياته، فهي ليست عشوائية ولا فوضوية بل هي اختبار علمي بالمعنى

الصحيح التي تتم في ظروف مخطط لها ومضبوطة ضبطاً علمياً دقيقاً بعيداً عن التحيز، لذا فهي مؤشر حقيقي للمدرس أو المدرب للتصنيف والتشخيص والتنبؤ والتقييم والتحفيز (ألبيدي، 2009).

2-4-1. أهداف الإختبارات في المجال الرياضي:

- معرفة الحالة التدريبية العامة عن طريق الاختبارات المركبة والتي تتضمن دراسة الإمكانيات الوظيفية للأجهزة الداخلية للجسم والقياسات الأنتروبومترية وكذلك تحديد القدرات النفسية والبدنية.

- التعرف على الحالة التدريبية الخاصة (الفورمة الرياضية) للرياضي عن طريق الطرق المركبة للاختبارات والتي تتضمن قياسات للناحية الوظيفية والنفسية والقدرات البدنية بالإضافة إلى مستوى اتقان النواحي المهارية والخططية.

معرفة ديناميكية التطور والرقى للتأثير الرياضي وتتبعها وكذلك الاستدلال على الأسباب المعيقة لتحقيق هذا التطور.

- دراسة أشكال تخطيط التدريب وتوجيهه.

-دراسة طرق الإلتقاء الموهوبين رياضياً.

-تعميم التدريب النموذجي .

- تربية الإعتماد على النفس لدى الفرد الرياضي و الفهم الواعي لعملية التدريب وتتبعه لنتائجه ومستواه.

-التأكد من النواحي النظرية ومدى تطابقها مع الواقع العملي .

-تحديد الحالة الصحية للرياضي وكذلك حالة التدريب الزائد.

- وضع مستويات لمتابعة مراحل التدريب.

- وضع مستويات خاصة بكل لعبة سواء للناشئين أو أبطال المستويات الرياضية العالية من الجنسين وتبعاً لمرحلة

تدرجهم من مستو بطولى الى اخر (البيك، 1996، الصفحات 14-15).

2-5. تصنيفات الاختبارات والقياس في التربية الرياضية: ومن أهمها

2-5-1. تصنيفات تبنى على الهدف أو الظاهرة المراد قياسها:

ومن أقسامها مقياس الصفات أو السمات مثل المقاييس الانثروبومترية التي تهدف إلى قياس التركيبات والتكوينات لدى الفرد مثل الطول والوزن وسمك الدهن في أجزاء معينة من الجسم وطول الفخذ أو الذراع أو محيط الفخذ أو الصدر وما إلى ذلك من أنواع المقاييس الموضوعية التي تستهدف التكوين البدني.

2-5-2. تصنيفات تبنى على نوع النشاط الرياضي:

يستند هذا التقسيم إلى أن لكل نشاط رياضي صفاته، وقدراته البدنية وسماته النفسية الخاصة به وفي ضوء ذلك يمكن تقسيم الاختبارات والمقاييس إلى مقاييس خاصة لقياس الصفات البدنية أو القدرات المهارية أو السمات النفسية لبعض الأنشطة الرياضية مثل كرة القدم وكرة السلة والملاكمة والمصارعة وغيرها كما يمكن تقسيم الاختبارات والقياس إلى فئات متسعة طبقاً لهذا النوع مثل تقسيم الاختبارات والمقاييس بالنسبة للأنشطة الفردية (ملاكمة، ومصارعة، والسلاح)، وأنشطة جماعية (كرة قدم، وكرة السلة، وكرة الطائرة).

2-5-3. تصنيفات تبنى على الأساس البنائي للاختبار نفسه:

يتضمن هذا النوع الاختبارات الفردية والجماعية، فالفردية تعطى لفرد واحد في المدة الزمنية الواحدة وبعد انتهائه يقوم الفرد التالي بأداء الاختبارات، أما الاختبارات الجماعية فيمكن أن يؤديها أكثر من فرد واحد في الفترة الزمنية الواحدة (إبراهيم، 1999، الصفحات 49-51).

2-6. الأغراض العامة من الاختبارات الرياضية:

- **التصنيف:** تستخدم الاختبارات الرياضية لتصنيف الطلبة حسب قابليتهم الرياضية ووضعهم في مجموعات على هذا الأساس.
- **التشخيص:** أن تشخيص نقاط الضعف هو ضرورة من ضروريات إعداد البرنامج الرياضي الصحيح.
- **تقييم عملية التعليم:** إذا لم تحقق لفاعلية التعلم أي تحسن في مستوى الفرد أو تغيير في سلوكه فإنها عملية لم تحقق أهدافها.
- **التنبؤ:** تستخدم القياسات والاختبارات الرياضية لغرض التنبؤ عن مستوى الفرد في المستقبل.
- **تقييم البرامج:** يمكن الاستفادة من النقاط أعلاه في عملية التقييم داخل المدرسة، ولكن هناك ضرورة لمقارنة مدرسة معينة أو ناد أو مركز شباب مع المستوى العام في البلد أو الدولة وفي هذه الحالة يجب أن يكون لدينا جداول قطرية أو عريية لهذا الغرض
- **التحفيز:** يمكن أن تعتبر الاختبارات الرياضية حافزا لتقدم الرياضي وفي كافة المستويات (السامرائي، 1981، الصفحات 120-121).

2-7. أنواع الاختبارات: (محمد صبحي حسانين، 2001، ص 42).

هناك تقسيمات متعددة للاختبارات، وهي مختلفة طبقا للشكل أو الغرض أو المحتوى يقسمها كرونباخ (Cronbach) إلى:

- **اختبارات الأداء الأقصى:** وهي الاختبارات التي تستخدم لتحديد أي حد يستطيع المختبر إن يقوم بأداء ما إلى أقصى قدرته.

■ اختبارات تحديد الأداء المميز: وهي اختبارات تقيس ما يتحمله إن يفعل المختبر في موقف معين أو نوع معين من المواقف.

وكما يمكن تقسيم الاختبارات إلى:

■ اختبارات موضوعية: وهي التي تعتمد على المعايير والمستويات بحيث يمكن عن طريقها إصدار أحكام موضوعية على الأفراد أو الأحداث أو الموضوعات.

■ اختبارات اعتيادية: وهي اختبارات تعتمد على التقدير الذاتي أو الاعتيادي في تقويم الأداء والبعض يقسم الاختبارات إلى:

✓ اختبارات الأداء.

✓ اختبارات الورقة والتعلم (حسانين، 1997، صفحة 42).

2-8. أهمية الاختبارات والمقاييس بصورة عامة:

الاختبارات والقياس أحد وسائل التقويم والتشخيص والتوجيه وتعتبر أحد معالم العمل العلمي الجيد المبني على أسس سليمة فهي وسيلة التقويم في البرامج والمناهج والخطط المختلفة لجميع المستويات والمراحل السنية.

حيث حدد العالم مكلوي: أهمية الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية في:

1. تحقيق زيادة الإدراك والمعرفة.

2. الحماس والتشويق.

3. التقدم.

ويؤكد العلمان باور وجمي بان استخدام الاختبارات في التربية البدنية (للطلبة) يعد مؤشرا للتعرف على التقدم والانجاز في إطار خمسة مجالات هامة هي:

1. وضع الدرجات.

2. التقييم.

3. التوجيه.

4. الدافعية.

5. البحث.

كما حددا دورها في مجال البرامج بكونها تساهم في تقويم واختبار

1. البرنامج.

2. الطرائق.

3. المدارس.

2-9. الشروط العلمية للاختبارات والمقاييس:

" ليس من الصحيح اعتبار بان أي موقف أو سؤال أو تمرين يصلح كاختبار فالأمر يتطلب شروطا ومواصفات محددة ينبغي توافرها حتى يحق لنا القول إن هذا اختبار أو قياس فمثلا على مستوى اختبار الأداء في التربية البدنية والرياضية لا يصح القول إن أي تمرين يصلح كاختبار بينما العكس صحيح تماما " .

فالاختبار عبارة عن تمرين مقنن والتقنين هنا يعني شروطا ومواصفات معينة.

فالشروط العلمية للاختبارات الجيدة هي (حسانين م.، 2001، الصفحات 137-153):

2-9-1. الصدق (Validity):

يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الجيد، فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع من اجله ويشير تيلر (Taylr) إن الصدق يعتبرهم اعتبار يجب توافره في الاختبار ويشير بارو (Baro) ومك جي (Mc cee) إلى إن الصدق يعني (يعني) المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من اجله، حيث يختلف الصدق وفقا للإغراض التي يراد قياسها، والاختبار الذي يجري لإثباتها.

وتشير رمزية الغريب إلى إن صدق الاختبار في قياس ما وضع من اجله يكون لناحيتين هما:

1) قياس السمة المراد دراستها أو الوظيفة التي يقيسها.

2) طبيعة العينة أو المجتمع المراد دراسة السمة كعينة مميزة لإفراده.

2-9-2. الثبات (Reliability):

ويعني أن يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة و الإتقان و الاتساق والموضوعية فيما وضع لقياسه. ويشير رايستون (Wrightstone) وجاستمان (Gustman) وروبينز (Robbinse) إلى إن ثبات الاختبار يعني أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما عيد على نفس الأفراد في نفس الظروف.

أنواع الثبات: فيشير فان دالين (Vandalin) أنها:

1. الثبات بطريقة إعادة الاختبار يعني الاختبار بنفس المفحوصين مرتين ثم يحسب معامل الارتباط بين التطبيقين.

2. الثبات بطريقة الصور المتكافئة بعد صورتين متكافئتين ويطبقان على المفحوصين، ثم يحسب معامل الارتباط بين

نتائج الصورتين.

3. الثبات بطريقة التجزئة النصفية: يطبق الاختبار مرة واحدة فقط ولكن تقسم بنوده عشوائيا إلى نصفين ويحسب الارتباط بين درجات النصفين (العبيدي، 2009).

2-9-3. الموضوعية (Objectivity)

تعني عدم تأثر الاختبار بتغير المحكمين أو ان الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم ويشير فان دالين إلى ان الاختبار يعتبر موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عنها وهذا يعني استبعاد الحكم الذاتي للمحكم أي إن كلما زادت الذاتية قلت الموضوعية ويعرف بارو ومك جي الموضوعية بكونها (درجة الاتساق بين درجات أفراد مختلفين لنفس الاختبار ويعبر عنه بمعامل الارتباط.

ويشير الخبراء إلى إن الموضوعية تتضمن اتجاهين أساسيين هما:

- ✓ ثبات المصحح أو الحكم وهو ثبات يعبر عن تباين الخطأ الذي يمكن إرجاعه إلى الفروق الفردية بين المصححين المتحنيين أو المحكمين ولنفس الاختبار وبنفس الوقت. ويتم الحصول على هذا النوع من الثبات عن طريق معامل الارتباط بين محكمين أو أكثر يقومون بالتحكيم لنفس الأفراد ولنفس الوقت.
- ✓ ثبات المفحوص نفسه وهذا يمكن الحصول عليه بالمعامل الثبات عن طريق إعادة الاختبار مع ثبات المصححين في مرتي التطبيق (العبيدي، 2009).

2-10. التقويم :

يذكر قاسم (قاسم المندلأوي 1992) أنه أسلوب وصفي لظاهرة أو حالة أو منهج وغيرها لتبيان نقاط القوة والضعف ومدى تطور أو تراجع في المجال المقصود بدراسته وفق هذا الأسلوب الذي بمنهاجته وأهدافه يمنح الاستمرارية ومؤشر التطور والتقدم والتنبؤ بالأمر المستقبلية (قاسم المندلأوي 1992) الاختبار والتقويم والقياس في التربية الرياضية، القاهرة دار الفكر العربي ص 25).

كما يشير إليه علي سلوم جواد الحكيم (2004) بالحكم على الأشياء، والأفراد لإظهار المحاسن والعيوب وإثبات صدق الفروض التي يتم على أساسها تنظيم العمل وتطويره (علي سلوم جواد الحكيم (2004) الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي القادسية: مكتب الطيف للطباعة، ط1).

2-11. أنواع التقويم:

يمكن أن نفرق بين نوعين من التقويم على أساس الطريقة الغالبة في جميع الملاحظات والبيانات الضرورية في التقويم .

-**التقويم الذاتي**: حيث يلجأ المدرب إلى وسائل أو أدوات القياس الذاتية وحدها في عملية التقويم فمثلا عندما تستعمل المقابلة الشخصية أو حين نستخدم أدوات ووسائل القياس التقديرية الأخرى ويمكن أن نسمي هذا النوع "التقويم المتمركز حول الذات" وهو يعني أن أحكام الفرد تكون بقدر ارتباطها بذاته.

-**التقويم الموضوعي**: ويعتمد هذا النوع على أدوات القياس الموضوعية في جميع الملاحظات الكمية عن موضوع التقويم ويتطلب هذا النوع لإصدار الحكم عليها الأشياء أو الأشخاص استخدام المعايير أو المستويات أو المحكمات (البيك، 1996، الصفحات 08-09).

ويرى "محمد صبحي حسانين" أن هناك نوعا من أنواع التقويم وهو التقويم الإعتباري .

ويكون هذا النوع في ضوء خبرات وأراء و إتجاهات القائمين بالقياس ، حيث أن هناك العديد من الأنشطة الرياضية تعتمد على التقويم الاعتباري، وهو نوع أو تقويم أقرب من التقويم الذاتي عنه إلى التقويم الذاتي (حسانين م.، 1995، صفحة 19).

2-12. عناصر عملية التقويم:

- المعرفة التامة بالجوانب الفنية للشيء المطلوب تقويمه.
- تحديد الهدف أو الأهداف من عملية التقويم.
- القدرة على ممارسة عملية التقويم بما في ذلك وضع الاختصاصات وتوافر الإمكانيات، حيث أن هذه العناصر الثلاثة وهي العناصر الرئيسية تراعي لضمان ممارسة التقويم بفاعليته.

2-13. خطوات عملية التقويم :

عند القيام بعملية التقويم يجب إتباع عدة خطوات كالاتي:

- التخطيط :

وهي أول خطوة في عملية التقويم ومن خلالها - أي الخطوة - تحدد أهداف التقويم ومراحله وتوقيته والاحتياجات المالية والبشرية وأسلوبه والأدوات المستخدمة فيه.

- وضع معايير للأداء والنتائج :

بعد عملية التخطيط توضع معايير محددة للأداء والنتائج المتوقعة من خلال مقاييس محددة.

- قياس الأداء الفعلي:

ويتم ذلك من خلال المعايير الموضوعية، حيث تكون عملية القياس سهلة كالقياس الموضوعي مثل قياس سرعة الجري، أو القوة العضلية أو تكون هذه العملية أكثر صعوبة إذا تعلق بآداء اللاعب أو الفريق، ويجب أن تستخدم الأدوات المناسبة والتوقيت المناسب لقياس الأداء الفعلي.

- تحليل نتائج القياس :

تهدف هذه الخطوة إلى الاستمرار في البرنامج التدريبي أو أيا كان إضافة إلى تعديله إن كان ناقصا أو تغييره في حالة عدم تحقيقه للأهداف الموضوعية أو هناك صعوبة في التنفيذ أو بمعنى آخر القضاء على أي انحرافات أو عيوب أو نقاط ضعف (ك. درويش وآخرون، 2002، صفحة 20).

- المتابعة:

يتم بعد انتهاء من البرنامج وتحليل نتائج القياس وذلك بتقييم العمل النهائي ومدى مطابقته لما هو مطلوب.

- كتابة التقرير النهائي:

بحيث تشمل على ما تم تقييمه في ضوء الأهداف الموضوعية مع استخلاص النتائج النهائية وتفادي نقاط الضعف والقصور والتركيز على جوانب القوة وتطويرها إضافة إلى توضيح قدرة كل لاعب ونقاط ضعفه وقوته وبالتالي تقويم الفريق ككل (ك. درويش وآخرون، 2002، صفحة 61).

2-14. العلاقة بين التقويم والقياس:

القياس والتقويم مصطلحان شائعان في مجال الرياضة بصفة عامة، ويظن الكثير من الناس أنهما مترادفان وهنا يكمن الخطأ، إذ أن هناك فروقا جوهرية تقوم بينهما، وأول هذه الفروق أننا نقصد بالقياس كل الملاحظات التي يمكن التعبير عنها بصورة كمية فنتيجة القياس نسبة ذكاء، وأخرى درجة الاستعداد درجة الطول... إلخ. فالقياس يجيب عن السؤال. ما مقدار كذا؟، أما التقويم فهو أعم إذ أنه لا يقتصر على التحديد الكمي بل يذهب إلى أبعد من ذلك، يذهب إلى الحكم على قيمة درجة الصفة أو السمة أو الشيء المقاس، فيقوم هذه الدرجة بأنها ضعيفة وتلك بأنها جيدة وهو في هذا يهدف إلى معرفة ما إذا كانت درجة معينة من الجانب المقاس تنبؤ بالنجاح أو تكشف عن حاجة إلى التعديل، أي أن التقويم يضع أ محددة ويحكم على درجات الجوانب البدنية والمهارية والخططية... إلخ من خلالها فإذا اقتربت درجة الجانب من الهدف المحدد تنبأ بالنجاح والخلاصة مما ذكر أن التقويم متصل بالقياس

ومعتمد عليه لكنه أعم وأشمل منه فالقياس مثلا يكون بمثابة الوصف وتحديد مستوى اللاعب فيكون بالإضافة إلى ما سبق شاملا لعملية التعديل و التطوير. أي تطوير الايجابيات أهدافاً أما التقويم والقضاء على السلبيات والعيوب.

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق تم التطرق إلى كل ما يتعلق بالتقويم، القياس والاختبار في المجال الرياضي، حيث قدمنا تعريفاتها وأهميته، والمبادئ إضافة إلى الأسس العلمية لأجراء قياسات واختبارات بدنية مقننة، تؤدي إلى الكشف عن الحالة البدنية للاعب، والذي يمكن استعمالها في الانتقاء أو اختيار التشكيلة، فضلا عن كونها معيارا لتقييم التحضير البدني للاعبين قبل أو أثناء المنافسة.

الجانِب التَطْبِيقِي

الفصل الأول:
منهجية البحث
وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل منهجية البحث وهذا من خلال منهج الدراسة وعينة البحث، و بعد دراستنا للإطار النظري ارتأينا أن نحاول في هذا الجزء الإلمام بموضوع بحثنا ودراسته دراسة ميدانية بغية إعطائه منهجاً علمياً، عن طريق تفريغ الاستمارة وتحليل الجداول الإحصائية

1-1. منهج البحث:

قمنا بالاعتماد على المنهج الوصفي باعتباره المنهج الملائم لطبيعة المشكلة المطروحة في هذه الدراسة حيث يعرف المنهج الوصفي على أنه من أكثر مناهج البحث العلمي استخداماً من قبل التربويين، حيث أنه يبحث العلاقة بين أشياء مختلفة في طبيعتها لم تسبق دراستها، فيتخير الباحث منها ما له صلة بدراسته لتحليل العلاقة بينها. ويتضمن مقترحات وحلولاً مع اختبار صحتها، ويصف النماذج المختلفة والإجراءات بصورة دقيقة كاملة بقدر المستطاع بحيث تكون مفيدة للباحثين فيما بعد (أبو سليمان، 1993، صفحة 33).

2-1. مجتمع وعينة البحث:

تمثل مجتمع بحثنا في أندية كرة القدم لبعض أندية ولاية غيليزان ، فيما تمثلت عينة البحث في 24 مدرباً لكرة القدم للفئات الشابة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، وتمثل 25% من المجتمع الأصلي للبحث، والجدول الموالي يوضح توزيع عينة البحث.

الجدول رقم (01): يمثل توزيع عينة البحث.

النادي	المدرين	المدرين المساعدين
مولودية بن داود	2	2
شباب الحمادنة	2	1
شباب واريزن	2	1

2	2	أمل عين طارق
1	1	أمل عمي موسى
1	1	سريع المطمر
1	2	أسود مينا
2	2	وفاق واد ارهيو

1-3. مجالات البحث:

❖ **المكاني:** تمت الدراسة بالملاعب البلدية ومقرات أندية كرة القدم بمدينة غليزان،

❖ **الزمني:** امتدت الدراسة من 2023/01/25 إلى غاية 2023/05/31.

❖ **البشري:** المدرب و المدرسين المساعدين لبعض أندية ولاية غليزان للفئات الشابة.

1-4. أدوات البحث:

الإستمارة: تم إعداد استمارة استبائية وزعت على المدربين والمدرسين المساعدين لبعض فرق أندية ولاية غليزان للفئات الشابة، واعتمدنا فيها على نوع واحد من الأسئلة وهو استبيان مغلق، وتنحصر فيها الإجابة حسب الاقتراحات و تكونت من عدة محورين على الشكل التالي:

- **المحور الأول:** المستوى المعرفي
- **المحور الثاني:** أغراض القياس والاختبار
- **المحور الثالث:** المعوقات والمشاكل.

1-5. الدراسة الاستطلاعية:

توجهنا إلى مقرات الأندية بمدن غليزان، حيث قمنا بعرض المشروع على إدارة الأندية، و ثم من خلال هذه الزيارات التي دامت طيلة شهر مارس تقديم للمدرسين و المدرسين المساعدين وهذا من أجل تخصيص وجمع المعلومات والأفكار والتحقق من الفرضيات.

1-6. الأسس العلمية لأدوات البحث

- **الثبات:** يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الاتساق أو استقرار نتائجه فيم لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم، 1993، صفحة 152)
- **الصدق:** صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسانين م، 1995، صفحة 193) وباستعمال الوسائل معامل الارتباط "ر" لبيرسون حساب ثبات و صدق الاختبار.
- **الموضوعية:** تعتبر الموضوعية من أكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في إجراء الاختبار وتسجيل النتائج (فرحات، 2003، صفحة 170)، ويعرفها محمد حسن علاوي: "هي مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية كالتحيز". (علاوي و محمد، 1986، صفحة 169)

الجدول رقم (02): يمثل معامل الثبات والصدق الاستبيان.

المحاور	حجم العينة	معامل الثبات	معامل الصدق
المحور الأول	05	0.810	0.901
المحور الثاني		0.844	0.918
المحور الثالث		0.794	0.891

يتبين من خلال هذا الجدول أن قيم معامل ألفا كرونباخ ما بين (0.79-0.84) بالنسبة لمعامل الثبات و(0.89-0.91) بالنسبة لمعامل الصدق وهي قيم جيدة ، وعليه يتبين للطلبان الباحثان أن الاستبيان الذي تم استعماله يتميز بدرجة ثبات و صدق عاليتين ويصلح للتطبيق على عينة البحث في دراستنا الميدانية.

7-1. الوسائل الإحصائية:

حتى تتمكن من التعليق أو تحليل نتائج الإستمارة استخدمنا أسلوب التحليل الإحصائي عن طريق تحويل الإجابات إلى أرقام و نسب مئوية وكذلك كما² وهذا بإتباع القوانين التالية:

$$- \text{النسبة المئوية} = \frac{\text{نسبة التكرار} * 100}{\text{عدد العينة}}$$

$$- \text{كا}^2 = \frac{(\text{تكرار المشاهد} - \text{تكرار المتوقع})}{\text{تكرار المتوقع}}$$

خلاصة الفصل :

للوصول إلى نتائج مرضية، وجب علينا ضبط مجالات الدراسة الميدانية على أساس الفرضيات التي تم وضعها والتي كان علينا الوصول إليها، وقد اعتمد الطالبان الباحثان على جمع بيانات الإستمارة للحصول مجموعة من النتائج والتي سيتم تحليلها ومناقشتها في الفصل التالي.

الفصل الثاني:

عرض وتحليل النتائج ومناقشة الفرضيات والاستنتاجات

1-2. عرض وتحليل النتائج:

5. ما مدى أهمية تقويم الصفات البدنية للاعبين؟

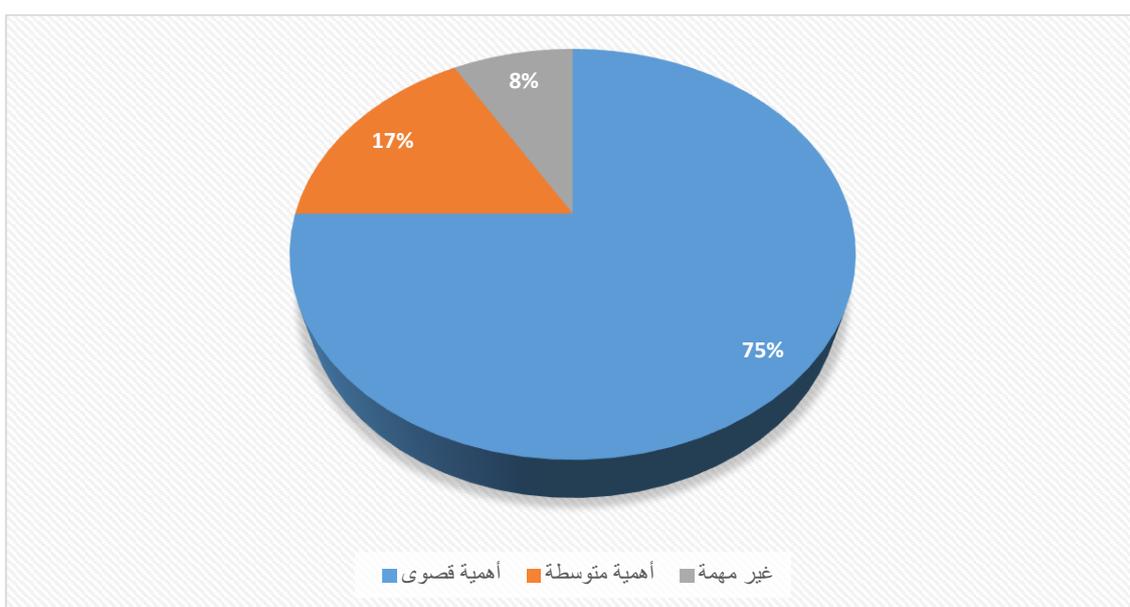
الجدول رقم (03): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (05)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
أهمية قصوى	18	75.00	19.00	5.99
أهمية متوسطة	04	16.66		
غير مهمة	02	08.33		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "أهمية قصوى" وبلغ عددهم 18 فردا بنسبة بلغت 75.00%، اما من أجابوا بـ "أهمية متوسطة" فقد بلغت نسبتهم 16.66% ويمثلون 04 أفراد، بينما أجاب بـ "غير مهمة" فردين (02) بنسبة 8.33%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 19.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "أهمية قصوى".

ومنه نستنتج أن عينة البحث تعتبر تقويم الصفات البدنية للاعبين ذات أهمية قصوى.

الشكل رقم (01): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)



6. من يقوم بقياس و إختبار الصفات البدنية لدى اللاعبين؟

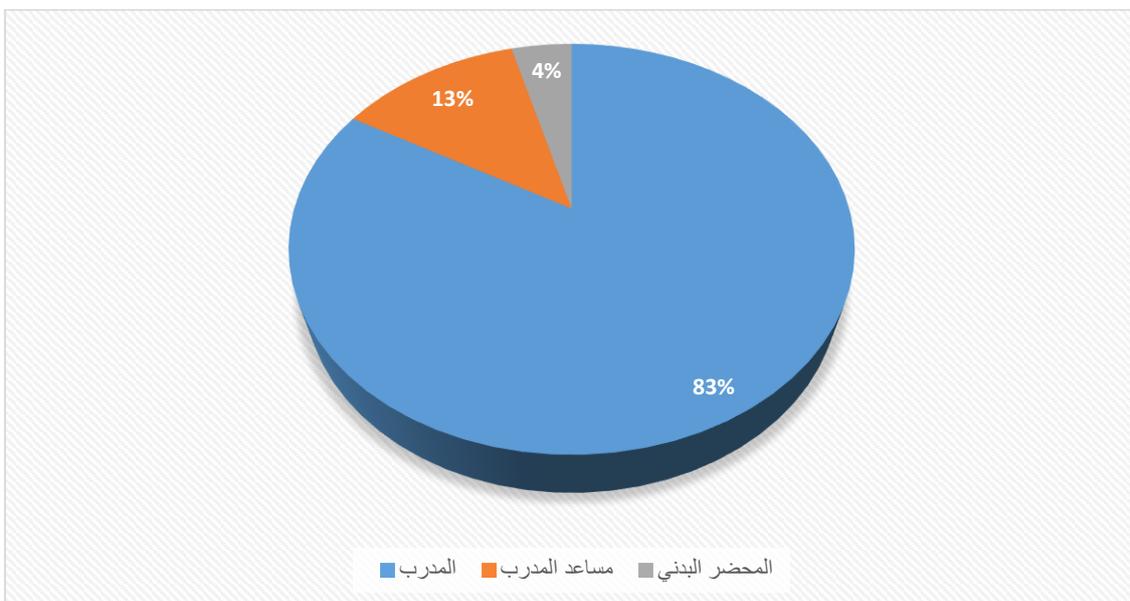
الجدول رقم (04): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (06)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
المدرّب	20	83.33	27.25	5.99
مساعد المدرّب	03	12.50		
المحضّر البدني	01	04.16		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "المدرّب" وبلغ عددهم 20 فردا بنسبة بلغت 83.33%، أما من أجابوا بـ "مساعد المدرّب" فقد بلغت نسبتهم 12.50% ويمثلون 03 أفراد، بينما أجاب بـ "المحضّر البدني" فردا واحدا بنسبة 4.16%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 27.25 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "المدرّب".

ومنه نستنتج أن المدرّب هو من يقوم بقياس واختبار الصفات البدنية لدى اللاعبين

الشكل رقم (02): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)



7. ما هو المستوى المعرفي لديكم في مجال القياس والاختبار؟

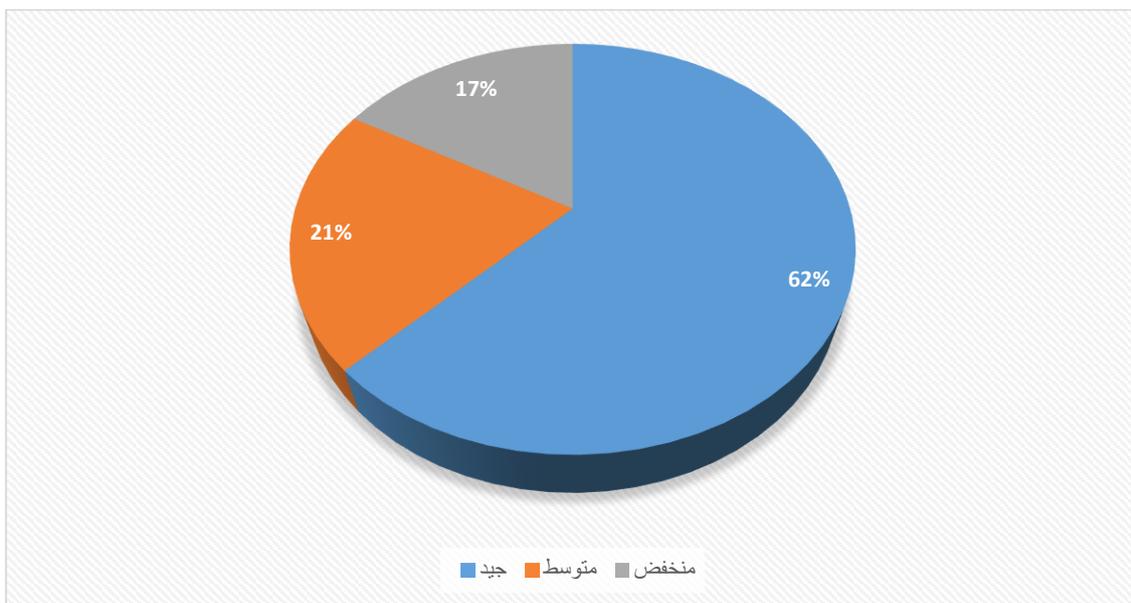
الجدول رقم (05): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (07)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
جيد	15	62.50	9.25	5.99
متوسط	05	20.83		
منخفض	04	16.66		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "جيد" وبلغ عددهم 15 فردا بنسبة بلغت 50.62%، اما من أجابوا بـ "متوسط" فقد بلغت نسبتهم 20.83% ويمثلون 05 أفراد، بينما أجاب بـ "منخفض" 04 أفراد بنسبة 16.66%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 9.25 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "جيد".

ومنه نستنتج أن عينة البحث من المدربين ترى بأن المستوى المعرفي لديها في مجال القياس والاختبار جيد

الشكل رقم (03): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)

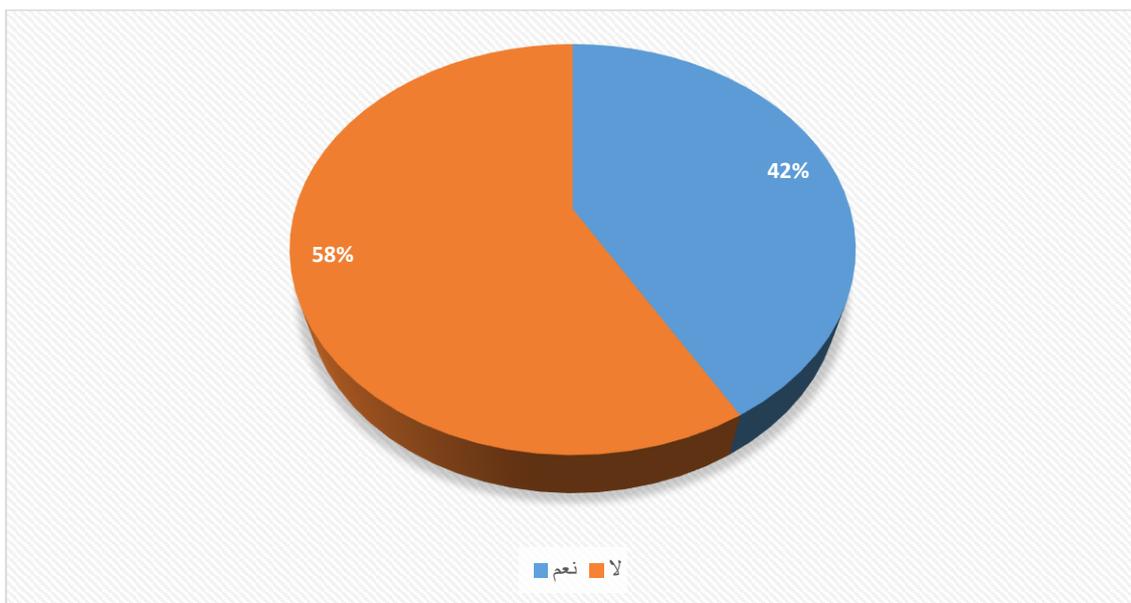


8. هل سبق وأن قمتم بتكوين خاص في مجال القياسات والاختبارات البدنية في كرة القدم؟
الجدول رقم (06): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (08)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	10	41.66	0.67	3.84
لا	14	58.33		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 10 أفراد بنسبة بلغت 41.66%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 58.33% ويمثلون 14 فرداً، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.67 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية. ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من المدربين المبحوثين لم يسبق لهم بتكوين خاص في مجال القياسات والاختبارات البدنية في كرة القدم

الشكل رقم (04): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)



9. هل سبق وأن حضرتم ملتقيات أو قمتم بتربصات خاصة في مجال القياسات والاختبارات البدنية في كرة القدم؟

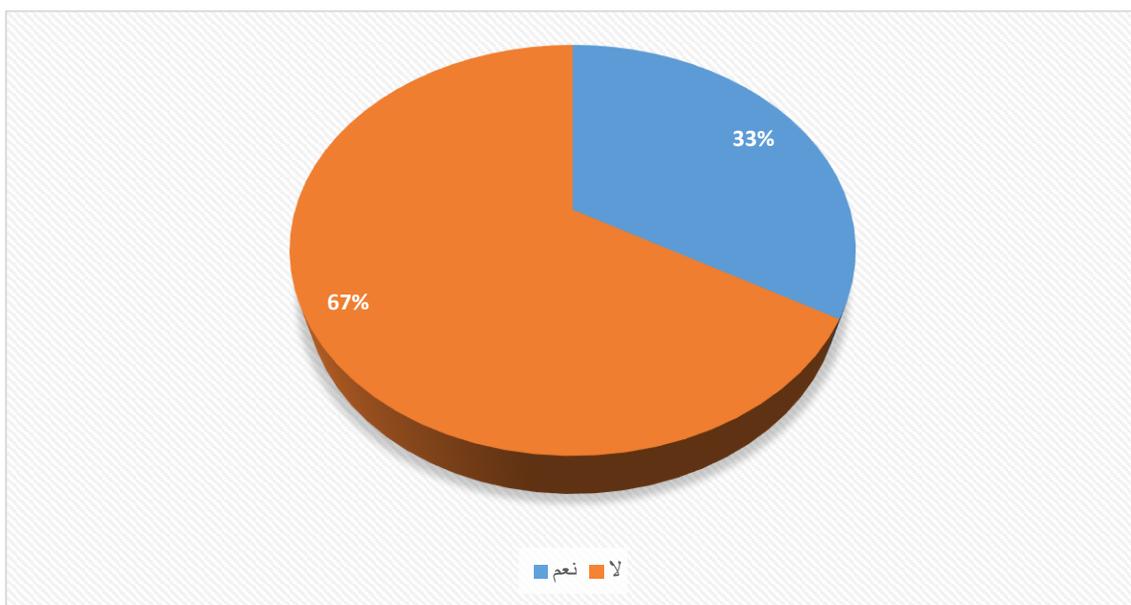
الجدول رقم (07): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (09)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	08	33.33	2.67	3.84
لا	16	66.67		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 08 أفراد بنسبة بلغت 33.33%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 66.67% ويمثلون 16 فرداً، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.67 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من المدربين المبحوثين لم يسبق لهم حضور ملتقيات أو قمتم بتربصات خاصة في مجال القياسات و الاختبارات البدنية في كرة القدم.

الشكل رقم (05): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (07)



10. على ماذا تعتمدون في اختيار الاختبارات و القياسات البدنية للاعبين؟

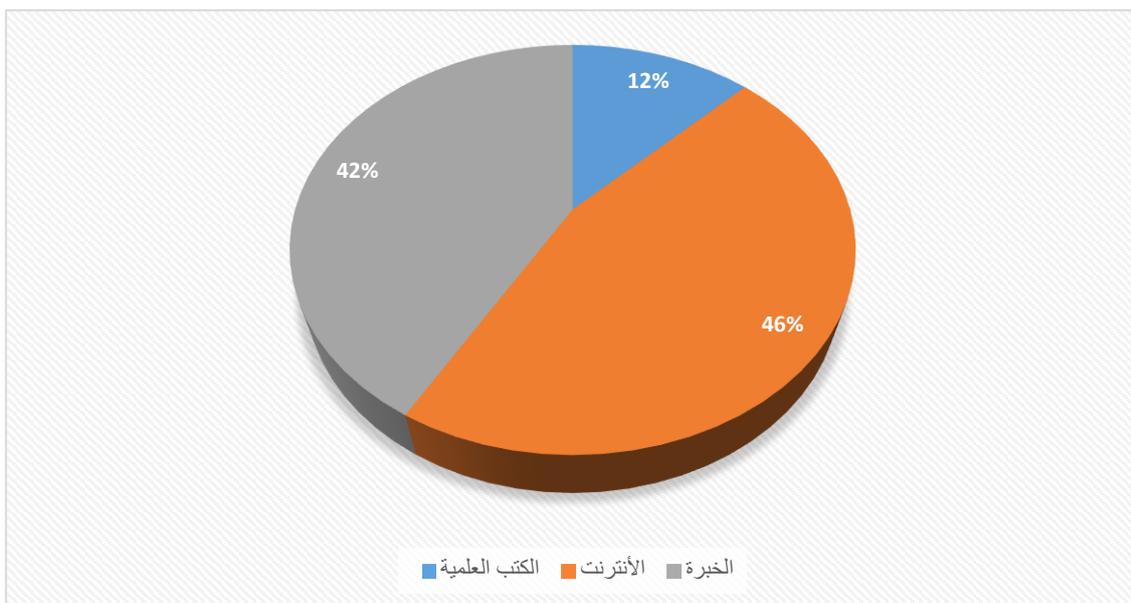
الجدول رقم (08): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (10)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
الكتب العلمية	03	12.50	4.75	5.99
الأنترنت	11	45.83		
الخبرة	10	41.66		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "الكتب العلمية" وبلغ عددهم 03 أفراد بنسبة بلغت 12.50%، أما من أجابوا بـ "الأنترنت" فقد بلغت نسبتهم 45.83% ويمثلون 11 فرداً، بينما أجاب بـ "الخبرة" 10 أفراد بنسبة 41.66%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 4.75 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن عينة البحث يعتمدون في اختيار الاختبارات والقياسات البدنية للاعبين على الانترنت والخبرة ولا يعتمدون على المصادر العلمية الموثوقة

الشكل رقم (06): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (08)



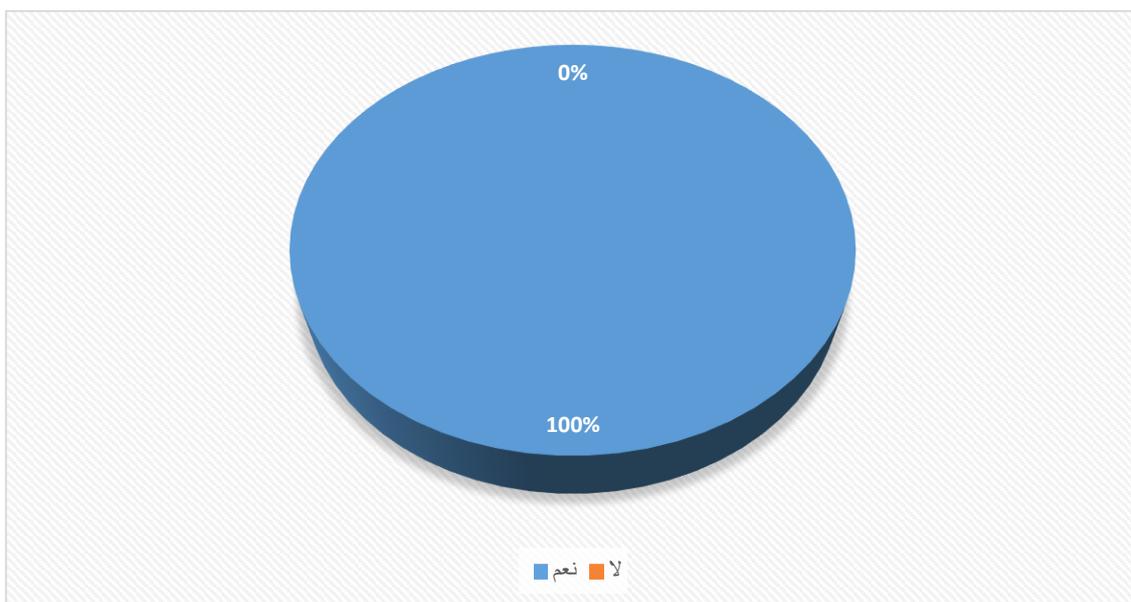
11. هل تقومون بمراجعة خصائص المرحلة العمرية في قياسات واختبارات تقويم الصفات البدنية للاعبين؟

الجدول رقم (09): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (11)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	24	100	24	3.84
لا	00	00.00		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 24 فردا بنسبة بلغت 100%، ما يعني أن ولا فردا من أفراد العينة أجاب بـ "لا" وكانت النسبة معتمدة، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 24.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".
ومنه نستنتج أن كل المدربين المبحوثين يقومون بمراجعة خصائص المرحلة العمرية في قياسات واختبارات تقويم الصفات البدنية للاعبين

الشكل رقم (07): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (09)



12. هل تقومون باختبار وقياس الصفات البدنية للاعبين بشكل دوري؟

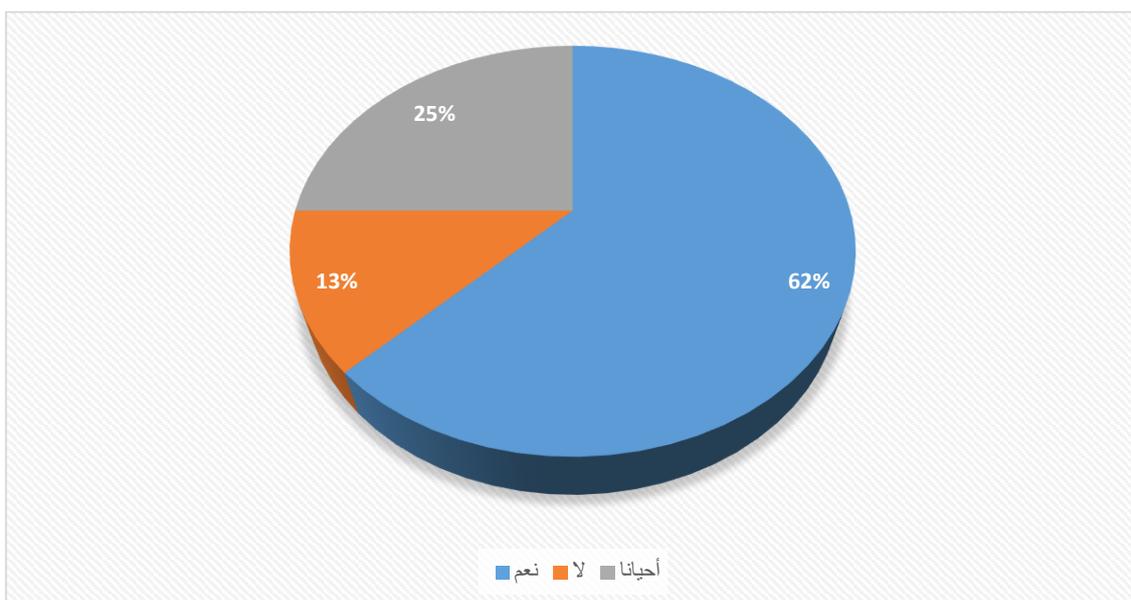
الجدول رقم (10): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (12)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	15	62.50	9.00	5.99
لا	03	12.50		
أحيانا	06	25.00		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "الكتب العلمية" وبلغ عددهم 15 فردا بنسبة بلغت 62.50%، اما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 12.50% ويمثلون 03 أفراد، بينما أجاب بـ "أحيانا" 06 أفراد بنسبة 25.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 9.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن المدربين المبحوثين يقومون باختبار وقياس الصفات البدنية للاعبين بشكل دوري

الشكل رقم (08): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (10)



13. ما مدى توفر وسائل قياس واختبار الصفات البدنية لديكم؟

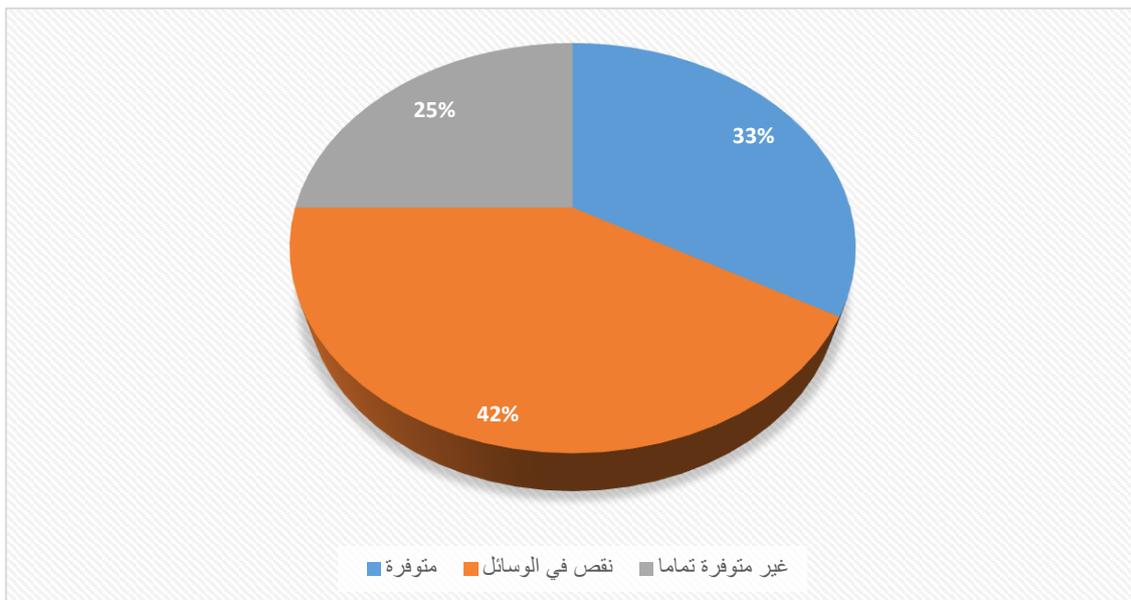
الجدول رقم (11): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (13)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
متوفرة	08	33.33	1.00	5.99
نقص في الوسائل	10	41.66		
غير متوفرة تماما	06	25.00		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "متوفرة" وبلغ عددهم 08 أفراد بنسبة بلغت 33.33%، أما من أجابوا بـ "نقص في الوسائل" فقد بلغت نسبتهم 41.66% ويمثلون 10 أفراد، بينما أجاب بـ "غير متوفرة تماما" 06 أفراد بنسبة 25.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.00 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن المدربين الباحثين تعاني من نقص في توفر وسائل قياس واختبار الصفات البدنية

الشكل رقم (09): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (11)



14. هل تتلقون دعم الإدارة في توفير الوسائل والإمكانيات اللازمة للقيام بالقياس والاختبار على أحسن وجه؟

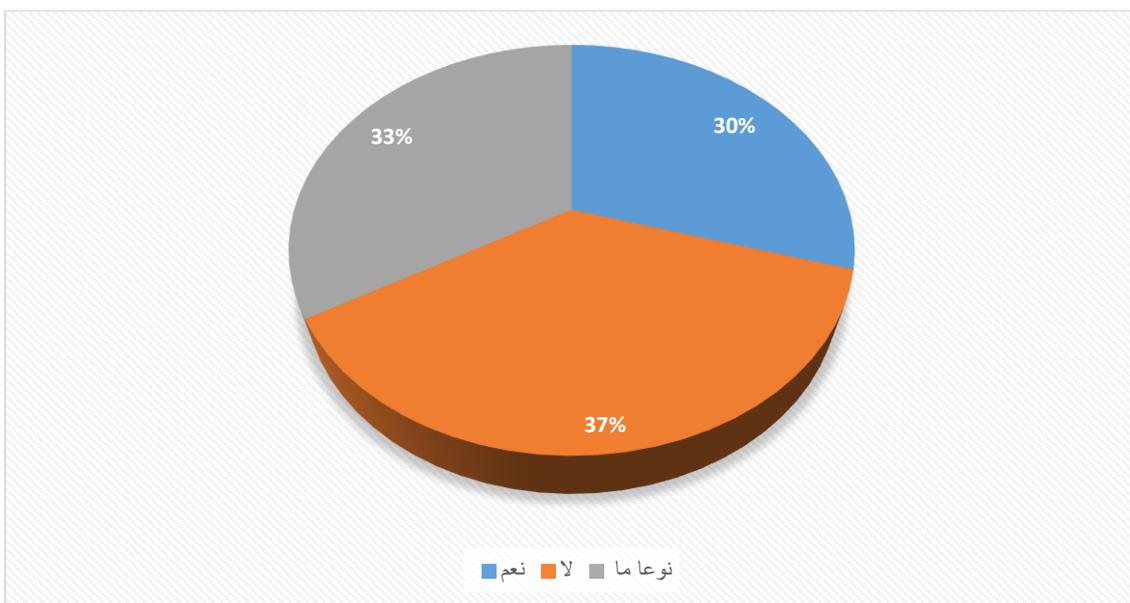
الجدول رقم (12): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (14)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	05	20.83	1.75	5.99
لا	10	41.66		
نوعا ما	09	37.50		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 05 أفراد بنسبة بلغت 20.83%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 41.66% ويمثلون 10 أفراد، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 09 أفراد بنسبة 37.50%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.75 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن المدرسين الباحثين يعانون من دعم الإدارة في توفير الوسائل والإمكانيات اللازمة للقيام بالقياس والاختبار

الشكل رقم (10): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (12)



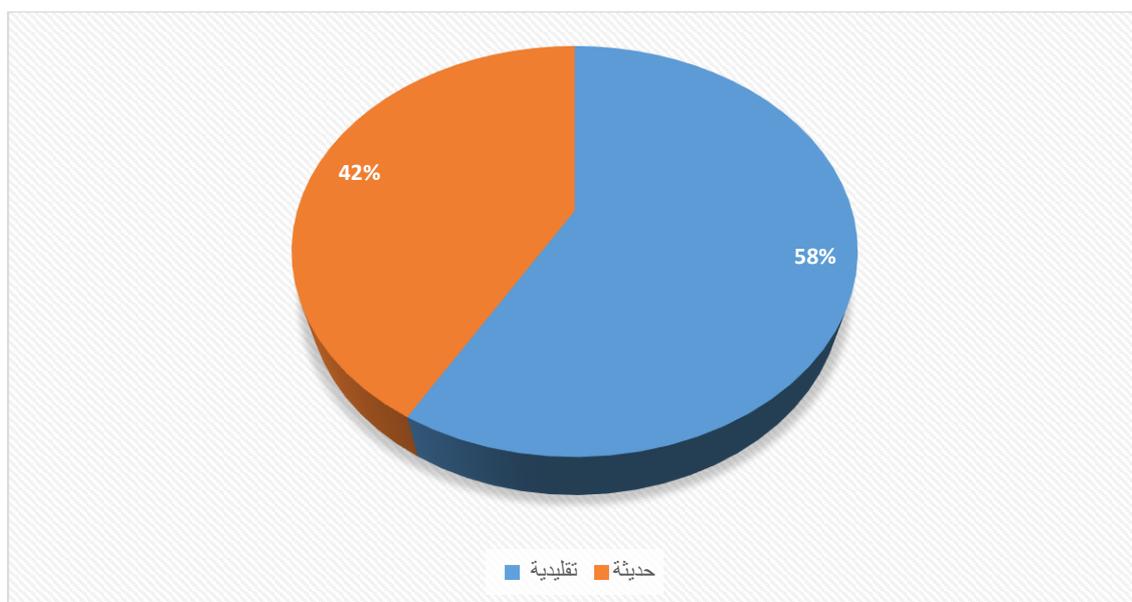
15. ما نوع القياسات والاختبارات البدنية التي تقومون بها للاعبين؟

الجدول رقم (13): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (15)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
تقليدية	14	58.33	0.67	3.84
حديثة	10	41.66		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "تقليدية" وبلغ عددهم 08 أفراد بنسبة بلغت 33.33%، أما من أجابوا بـ "حديثة" فقد بلغت نسبتهم 41.66% ويمثلون 10 فرداً، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.67 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية. ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من المدربين الباحثين يعتمدون على اختبارات تقليدية في قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين.

الشكل رقم (11): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (13)



16. هل أنتم على إطلاع بالقياسات والإختبارات البدنية الحديثة في كرة القدم؟

الجدول رقم (14): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (16)

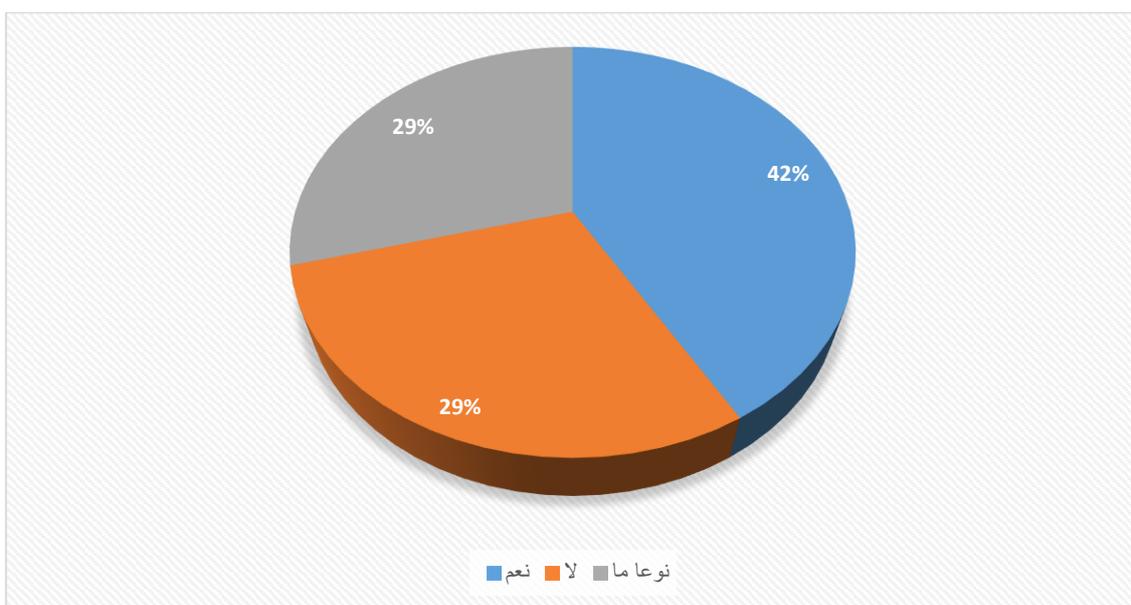
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	10	41.66	3.00	5.99
لا	07	29.16		
نوعا ما	07	29.16		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 10 أفراد بنسبة بلغت 41.66%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 29.17% ويمثلون 07 أفراد، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 07 أفراد بنسبة 29.16% أيضا، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 3.00 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن المدربين المبحوثين ليسوا على إطلاع تام بالقياسات والإختبارات البدنية الحديثة في كرة

القدم

الشكل رقم (12): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (14)



17. هل تتوفر لديكم الوسائل التكنولوجية اللازمة للقيام بالقياسات والاختبارات البدنية الحديثة؟

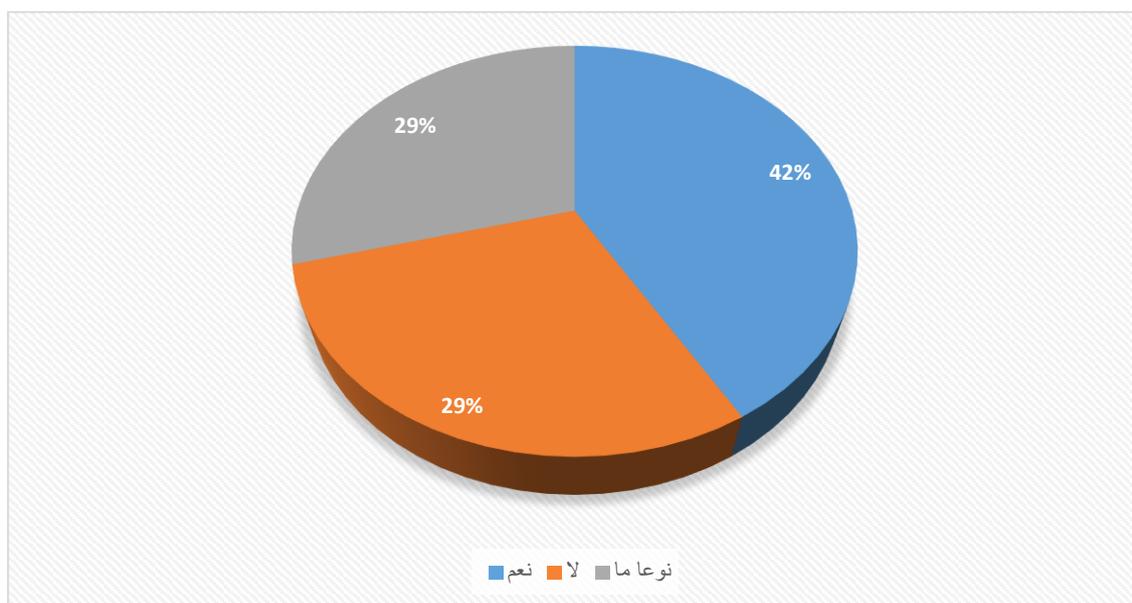
الجدول رقم (15): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (17)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	10	41.66	3.00	5.99
لا	07	29.16		
نوعا ما	07	29.16		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 10 أفراد بنسبة بلغت 41.66%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 29.17% ويمثلون 07 أفراد، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 07 أفراد بنسبة 29.16% أيضاً، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 3.00 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن المدرسين الباحثين لا تتوفر لديهم الوسائل التكنولوجية اللازمة للقيام بالقياسات والاختبارات البدنية الحديثة

الشكل رقم (13): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (15)



18. ما الغرض من القيام بقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

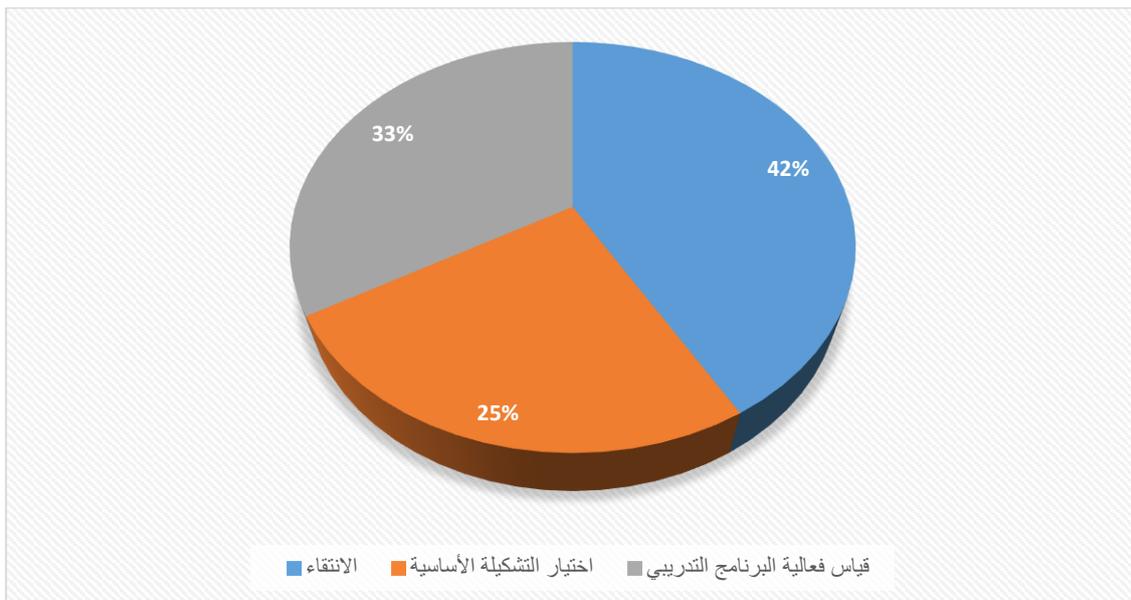
الجدول رقم (16): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (17)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
الانتقاء	10	41.66	1.00	5.99
اختيار التشكيلة الأساسية	06	25.00		
قياس فعالية البرنامج التدريبي	08	33.33		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "الانتقاء" وبلغ عددهم 10 أفراد بنسبة بلغت 41.66%، أما من أجابوا بـ "اختيار التشكيلة الأساسية" فقد بلغت نسبتهم 25.00% ويمثلون 06 أفراد، بينما أجاب بـ "قياس فعالية البرنامج التدريبي" 08 أفراد بنسبة 33.33% أيضاً، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.00 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن المدربين الباحثين تختلف أعراضهم من القيام بقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين

الشكل رقم (14): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (16)



19. هل لقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في عملية الانتقاء؟

الجدول رقم (17): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (19)

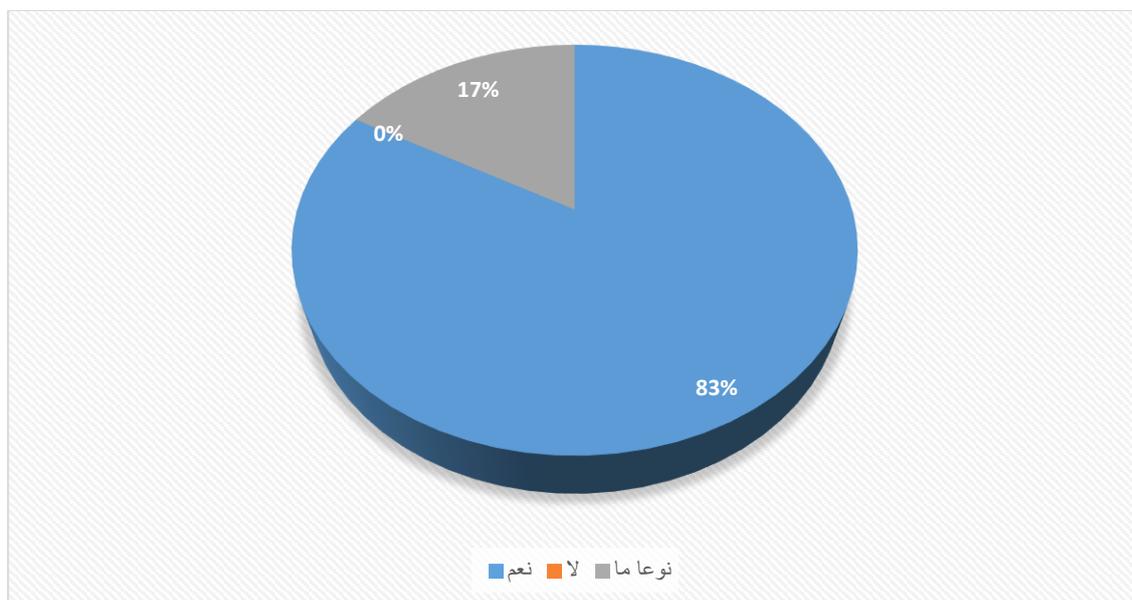
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	20	83.33	25.00	5.99
لا	00	00.00		
نوعا ما	04	16.66		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 20 فردا بنسبة بلغت 41.66%، اما من أجابوا بـ "لا" فكانت نسبتهم معدومة، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 04 أفراد بنسبة 16.66% أيضا، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 25.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن المدربين المبحوثين يجمعون على أن لقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في

عملية الانتقاء

الشكل رقم (15): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (17)



20. هل لقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في اختيار التشكيلة الأساسية؟

الجدول رقم (18): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (20)

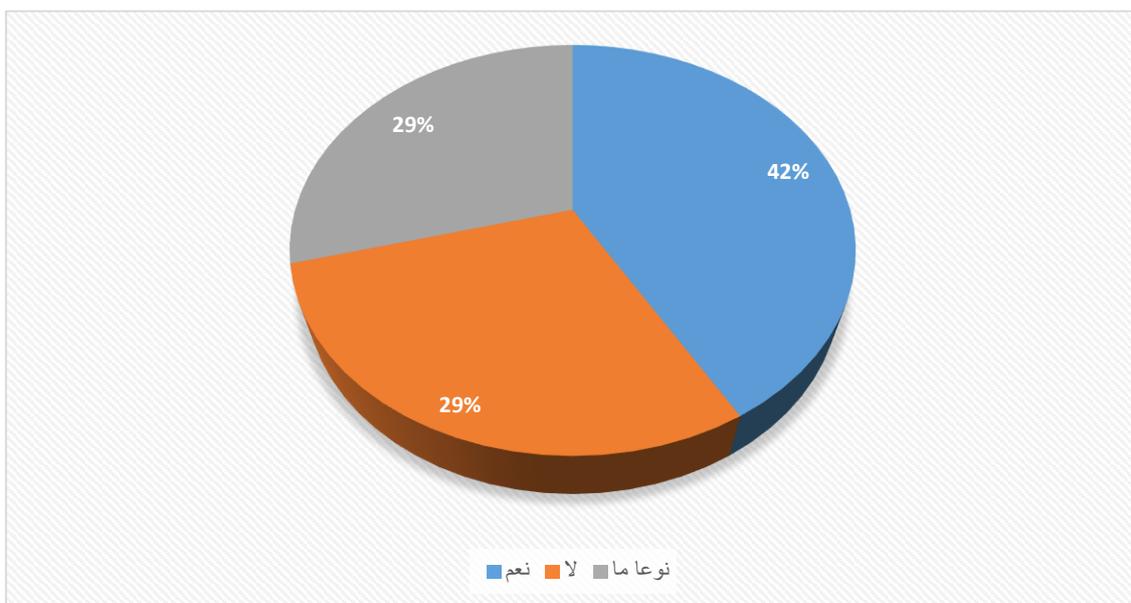
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	10	41.66	0.75	5.99
لا	07	29.16		
نوعا ما	07	29.16		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 10 أفراد بنسبة بلغت 41.66%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 29.17% ويمثلون 07 أفراد، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 07 أفراد بنسبة 29.16% أيضاً، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.75 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن المدربين المبحوثين لا يجمعون على أن لقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية

في اختيار التشكيلة الأساسية

الشكل رقم (16): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (18)



21. هل لقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في الوقوف على فعالية البرنامج التدريبي؟

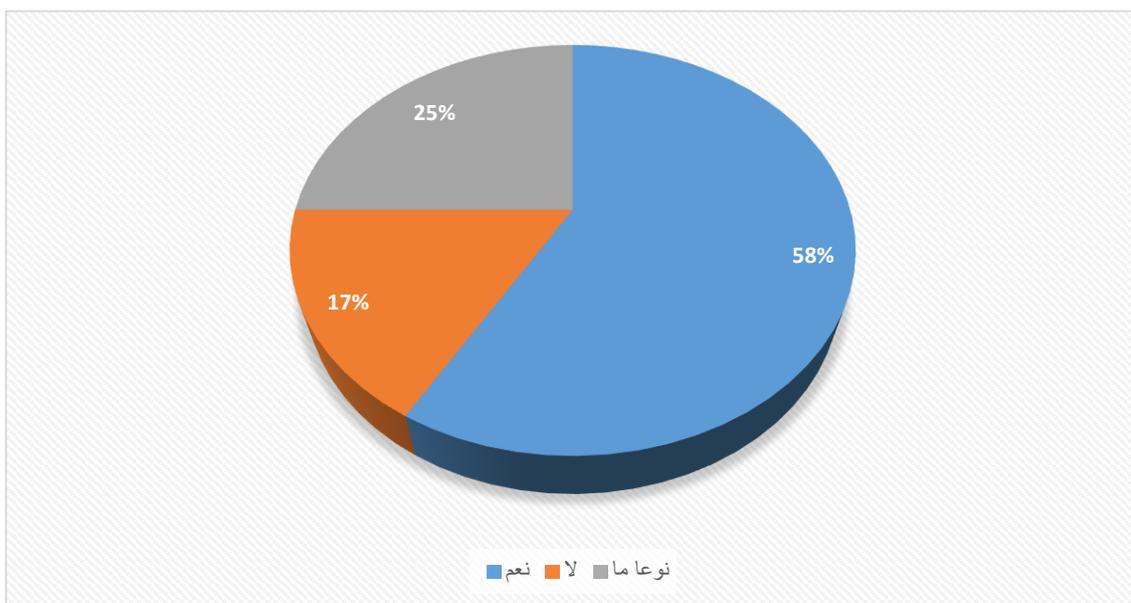
الجدول رقم (19): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (21)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	14	58.33	7.00	5.99
لا	04	16.66		
نوعا ما	06	25.00		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 14 فردا بنسبة بلغت 58.33%، اما من أجابوا بـ "لا" فقد بلغت نسبتهم 16.66% ويمثلون 04 أفراد، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 06 أفراد بنسبة 25.00% أيضا، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 7.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن المدربين الباحثين يقرون بأن لقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في الوقوف على فعالية البرنامج التدريبي

الشكل رقم (17): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (19)



22. ما هي المشاكل التي تعانون منها في قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

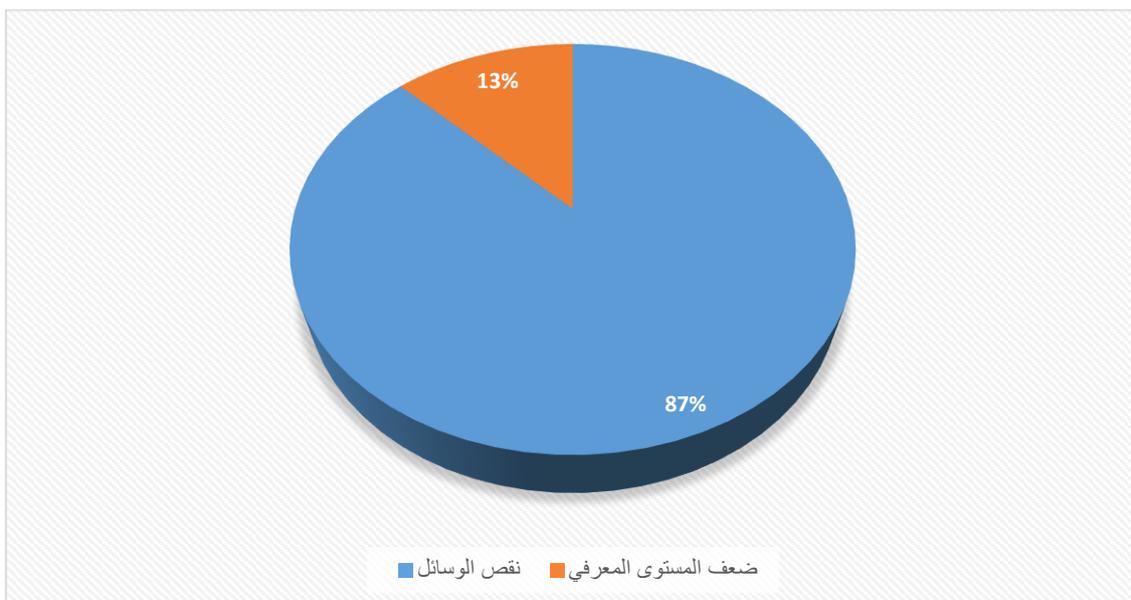
الجدول رقم (20): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (21)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نقص الوسائل	21	87.50	13.50	3.84
ضعف المستوى المعرفي	03	12.50		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نقص الوسائل" وبلغ عددهم 21 فردا بنسبة بلغت 87.50%، اما من أجابوا بـ "ضعف المستوى المعرفي" فقد بلغت نسبتهم 12.50% ويمثلون 03 أفراد، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 13.50 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بنقص الوسائل.

ومنه نستنتج أن المدربين الباحثين يعانون من نقص الوسائل في قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين

الشكل رقم (18): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (20)



23. هل تعتقد أن نقص الوسائل يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

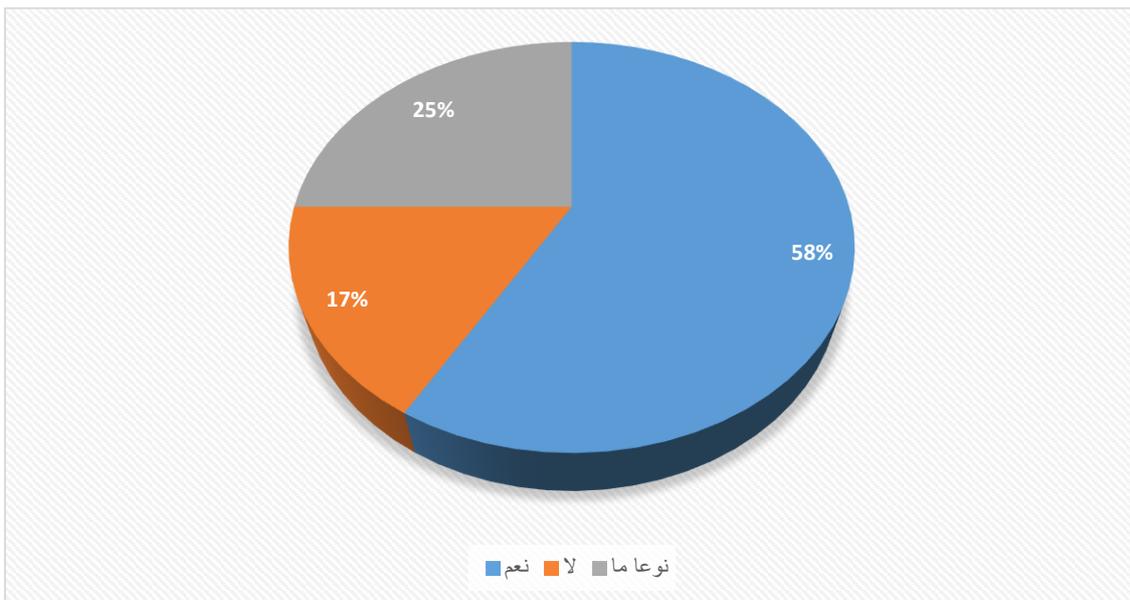
الجدول رقم (21): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (23)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	21	82.50	32.25	5.99
لا	00	00.00		
نوعا ما	03	12.50		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 21 فردا بنسبة بلغت 82.50%، اما من أجابوا بـ "لا" فقد كانت نسبتهم عدومة، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 03 أفراد بنسبة 12.50% أيضا، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 32.25 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن نقص الوسائل يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين

الشكل رقم (19): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (21)



24. هل تعتقد أن ضعف المستوى المعرفي يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

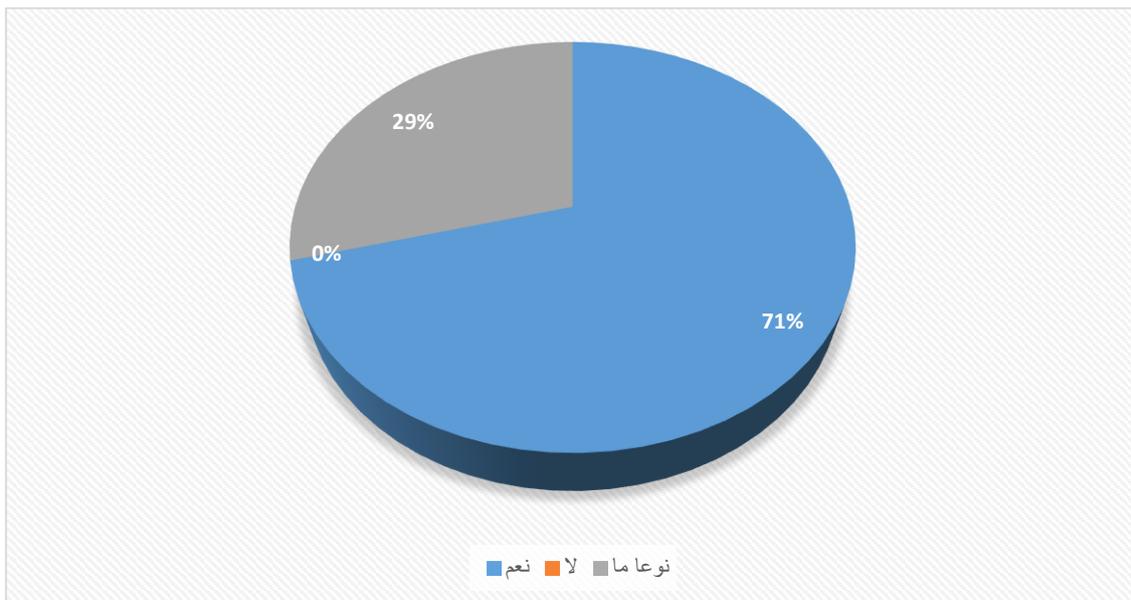
الجدول رقم (22): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (24)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	17	70.83	18.25	5.99
لا	00	00.00		
نوعا ما	07	29.16		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 17 فردا بنسبة بلغت 70.83%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد كانت نسبتهم عدمية، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 07 أفراد بنسبة 29.16% أيضا، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 18.25 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن ضعف المستوى المعرفي يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين

الشكل رقم (20): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (22)



25. هل تعتقد أن نقص التكوين يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

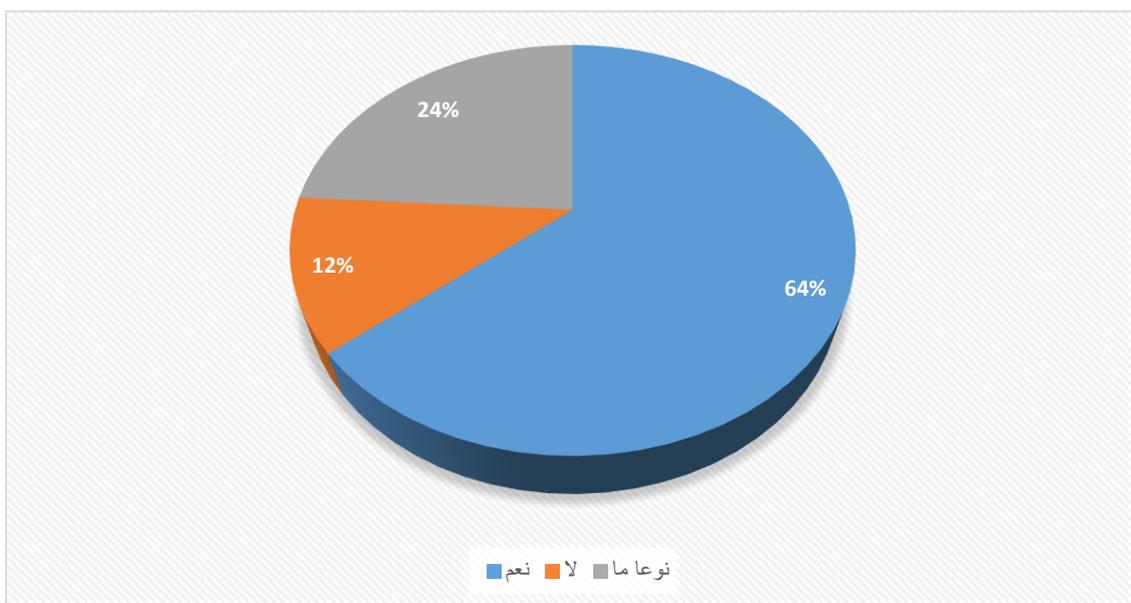
الجدول رقم (23): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (25)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	16	62.50	9.75	5.99
لا	03	12.50		
نوعا ما	06	25.00		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 16 فردا بنسبة بلغت 62.50%، اما من أجابوا بـ "لا" فقد كانت نسبتهم 12.50%، ويمثلون 03 أفراد، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 06 أفراد بنسبة 25.00% أيضا، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 9.75 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن نقص التكوين يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين

الشكل رقم (21): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (23)



26. هل تعتقد أن غياب المحضر البدني في الفريق يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

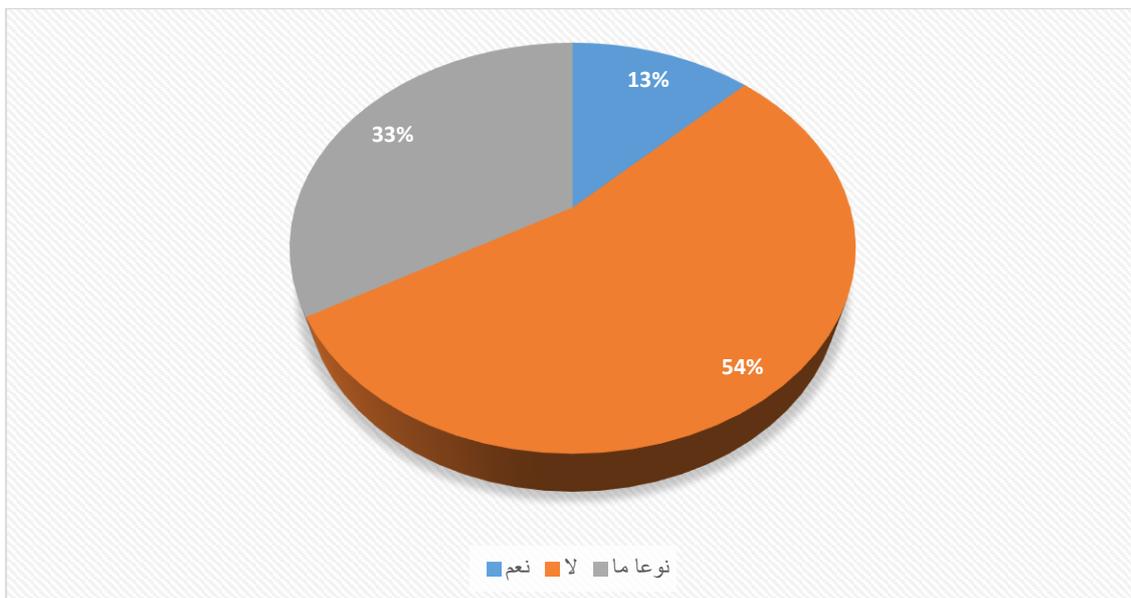
الجدول رقم (24): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (26)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	03	12.50	6.25	5.99
لا	13	54.16		
نوعا ما	08	33.33		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 03 أفراد بنسبة بلغت 12.50%، أما من أجابوا بـ "لا" فقد كانت نسبتهم 54.16%، ويمثلون 13 فرداً، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 08 أفراد بنسبة 33.33% أيضاً، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 6.25 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "لا".

ومنه نستنتج أن المدربين المبحوثين لا يعتقدون بأن غياب المحضر البدني في الفريق يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين

الشكل رقم (22): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (24)



27. هل تعتقد أن قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين بالطرق التقليدية غير دقيقة؟

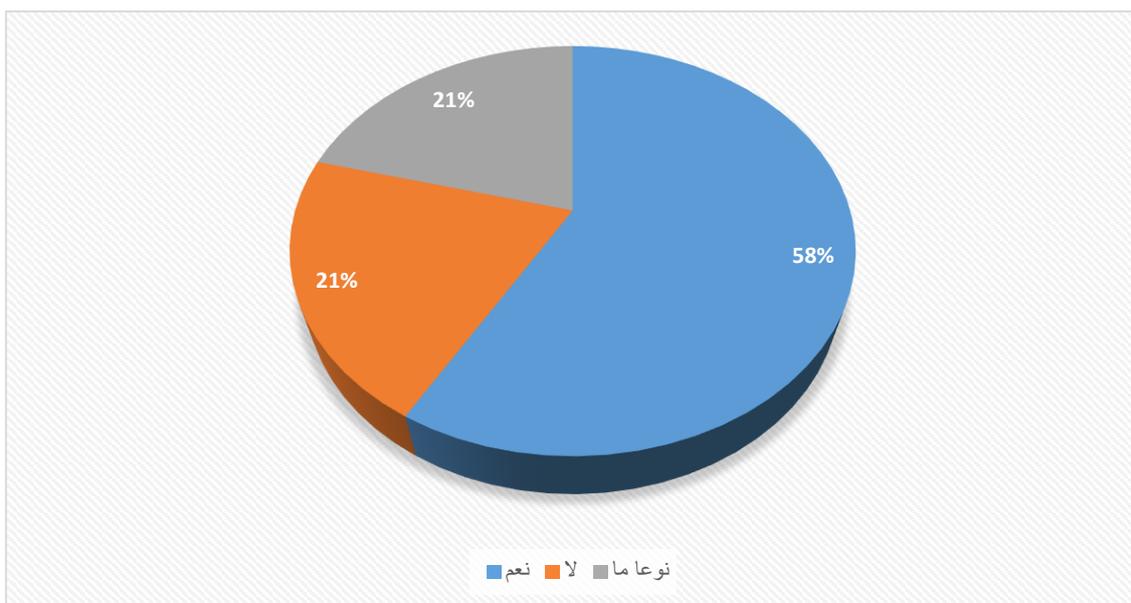
الجدول رقم (25): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (26)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	14	58.33	6.75	5.99
لا	05	20.83		
نوعا ما	05	20.83		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 14 فردا بنسبة بلغت 58.33%، اما من أجابوا بـ "لا" فقد كانت نسبتهم 20.83% وعدد هم 05 أفراد، ونفس العدد والنسبة لمن اجابوا بـ "نوعا ما"، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 6.75 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين بالطرق التقليدية غير دقيقة.

الشكل رقم (23): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (25)



28. هل تعتقد أن غياب الوسائل التكنولوجية الحديثة يؤثر على عملية لقياس واختبار الصفات البدنية؟

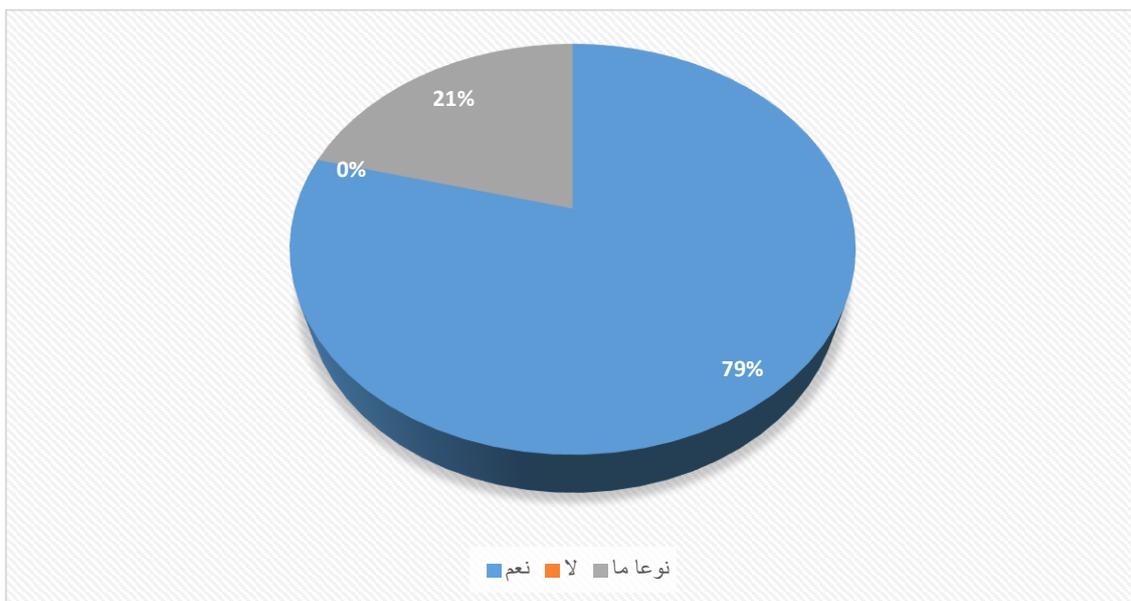
الجدول رقم (26): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (26)

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	19	79.16	24.25	5.99
لا	00	00.00		
نوعا ما	05	20.83		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن من أجابوا بـ "نعم" وبلغ عددهم 19 فردا بنسبة بلغت 79.16%، بينما أجاب بـ "نوعا ما" 05 أفراد بنسبة 20.83%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 24.25 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن غياب الوسائل التكنولوجية الحديثة يؤثر على عملية لقياس واختبار الصفات البدنية

الشكل رقم (24): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (26)



2-2. مناقشة الفرضيات:

مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال نتائج الجداول رقم (03)، (04)، (05)، (06)، (07)، (08) و(09) نلاحظ ان عينة البحث من المدربين تعتبر تقويم الصفات البدنية للاعبين ذات أهمية قصوى. أنهم هم من يقومون بقياس و اختبار الصفات البدنية للاعبين في ظل غياب المحضرين البدنيين في أغلب الأندية المبحوثة، كما يقر المدربين بأنهم لم يسبق لهم القيام بتكوينات و حضور تربصات خاصة بهذا المجال كما أكد جل المدربين المبحوثين أنهم يعتمدون على الأنترنت كمصدر معرفي لطرق القياس و الاختبار، فيما أجمعوا على أنهم يراعون خصائص المرحلة العمرية حسب رأيهم، وانطلاقاً من هنا يتبين للطالبين على أن المستوى المعرفي لدى عينة بحثنا منخفض حيث لا يقومون براجعة المجالات العلمية و الكتب العلمية، كما أنهم لا يسبق لهم التكوين فضلاً عن عدم حضورهم للتربصات والملتقيات الخاصة لتطوير مستواهم المعرفي، ومنا هنا تتبين لنا صحة الفرضية الجزئية للدراسة.

مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

على ضوء النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (10)، (11)، (12)، (13)، (14)، (15)، (16)، (17) و(18) نلاحظ ان عينة البحث من المدربين أن نسبة كبيرة من المدربين يعتمدون على أساليب تقليدية في قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين في ظل غياب الوسائل التكنولوجية التي تفي بالغرض، كما بينت النتائج على أن المدربين مختلفون في أغراض القياس والاختبار، فمنهم من يقوم باختبار الصفات البدنية في عملية الأنتقاء وقليل منهم من يقوم به لاختيار التشكيلة الأساسية، فيما يقر الجميع على أن لقياس واختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في اختيار التشكيلة الأساسية، ومن هنا ثبتت لنا صحة الفرضية الجزئية الثانية للدراسة.

مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

انطلاقاً من النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (19)، (20)، (21)، (22)، (23)، (24) و(25) نلاحظ ان عينة البحث من المدربين يرجعون المشاكل والمعيقات في عملية قياس و اختبار الصفات البدنية إلى غياب الوسائل والمستلزمات في ظل غياب بدعم الإدارة، فيما يرجعها البعض إلى ضعف المستوى المعرفي، ويرى آخرون بأن الوسائل التقليدية لا تفي بالغرض، كما أجمع المدربين المبحوثين على أن غياب الوسائل التكنولوجية الحديثة يعد العائق الأساسي للقيام بعملية قياس و اختبار الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم.

مناقشة الفرضية العامة للدراسة:

بينت نتائج إجابة العينة حول أسئلة الاستمارة الاستبائية على أهمية اختبارات الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم ومكانتها، حيث يرى المدربون بأن للاختبارات أهمية في انتقاء اللاعبين، ويرى آخرون بأن اختيار التشكيلة يعتمد على اختبار الصفات البدنية التي تكشف عن استعداد اللاعبين بدنياً، ما يساعد في اختيار أحسن العناصر من الناحية البدنية، كما بينت النتائج عن إجماع المبحوثين في أهمية ومكانة الاختبارات البدنية في الحكم على فعالية البرنامج التدريبي السنوي في شقه البدني. ومن هنا ثبتت صحة الفرضية العامة للدراسة.

2-3. الاستنتاجات:

- المستوى المعرفي لدى المدربين المبحوثين في مجال اختبار الصفات البدنية منخفض.
- نقص الوسائل التكنولوجية الحديثة والاعتماد على الوسائل التقليدية يعيق عملية اختبارات الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم للفئات الناشئة.
- أهمية قياس واختبار الصفات البدنية في عملية انتقاء اللاعبين، واختيار التشكيلة الناشئة، والحكم على فعالية البرنامج التدريبي.

- هناك الكثير من العوائق التي تحول دون السير الجيد لعملية اختبار الصفات البدنية للنائية لأسباب عديدة ومختلفة.

2-4. الاقتراحات والتوصيات:

- تكوين المدربين في مجال قياس واختبار الصفات البدنية، من خلال حضور الملتقيات، وإجراء التريصات.
- توفير الوسائل التكنولوجية الحديثة لمواكبة التطور في مجال قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين الناشئين.
- التأكيد على أهمية الاختبارات البدنية في عمليات اختيار اللاعبين، والحكم على البرنامج التدريبي.

المصادر والمراجع

قائمة المصادر و المراجع

المراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم, مروان عبد المجيد. الاختبار والقياس والتقويم في التربية الرياضية، ط1. عمان: دار الفكر للطباعة, 1999.
2. إبراهيم, مروان عبد المجيد. الإختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية. الأردن: دار الفكر للطباعة, 1999.
3. أبو العلا عبد الفتاح. التدريب الرياضي، الأسس الفيسولوجية. القاهرة: دار الفكر العربي, 1998.
4. أبو سليمان, عبدالوهاب إبراهيم. كتابة البحث العلميّ ومصادر الدراسات الإسلاميّة. جدّة: دار الشروق, 1993.
5. أحمد عطا الله وآخرون. القياس والتقويم وبناء الاختيارات في العلوم الإنسانية وعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، الطبعة الأولى. الجزائر: الوراق للنشر والتوزيع, 2020.
6. البيك, احمد محمد خاطر علي فهمي. القياس في المجال الرياضي. القاهرة: دار الكتاب الحديث, 1996.
7. البيك, حمد محمد خاطر ، علي فهمي. القياس في المجال الرياضي، ط(4) . دار الكتاب الحديث , 1996.
8. السامرائي, نزار الطالب ومحمود. مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية. الموصل: دار الكتب للطباعة, 1981.
9. الشاطي, محمود عوض بسوني وفيصل ياسين. نظريات وطرق التربية البدنية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية, 1992.
10. ألبعدي, م.م محمد حاتم عبد الزهرة. دراسة مقارنة مستوى التطور في القدرات البدنية والمهارية للأعوام 2005-2009 لدى طلاب كلية التربية الرياضية. جامعة القادسية , 2009.
11. النمكي, عمرو أبو المجد، جمال. تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم و الناشئين في كرة القدم . القاهرة: مركز الكتاب للنشر, 1997.
12. بسطويسى, أحمد. أسس ونظريات التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي, 1999.

13. بعوش, خالد. بطارية اختبارات لقياس الجانب البدني والمهاري أثناء عملية الانتقاء لدى أشبال كرة القدم. البويرة: معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية جامعة آكلي محند أولحاج بالبويرة, 2014-2015.
14. بلوفة, مراد قلايلية ومعمار. أسس استخدام معايير الانتقاء حسب الخاصية المورفولوجية من وجهة نظر المدربين . مستغانم: جامعة عبد الحميد بن باديس، قسم التدريب الرياضي, 2014-2015.
15. جواد, علي سلوم. الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي, ط1. الطيف للطباعة, 2004.
16. حدور, عبد الله. تحديد درجات و مستويات معيارية بلعض الصفات البدنية والمهارية الأساسية لناشئي كرة القدم لفئة أقل من 14 سنة. تيسمسيلت: معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت, 2018-2019.
17. حسانين, حمدي عبد المنعم ومحمد صبحي. الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم. مصر : مركز الكتاب للنشر, 1997.
18. حسانين, كمال عبد الحميد، محمد صبحي. " اللياقة البدنية ومكوناتها" الأسس النظرية الأعداد البدني. طرق القياس. القاهرة: دار الفكر العربي, 1985.
19. حسانين, محمد صبحي. 1995.
20. —التقويم والقياس والتربية البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي, 1995.
21. —القياس والتقويم في التربية البدنية الرياضية , ج 1 , ط 4. القاهرة: دار الفكر العربي, 2001.
22. —القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي, 2011.
23. حسن أحمد الشافعي. تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمعين العربي والدولي. مصر: منشآت المعارف, 1998.
24. حسين, قاسم حسن. علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة. عمان، الأردن: دار الفكر والطباعة والتوزيع, 1997.
25. راتب, . أسامة كامل. علم نفس الرياضة. القاهرة: دار الفكر العربي, 1997.
26. سكر, ناهد رسن. علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية. عمان، الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع, 2002.

27. عباس, على البيك، عماد. المدرب الرياضي فى الألعاب الجماعية -تخطيط وتصميم البرامج فى الأحمال التدريبية (نظريات - تطبيقات). الإسكندرية: منشأة المعارف, 2003.
28. عباس, ليلي السيد فرحات. القياس والاختبار فى التربية الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر, 2013.
29. عبد البصير عادل. التدريب الرياضي، والتكامل بين النظرية والتطبيق. مركز الكتاب للنشر، 1999.
30. عبد الخالق عصام. التدريب الرياضي، نظريات - تطبيقات. القاهرة: دار المعارف، 2003.
31. عثمان, محمد. التعلم الحركي والتدريب الرياضي. الكويت: دار القلم, 1994.
32. علاوي, محمد حسن. علم النفس الرياضي فى التدريب والمنافسات الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي , 2002.
33. فرحات, ليلي السيد. القياس والاختبارات فى التربية الرياضية، ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر, 2001.
34. ك. درويش وآخرون. القياس والتقييم وتحليل المباراة فى كرة اليد، ط1. دار الكتاب للنشر, 2002.
35. محمود, موفق أسعد. الاختبارات والتكتيك فى كرة القدم. عمان: دار دجلة, 2011.
36. مختار, حنفي محمود. مدرب كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي, 1980.
37. معاني, محمد صبحي حسانين ، أحمد كسري. موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي. القاهرة : مركز الكتاب للنشر, 1998.
38. مفتى, إبراهيم. التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة. القاهرة: دار الفكر العربي , 2001.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. bernard, Tupin. préparation et entraînement du footballeu. paris: AMPHORA, 1990.
2. jurgain, Waeineck. Manuel entraînement. Paris: VIGOT, 1986.
3. Martin, habil. DORNHOFF. L' éducation physique et sportives. Alger: office des publication universitaire, 1993.

الملاقف

الإستمارة الإستببانية

البيانات الشخصية:

1. السن:

أقل من 35 سنة من 35 إلى 45 سنة أكثر من 45 سنة

2. الشهادة:

شهادة الكفاءة شهادة تدريبية معتمدة بدون شهادة

3. المستوى التعليمي:

إبتدائي متوسط ثانوي جامعي

4. الخبرة التدريبية:

أقل من 05 سنوات من 05 إلى 10 سنوات أكثر من 10 سنوات

المحور الأول: المستوى المعرفي

5. ما مدى أهمية تقويم الصفات البدنية للاعبين؟

أهمية قصوى أهمية متوسطة غير مهمة

6. من يقوم بقياس واختبار الصفات البدنية لدى اللاعبين؟

المدرّب مساعد المدرّب المحضّر البدني

7. ما هو المستوى المعرفي لديكم في مجال القياس و الإختبار؟

جيد متوسط منخفض

8. هل سبق وأن قمتم بتكوين خاص في مجال القياسات و الإختبارات البدنية في كرة القدم؟

نعم لا

9. هل سبق وأن حضرتم ملتقيات أو قمتم بتربصات خاصة بالقياسات و الإختبارات البدنية في كرة القدم؟

نعم لا

10. على ماذا تعتمدون في اختيار الاختبارات و القياسات البدنية للاعبين؟

الكتب العلمية الأنترنت الخبرة

11. هل تقومون بمراجعة خصائص المرحلة العمرية في قياسات و اختبارات تقويم الصفات البدنية للاعبين؟

نعم لا

المحور الثاني: أغراض الاختبار و القياس

12. هل تقومون باختبار و قياس الصفات البدنية للاعبين بشكل دوري؟

نعم لا أحيانا

13. ما مدى توفر وسائل قياس و اختبار الصفات البدنية لديكم؟

متوفرة نقص في الوسائل غير متوفرة تماما

14. هل تتلقون دعم الإدارة في توفير الوسائل و الإمكانيات اللازمة للقيام بالقياس و الإختبار على أحسن وجه؟

نعم لا نوعا ما

15. ما نوع القياسات و الإختبارات البدنية التي تقومون بها للاعبين؟

تقليدية حديثة

16. هل أنتم على إطلاع بالقياسات و الإختبارات البدنية الحديثة في كرة القدم؟

نعم لا نوعا ما

17. هل تتوفر لديكم الوسائل التكنولوجية اللازمة للقيام بالقياسات و الإختبارات البدنية الحديثة؟

نعم لا نوعا ما

18. ما الغرض من القيام بقياس و اختبار الصفات البدنية للاعبين؟

الانتقاء

اختيار التشكيلة الأساسية

قياس فعالية البرنامج التدريبي

19. هل لقياس و إختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في عملية الإنتقاء؟

نعم لا نوعا ما

20. هل لقياس و إختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في إختيار التشكيلة الأساسية الإنتقاء؟

نعم لا نوعا ما

21. هل لقياس و إختبار الصفات البدنية للاعبين أهمية في الوقوف على فعالية البرنامج التدريبي؟

نعم لا نوعا ما

المحور الثالث: المشاكل و المعوقات

22. ما هي المشاكل التي تعانون منها في قياس و إختبار الصفات البدنية للاعبين؟

نقص الوسائل ضعف المستوى المعرفي

23. هل تعتقد أن نقص الوسائل يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

نعم لا نوعا ما

24. هل تعتقد أن ضعف المستوى المعرفي يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

نعم لا نوعا ما

25. هل تعتقد أن نقص التكوين يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين؟

نعم لا نوعا ما

26. هل تعتقد أن غياب المحضر البدني في الفريق يؤثر على عملية قياس واختبار الصفات البدنية

للاعبين؟

نعم لا نوعا ما

27. هل تعتقد أن قياس واختبار الصفات البدنية للاعبين بالطرق التقليدية غير دقيقة؟

نعم لا نوعا ما

28. هل تعتقد أن غياب الوسائل التكنولوجية الحديثة يؤثر على عملية لقياس و اختبار الصفات

البدنية؟

نعم لا نوعا ما