



بناء مستويات معيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة

لناشئى الهوكي

أ.م.د/ عمرو عبد المطلب العطله

أ.م.د/ احمد السيد محمد بطل

تهدف الدراسة الى تحديد مستويات معيارية لاختبارات القدرات التوافقية لناشئى الهوكي واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وبلغت عينة الدراسة ١٢٨ ناشئى من المسجلين بالاتحاد المصري للهوكي وكانت اهم النتائج انه تم التوصل إلى تحديد المستويات والدرجات المعيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة لناشئى الهوكي. ويوصي الباحثون استخدام هذه المستويات والدرجات المعيارية كمحدد لا انتقاء المبتدئين في رياضة الهوكي

Abstract

The study aims to determine the standard levels for the compatibility ability tests for hockey juniors. The researcher used the descriptive approach with the survey method. The study sample amounted to 128 juniors registered with the Egyptian Hockey Federation. The most important results were that it was possible to determine the standard levels and scores for the compatibility ability tests for hockey juniors. The researcher recommends using these levels and standard scores as a determinant for selecting beginners in hockey.

* استاذ مشارك بالسنة التحضيرية جامعة الملك فيصل بالإحساء ، ومعار من كلية التربية الرياضية جامعة بورسعيد

** استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الالعاب الرياضية والعب المضرب كلية التربية الرياضية جامعة بورسعيد



بناء مستويات معيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة

لناشئى الهوكي

أ.م.د/ عمرو عبد المطلب العطله

أ.م.د/ احمد السيد محمد بطل

اولاً: مقدمة ومشكلة البحث:

القياس والتقويم في التربية الرياضية يعدان من أهم العمليات التي توفر للمختصين في المجال الرياضي أدوات متعددة، تُمكنهم من تحليل البيانات وجمعها وتقييم الوضع الراهن على مستوى الأفراد والفرق الرياضية بشكل فردي وجماعي.

الاهتمام بالاختبارات كأداة علمية فعّالة في عمليات التقييم في مجال التربية البدنية والرياضية قد شهد تزايداً ملحوظاً، خصوصاً في ما يتعلق بالمهارات والأنشطة المختلفة. فالاختبارات تُعتبر جزءاً أساسياً من خطط تحسين المستوى البدني والتكتيكي والمهاري، كما تساعد في تحديد نقاط القوة والضعف لدى الأفراد. كذلك، تلعب دوراً هاماً في تقييم مستوى تقدم اللاعبين، مما يعزز حافزهم لتحقيق مستويات أفضل في اللياقة والمهارة. إضافة إلى ذلك، تمكّن الاختبارات من الكشف المبكر عن المواهب الرياضية، ما يسهل توجيهها إلى المراكز المناسبة لها. تلعب الاختبارات أيضاً دوراً بارزاً في التشخيص والتصنيف ووضع الدرجات والمعايير والمستويات، فضلاً عن دورها في التنبؤ، والتدريب، والتوجيه، والبحث العلمي. (James R. Morrow, Jr., Dale P. Mood, Weimo, Zhu, Minsoo Kang, 2022)

وفيما يتعلق بالمفهوم اللغوي والفلسفي للمعيار، يُوضح أحمد (٢٠٠٨) أن المعيار لغوياً هو مصطلح يُستخدم للمقارنة والتقدير. وفلسفياً، يُعتبر نموذجاً مقترحاً أو متصوراً لما يجب أن يكون عليه الشيء. أما في المجال الرياضي، فهو يشير إلى مستوى محدد من التميز في الأداء أو درجة معينة من الجودة التي تُعتبر هدفاً تعليمياً محدداً مسبقاً، أو كمقياس لما ينبغي تحقيقه لأغراض محددة. ويؤكد كامل (٢٠٠٩) على أن اختبارات الأداء الرياضي تُعتبر عنصراً حيوياً وجزءاً رئيسياً في تحقيق المستويات العالية في الرياضة في رياضة الهوكي، وتساعد في تحديد نقاط القوة والضعف بينهم كما أنها تساهم في الكشف المبكر عن المواهب الرياضية وتوجيهها إلى المراكز المناسبة.

* استاذ مشارك بالسنة التحضيرية جامعة الملك فيصل بالإحساء ، ومعار من كلية التربية الرياضية جامعة بورسعيد

** استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الالعاب الرياضية والعب المضرب كلية التربية الرياضية جامعة بورسعيد



كما يشدد هلال وآخرون (٢٠٢٢) على أن انتقاء الفرد المناسب لنوع النشاط الرياضي الممارس هو الخطوة الأولى نحو الوصول إلى مستوى البطولة. لذا، يسعى المختصون في الأنشطة الرياضية المختلفة إلى تحديد المواصفات الضرورية لكل نشاط على حدة. فالاختيار الجيد للنشء في بداية ممارستهم للرياضة يساهم في توجيههم نحو الرياضة المناسبة، مما يعزز من فرص تحقيق مستويات عليا والفوز بالبطولات المحلية والدولية.

رغم ذلك، يبقى السؤال الأساسي في جميع عمليات الانتقاء هو مدى موضوعيتها. ومن المهم معرفة المستوى الذي يحصل عليه اللاعب عند أداء الاختبار، أو المعيار الذي يحدد قيمة الأداء. ويرى علاوي ورضوان (٢٠٠١) أن هذه المستويات تساعد في تحديد الأداء الفعلي للفرد وتوفير دلالات واضحة لتقييم وتصنيف اللاعبين.

كما يشير كامل (٢٠٠٩) إلى أن الاهتمام بالاختبارات كوسيلة علمية فعالة لتقييم الأداء في مجال التربية البدنية والرياضية قد زاد بشكل ملحوظ. فالاختبارات تُعد جزءاً أساسياً من خطة تحسين المستوى البدني، والتكتيكي، والمهاري، وتساهم في تحديد نقاط القوة والضعف لدى الأفراد. بالإضافة إلى ذلك، تُسهم في معرفة مستوى تقدم اللاعبين، مما يحفزهم لتحقيق المستويات المطلوبة في اللياقة والمهارة. ولا يمكن إغفال دور الاختبارات في الكشف المبكر عن المواهب الرياضية، مما يسهل توجيهها إلى المراكز المناسبة لهذه المواهب .

ويشير ريلي وكريستد (٢٠٠٤) إلى أهمية القياس والتقييم في الرياضة، خاصة في المراحل العمرية المتقدمة، حيث يسهم ذلك في تنمية اللاعبين من خلال مساعدتهم على التعرف على احتياجاتهم ومسؤولياتهم تجاه اللعبة، مع تحديد الدرجات المعيارية لهم وفق أسس علمية دقيقة مستندة إلى المعرفة الرياضية.

ويؤكد بندورا وألبرت (٢٠٠٧) على أن بناء المعايير يساعد الأفراد على بذل الجهد اللازم لمواجهة التحديات والعوائق التي تعترض طريق تحقيق أهدافهم. فالانخراط في منافسة بدون وجود معايير واضحة يجعل الأمر صعباً، حيث يسير اللاعبون نحو مستقبل مجهول دون القدرة على توجيه نشاطهم بكفاءة، ما يضعف ثقتهم في من سيصدر الأحكام على أدائهم.

و يؤكد غريب ونجا وعبد الرؤوف (٢٠٠٠)، أن الحصول على الدرجات الخام في الاختبارات يعد أمراً سهلاً، ولكن التحدي يكمن في إعطاء معنى لهذه الدرجات. وهناك عدة صعوبات تواجه القائمين على هذا المجال، أهمها اتخاذ القرارات بشأن مستوى الفرد في كل وحدة من وحدات الاختبار والحاجة إلى وجود معيار مناسب لتحديد مستوى الأفراد.



وتلعب القدرات التوافقية دور محوريا في الوصول الى اعلي المستويات الممكنة من الأداء والإنجاز وفقاً للنشاط الرياضي التخصصي حيث ان اي نشاط رياضي يتميز بمجموعة من القدرات التوافقية عن غيره من الانشطة الرياضية ويعتبر تحديد تلك القدرات التوافقية بكل نشاط من الانشطة الرياضية بصفة عامة والهوكي بصفة خاصة المختلفة سواء من حيث نوعية النشاط نفسه او من حيث الشرائح العمرية لممارسي النشاط وأيضا القدرة علي تقييم تلك القدرات بشكل موضوع هو اهم واجبات القائمين علي مجال التدريب الرياضي نظرا لأهميتها القصوى في عملية الانتقاء الرياضي " عبد البصير (٢٠٠٩)

ويوضح احمد بطل (٢٠١٧م) ان لاعب الهوكي المميز لابد وان يتمتع بمستوى عالي في القدرات التوافقية نظرا لطبيعة اللعبة بوجود العصا والكرة واحتياج اللاعب للتنسيق بين العين والعصا والكرة وأيضا تحركاته في الملعب سواء في الدفاع او الهجوم ويؤدي تنمية القدرات التوافقية الخاصة برياضة الهوكي الى تمكين اللاعبين من أداء هذه المهارات الأساسية المركبة للعب في اقل زمن وعدم فقدانهم للكرة والقدرة على متابعة الهجوم وإحراز الأهداف وبالتالي تحقيق الفوز في المباريات .

وقد لاحظ الباحثان من خلال قيامهم بالعمل كمدرسين للناشئين في نادي بورفؤاد أنه لا توجد مؤشرات موضوعية يمكن الاعتماد عليها في اختيار اللاعبين للفئات العمرية المختلفة في لعبة الهوكي. وهذا يسלט الضوء على أهمية آليات الاختيار القائمة على أسس علمية ونتائج مبنية على اختبارات ومعايير محددة. ويعد الوصول إلى هذه المعايير في جوهره مؤشراً للمدربين لاختيار أفضل اللاعبين، سواء في الرياضة بشكل عام أو في رياضة الهوكي بشكل خاص.

وتمتد أهمية هذه المؤشرات إلى تمكين المدربين من تقييم مستوى لاعبيهم واكتشاف نقاط القوة والضعف لديهم وتصنيفهم حسب مستواهم في جميع جوانب اللياقة البدنية. وهذا أمر بالغ الأهمية في تسريع عملية اتخاذ المدربين للقرارات سواء في التدريب أو في المنافسات. ولذلك، يهدف الباحثان من خلال هذه الدراسة إلى توفير مستوى موحد لمهارات المقابلة الشخصية يمكن استخدامه

ثانياً: هدف البحث:

- وضع مستويات معيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة لناشئي الهوكي.

ثالثاً: تساؤلات البحث:

- ماهي المستويات المعيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة لناشئي الهوكي ؟

رابعاً: اجراءات البحث:

رابعاً: اجراءات البحث:



١. منهج البحث :

- أستخدم الباحثان المنهج الوصفي (بأسلوب المسح) وذلك لمناسبته وملائمته لطبيعة البحث.

٢. عينة البحث :

- تم إختيار عينه قوامها (١٢٨) ناشئ هوكي من المسجلين بالإتحاد المصري للهوكي مواليد ٢٠٠٦ باندية (بورفؤاد ، الشرقية ، القناة ، مركز شباب الجزيرة ، الزمالك ، سموحة).

٣. المجال الزمني للبحث: الفترة من ٢٠٢٣/٩/١٣ الى ٢٠٢٣/١٠/١١

٤. المجال المكاني للبحث: ملعب الهوكي الدولي بالمدينة الرياضية ببورسعيد

تجانس عينة البحث :

- قام الباحثان بإجراء التجانس لعينة البحث في المتغيرات الأساسية والقدرات التوافقية قيد البحث كما هو موضح بالجدول التالي :

جدول (١)

تجانس عينة البحث في متغيرات الطول - الوزن - السن - القدرات التوافقية

البيان	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	البيان
			التفرطح	الالتواء				
السن	193.31	3.10	-0.99	0.22	193.00	3.10	199.00	السن
الوزن	67.55	10.22	-0.07	0.09	67.00	10.22	95.00	الوزن
الطول	170.47	8.57	-0.88	-0.12	171.00	8.57	188.00	الطول
القدرة على تقدير الوضع	10.95	1.95	-1.44	0.68	9.77	1.95	14.38	القدرة على تقدير الوضع
القدرة على بذل الجهد المناسب	189.55	130.49	-1.07	0.90	107.00	130.49	457.00	القدرة على بذل الجهد المناسب
القدرة على الإيقاع الحركي	3.05	2.35	-0.93	0.51	2.00	2.35	8.00	القدرة على الإيقاع الحركي
القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة	12.44	2.33	-1.16	0.68	11.31	2.33	17.39	القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة
القدرة على الربط الحركي	13.07	2.06	-1.55	0.22	12.18	2.06	16.78	القدرة على الربط الحركي
القدرة على الاستجابة السريعة	3.93	0.81	-1.68	0.26	3.52	0.81	5.35	القدرة على الاستجابة السريعة
القدرة على التوازن	39.59	8.77	-1.13	0.52	36.38	8.77	59.25	القدرة على التوازن

يتضح من الجدول رقم (١) أن قيم الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الأساسية ومتغيرات القدرات التوافقية تنحصر بين ± 3 مما يدل على تجانس مجموعات البحث في المتغيرات قيد البحث.



أدوات جمع البيانات: -

- المتغيرات الأساسية:

- العمر الزمني: من واقع شهادة ميلاد كل لاعب وتم حساب العمر بالشهور.
- الوزن: تم قياس وزن أفراد عينة البحث بالميزان الطبي المعايير، وتم حساب الوزن بالكيلو جرام.
- الطول: قام الباحثون بقياس طول الجسم باستخدام جهاز الرستاميتز وتم قياس الطول بالسنتيمتر.

- اختبارات القدرات التوافقية :

- قام الباحثان بتحديد القدرات التوافقية المرتبطة برياضة الهوكي واختباراتها وفقا لما ذكره احمد بطل (٢٠١٧) والموضحة في الجدول التالي :

جدول (٢)

م	القدرات التوافقية	الاختبارات
١	القدرة على تقدير الوضع	اختبار الدوائر المرقمة
٢	القدرة على بذل الجهد المناسب	اختبار خطأ الإحساس بدفع الكرة لمسافة ٢٥ ياردة
٣	القدرة على الإيقاع الحركي	المحاورة من الثبات
٤	القدرة على التكيف مع الاوضاع المتغيرة	ميدان الموانع
٥	لقدرة على الربط الحركي	التمرير والتصويب مع الاستلام
٦	القدرة على الاستجابة السريعة	الكرات الملونة
٧	القدرة على التوازن	تنطيط الكرة على المضرب

المعاملات العلمية لاختبارات القدرات التوافقية قيد البحث

١- صدق التمايز

للتحقق من صدق اختبارات القدرات التوافقية و الاختبارات المهارية قيد البحث، استخدم الباحثان طريقة التمايز وذلك بمقارنة نتائج مجموعتين إحداهما مميزة بمستوى الأداء البدني والمهاري في الهوكي، وقد مارست اللعب من قبل وتجيد مهارات الهوكي وقوامها (١٠) لاعبين من نفس مجموعة البحث بمجموعة غير مميزة وكان قوامها (١٠) لاعبين من نفس المرحلة السنوية لمجموعة البحث وخارج نطاق العينة، كما هو موضح في جداول (٣) (٤).



جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)، ومعامل صدق التمايز لاختبارات القدرات

التوافقية المستخدمة في البحث (ن = ١ = ٢ ن = ١٠)

الاختبار	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س		
القدرة على تقدير الوضع	ث	0.26	9.51	13.53	0.55	٢٠.٩٤	٠.٠٠٠
القدرة على بذل الجهد المناسب	سم	3.21	100.10	380.80	46.45	١٩.٠٦	٠.٠٠٠
القدرة على الايقاع الحركي	عدد	0.67	1.00	5.90	0.74	١٥.٥٨	٠.٠٠٠
القدرة على التكيف مع الاوضاع المتغيرة	ث	0.31	11.06	15.81	0.72	19.08	٠.٠٠٠
القدرة على الربط الحركي	ث	0.87	11.39	15.42	0.49	١٢.٧٨	٠.٠٠٠
القدرة على الاستجابة السريعة	ث	0.16	3.20	4.88	0.33	١٤.٤١	٠.٠٠٠
القدرة على التوازن	ث	1.20	29.94	53.57	4.45	16.20	٠.٠٠٠

قيمة ت الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٧٣٤

يتضح من الجدول رقم (٣) وجود فروق دالة احصائيا لصالح المجموعة المتميزة في اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) مما يؤكد على صدق تلك الاختبارات.

النتائج:

وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات واعادة تطبيقها بعد مرور اسبوعين وذلك على عينة قوامها عشر لاعبين من خارج عينة البحث الاساسية ومن نفس المرحلة السنوية لمجموعة البحث كما هو موضح في جدول (٤).

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث

(ن = ١٠)

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
		ع	س	ع	س	
القدرة على تقدير الوضع	ث	0.21	9.56	9.16	0.15	٠.810**
القدرة على بذل الجهد المناسب	سم	4.27	108.40	104.90	3.78	٠.690*
القدرة على الايقاع الحركي	عدد	0.42	2.20	2.30	0.48	٠.764*
القدرة على التكيف مع الاوضاع المتغيرة	ث	0.54	11.11	10.76	0.61	٠.925**
القدرة على الربط الحركي	ث	0.46	11.27	11.24	0.53	٠.975**
القدرة على الاستجابة السريعة	ث	0.07	3.21	3.29	0.05	٠.890**
القدرة على التوازن	ث	0.99	30.26	32.06	2.69	٠.760*

قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤



يبين الجدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني دالة إحصائياً وهذا يدل على أن اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث ذات معاملات ثبات عالية.

- استمارات جمع البيانات :
- استمارة تسجيل فردية للاختبارات القدرات التوافقية.
- استمارة تسجيل جماعية لمتغيرات الطول والوزن والسن.

الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

- أقماع بلاستيك.
- ساعة إيقاف لقياس الزمن.
- حواجز.
- شريط قياس.
- حبال.
- مقاعد سويدية.
- أثقال.
- مضارب هوكي.
- مرتبة.
- كرات هوكي.

المعالجات الاحصائية :

قام الباحثان بمعالجة البيانات باستخدام برنامج التحليل الاحصائي SPSS باستخدام المقاييس والمعاملات التالية:

- | | | | |
|-------------------|----|------------------------|----|
| المتوسط | -١ | الوسيط | -٢ |
| الانحراف المعياري | -٣ | معامل التواء بيرسون | -٤ |
| معامل التقلطح | -٥ | المدى | -٦ |
| اختبار (ت) | -٧ | معامل الارتباط لبيرسون | -٨ |
| المئينات | -٩ | | |

(امين، التحليل الاحصائي باستخدام برنامج SPSS، ٢٠٠٧)



خامسا: عرض ومناقشة النتائج
عرض النتائج:

جدول (٥)

المثنيات والدرجات الخام المقابلة لها لاختبار القدرات التوافقية قيد البحث

المثنيات							المتغيرات
5	10	25	50	75	90	95	
14.08	13.81	13.38	9.77	9.50	9.30	9.14	القدرة على تقدير الوضع
421.35	396.10	332.00	107.00	101.00	97.00	95.00	القدرة على بذل الجهد المناسب
7.00	7.00	5.00	2.00	1.00	0.00	0.00	القدرة على الايقاع الحركي
16.49	16.00	14.90	11.31	10.56	10.15	9.98	القدرة على التكيف مع الازواضع المتغيرة
15.96	15.82	15.33	12.18	11.32	10.77	10.31	لقدرة على الربط الحركي
5.14	4.98	4.77	3.52	3.17	3.08	3.01	القدرة على الاستجابة السريعة
55.14	53.36	47.88	36.38	31.75	30.02	29.39	القدرة على التوازن

جدول (٦)

المثنيات والدرجات المعيارية المقابلة لها لاختبار القدرات التوافقية قيد البحث

المثنيات							المتغيرات
5	10	25	50	75	90	95	
66.13	64.74	62.52	43.96	42.57	41.52	40.71	القدرة على تقدير الوضع
67.76	65.83	60.92	43.67	43.21	42.91	42.75	القدرة على بذل الجهد المناسب
66.80	66.80	58.28	45.51	41.25	36.99	36.99	القدرة على الايقاع الحركي
67.36	65.25	60.54	45.15	41.94	40.16	39.45	القدرة على التكيف مع الازواضع المتغيرة
64.02	63.36	60.95	45.63	41.48	38.81	36.57	لقدرة على الربط الحركي
64.83	62.85	60.25	44.91	40.62	39.51	38.70	القدرة على الاستجابة السريعة
67.70	65.68	59.43	46.34	41.06	39.09	38.37	القدرة على التوازن



مناقشة النتائج

يتضح من جدول (٥) أن الدرجة الخام في اختبار القدرة على تقدير الوضع (٩.١٤) والتي تقابل المئين (٥) وما اعلاها تدل على اعلي زمن اداء بينما تدل الدرجة الخام (١٤.٠٨) التي تقابل المئين (٩٥) وما ادناها على أقل زمن اداء وفي اختبار القدرة على بذل الجهد المناسب تمثل الدرجة الخام (٩٥) وما أقل منها والتي تقابل المئين (٥) اعلى اداء بينما تمثل الدرجة (٤٢١.٣٥) والتي تقابل المئين (٩٥) وما اعلاها اقل أداء وبالنسبة لاختبار القدرة على الإيقاع الحركي كانت الدرجة الخام (٠) والتي تقابل المئين (٥) اعلى أداء بينما تمثل الدرجة (٨) والتي تقابل المئين (٩٥) وما اعلاها اقل أداء وفي اختبار القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة كانت الدرجة الخام (٩.٩٨) والتي تقابل المئين (٥) وما أدناها اعلى أداء بينما تمثل الدرجة (١٦.٤٩) والتي تقابل المئين (٩٥) وما أعلاها اقل أداء وفي اختبار القدرة على الربط الحركي مثلت الدرجة الخام (١٠٣١) والتي تقابل المئين (٥) وما اقل اعلي زمن أداء وبالتالي اعلى مستوى أداء ومثلت الدرجة الخام (١٥,٩٦) التي تقابل المئين (٩٥) وما اعلاها أقل زمن أداء وبالتالي افضل مستوى أداء وفي اختبار القدرة على الاستجابة السريعة جاءت الدرجة الخام (٣.٠١) والتي تقابل المئين ٥ وما دونها في اعلى الدرجات والدرجة (٥.١٤) التي تقابل المئيني (٩٥) وما أعلاها اقل الدرجات بينما في اختبار القدرة على التوازن كانت الدرجة الخام (٢٩.٣٩) والتي تقابل المئين (٥) وما ادناها اعلي زمن أداء وجاءت الدرجة الخام (٥٥,١٤) التي تقابل المئين (٩٥) وما اعلاها أقل زمن أداء وطبقاً لهذه النتائج تم التوصل الى المستويات المعيارية لاختبارات القدرات التوافقية قيد البحث كما هو موضح في الجداول التالية :



المستويات المعيارية لاختبار القدرة على تقدير الوضع:

جدول (٧)

مدى الدرجات المعيارية المئينية والتقديرية الموضوعية لاختبار القدرة على تقدير الوضع

التقديرات الموضوعية	أقل من (٥٠%)	من (٥٠%) الي أقل من (٧٥%)	من (٧٥%) فيما أكثر
الاختبار	منخفض	متوسط	مرتفع
القدرة على تقدير الوضع	أكثر من ٩.٧٧ ث	أكبر من ٩.٥٠ ث الى ٩.٧٧ ث	٩.٥٠ ث فاقل
	أصغر من ٤٣.٩٦ درجة	من ٤٣.٩٦ درجة الى اقل من ٦٢.٥٢ درجة	٦٢.٥٢ درجة فأكبر

يُشير جدول (٧) أن الدرجات المعيارية المحتسبة لاختبار القدرة على تقدير الوضع بلغت على المستوي المئيني أقل من (٥٠%) والذي يمثل تقدير منخفض (أصغر من ٤٣.٩٦ درجة)، وعلى المستوي المئيني من (٥٠%) إلى أقل من (٧٥%) والذي يمثل تقدير متوسط تراوحت بين (من ٤٣.٩٦ درجة الى اقل من ٦٢.٥٢ درجة)، وعلى المستوي المئيني من (٧٥%) فيما أكثر والذي يمثل تقدير مرتفع بلغت (٩.٥٠ ث فاقل).

تعتمد رياضة الهوكي على التفاعل السريع واتخاذ القرارات الحاسمة بناءً على فهم دقيق للوضع الحالي في الملعب لذا فان القدرة على تقدير الوضع هي من القدرات الهامة للاعب الهوكي، حيث تعني هذه القدرة أن يكون لدى اللاعب وعي مستمر بكل ما يحدث حوله، ويستطيع تحليل وتقدير المواقف بشكل فعال لاتخاذ القرارات الصحيحة على سبيل المثال، عند مهاجمة المرمى، يحتاج اللاعب إلى تقدير مواقع زملائه والخصوم بسرعة لاتخاذ قرار حول التميرير أو التصويب. القرار السريع والصحيح يمكن أن يكون الفرق بين تسجيل هدف أو فقدان الكرة. (Jerzy Sadowski،

Włodzimierz Starosta، Tomasz Niżnikowski (٢٠١٦)

تقدير الوضع يتضمن القدرة على قراءة حركات الخصم والتنبؤ بخطواتهم التالية. هذا يمكن اللاعبين من قطع التميريرات أو وضع أنفسهم في مكان مناسب لاعتراض الكرة، مما يعزز من الأداء الدفاعي و في الهجوم، يساعد تقدير الوضع



اللاعبين على التعرف على الفرص المتاحة واستغلالها بكفاءة. يمكن للاعبين معرفة متى يجب التقدم للأمام، أو البحث عن تمريرة حاسمة، أو الانتظار حتى تنشأ فرصة أفضل. (Andrs, 1999)

تقدير الوضع بشكل صحيح يمكن اللاعب من فهم مراكز وتحركات زملاء الفريق ويقلل من احتمال ارتكاب الأخطاء، مثل التمريرات الخاطئة أو التحركات غير المدروسة. اللاعبون الذين يفهمون الوضع بشكل جيد يكونون أكثر دقة في تنفيذ المهام، مما يقلل من فقدان الكرة ويزيد من السيطرة على المباراة. (الجمال ط، ٢٠١٤)

المستويات المعيارية لاختبار القدرة على بذل الجهد المناسب:

جدول (٨)

مدى الدرجات المعيارية المئينية والتقديرية الموضوعية لاختبار القدرة على بذل الجهد المناسب

التقديرات الموضوعية الاختبار	أقل من (٥٠٪)	من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪)	من (٧٥٪) فيما أكثر
	منخفض	متوسط	مرتفع
القدرة على بذل الجهد المناسب	اكبر من ١٠٧.٠٠ متر	اكبر ١٠١.٠٠٠ متر الى ١٠٧.٠٠ متر	اقل من ١٠١.٠٠٠ متر
	اقل من 43.67 درجة	من ٤٣.٦٧ درجة الى اقل من ٦٠.٩٢ درجة	اكبر من 60.92 درجة

يُشير جدول (٨) أن الدرجات المعيارية المحتسبة لاختبار القدرة على بذل الجهد المناسب بلغت على المستوي المئيني أقل من (٥٠٪) والذي يمثل تقدير منخفض (اقل من 43.67 درجة)، وعلى المستوي المئيني من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪) والذي يمثل تقدير متوسطاً تراوحت بين (من ٤٣.٦٧ درجة الى اقل من ٦٠.٩٢ درجة)، وعلى المستوي المئيني من (٧٥٪) فيما أكثر والذي يمثل تقدير مرتفع بلغت (اكبر من 60.92 درجة).

اللاعبين الذين يمتلكون قدرة على بذل الجهد المناسب يكون لديهم قدرة على التحمل لفترات طويلة، مما يمكنهم من الحفاظ على مستوى عالٍ من الأداء، حتى في الأوقات الحرجة من المباراة، مثل الفترات الإضافية أو في اللحظات الأخيرة. (عبدالقادر، ٢٠١٢)

و القدرة على بذل الجهد المناسب تُعد واحدة من القدرات التوافقية الأساسية التي تساهم في تحسين أداء الرياضيين، بما في ذلك لاعبي



الهوكي. تشير هذه القدرة إلى قدرة اللاعب على التفريق بين مستويات القوة، السرعة، والتوقيت أثناء تنفيذ الحركات المختلفة، مما يؤدي إلى أداء أكثر دقة وكفاءة. وذلك يساعد اللاعبين على التحكم بالكرة بحساسية ودقة، مما يمكنهم من تنفيذ التصويبات والتمريرات بتركيز عالٍ وبالقوة المناسبة، سواء كانت تصويبة سريعة نحو الهدف أو تمريرة دقيقة لزميل. (Jerzy Włodzimierz Starosta, Tomasz Niżnikowski, Sadowski

(٢٠١٦

ويرى الباحثان ان كل موقف في لعبة الهوكي قد يتطلب مستوى مختلفاً من القوة أو السرعة. قدرة اللاعب على بذل الجهد المناسب تتيح له التكيف بسرعة مع هذه المواقف، مثل استخدام قوة أقل عند التحرك في مناطق الدفاع، أو استخدام سرعة أكبر عند الهجوم أو خلال المرتدات.

ومن خلال امتلاك هذه القدرة بشكل جيد، يمكن للاعبين تجنب الأخطاء الشائعة مثل الإفراط في استخدام القوة أو التوقيت الخاطئ للحركات، مما يقلل من فقدان الكرة أو الأخطاء في التمرير والتصويب كما تمكن المدافعين من تقييم المسافات بدقة وتنفيذ التدخلات المناسبة بالقوة والتوقيت المناسبين. (عبدالصير، ٢٠٠٩)

المستويات المعيارية لاختبار القدرة على الإيقاع الحركي:

جدول (٩)

مدى الدرجات المعيارية المئينية والتقديرية الموضوعية لاختبار القدرة على الإيقاع الحركي

التقديرية الموضوعية	أقل من (٥٠٪)	من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪)	من (٧٥٪) فيما أكثر
الاختبار	منخفض	متوسط	مرتفع
القدرة على الإيقاع الحركي	أكبر من ٢٠٠٠ عدة	٢ عدة	١٠٠٠ عدة الي صفر عدة
	أقل من 45.51 درجة	٤٥.٥١ درجة	٥٨.٢٨ درجة فأكثر

يُشير جدول (٩) أن الدرجات المعيارية المحتسبة لاختبار القدرة على الإيقاع الحركي بلغت على المستوى المئيني أقل من (٥٠٪) والذي يمثل تقدير منخفض (أقل من ٤٥.٥١ درجة)، وعلى المستوى المئيني من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪) والذي يمثل تقديراً متوسطاً تراوحت بين (٤٥.٥١ درجة)،



وعلى المستوي المثني من (٧٥%) فأكثر والذي يمثل تقدير مرتفع بلغت (٥٨.٢٨ درجة فأكثر).

القدرة على الإيقاع الحركي تشير إلى قدرة اللاعب على تنسيق حركاته بطريقة متناسقة ومنظمة، مما يعزز من كفاءة الأداء الحركي ويجعل الحركات أكثر سلاسة وتجانسًا. هذه القدرة لها أهمية كبيرة في العديد من الألعاب الرياضية، بما في ذلك الهوكي وتسمح للاعبين بتنظيم حركاتهم بشكل متسق ومنظم. في الهوكي، هذا يعني قدرة اللاعب على الحفاظ على توازن جيد أثناء التحرك بالكرة، مما يسهل التمير والتصويب بكفاءة. (Kizi، ٢٠٢٢)

اللاعبين الذين يمتلكون قدرة جيدة على الإيقاع الحركي يمكنهم التحكم في السرعة والتسارع بشكل أفضل. هذا مهم في الهوكي، حيث يحتاج اللاعبون إلى تغيير وتيرة اللعب بسرعة بناءً على متطلبات الموقف، مثل الانتقال السريع من الدفاع إلى الهجوم كما تجعل اللاعب أكثر قدرة على توقع تحركات الخصوم والتفاعل معها بفعالية. (Prajapati، ٢٠١٥)

المستويات المعيارية لاختبار القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة:

جدول (١٠)

مدى الدرجات المعيارية المثنية والتقديرية الموضوعية لاختبار القدرة على التكيف مع

الأوضاع المتغيرة

التقديرات الموضوعية لاختبار	أقل من (٥٠%)	من (٥٠%) إلى أقل من (٧٥%)	من (٧٥%) فيما أكثر
الاختبار	منخفض	متوسط	مرتفع
القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة	أكثر من ١١.٣١	أكبر من ١٠.٥٦ إلى أقل من ١١.٣١	١٠.٥٦ أقل من
	أقل من 45.15 درجة	من ٤٥.١٥ درجة إلى أقل من ٦٠.٥٤ درجة	60.54 درجة فأكثر

يُشير جدول (١٠) أن الدرجات المعيارية المحتمسبة لاختبار القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة بلغت على المستوي المثني أقل من (٥٠%) والذي يمثل تقدير منخفض بلغ (أقل من 45.15 درجة)، وعلى المستوي المثني من (٥٠%) إلى أقل من (٧٥%) والذي يمثل تقدير متوسط تراوحت



بين (من ٤٥.١٥ درجة الى اقل من ٦٠.٥٤ درجة)، وعلى المستوي المئني من (٧٥٪) فأكثر والذي يمثل تقدير مرتفع بلغت (٦٠.٥٤ درجة فأكثر). القدرة على التكيف مع المواقف المتغيرة هي مهارة حاسمة في رياضة الهوكي، حيث تلعب دورًا محوريًا في تحقيق الأداء العالي والاستجابة الفعالة لمختلف التحديات داخل الملعب. تتطلب اللعبة التحرك بسرعة واتخاذ قرارات فورية، مما يجعل التكيف السريع مع الظروف المختلفة أمرًا ضروريًا. وتتمثل أهمية هذه القدرة للاعب الهوكي في والتعامل مع تحركات المنافس غير المتوقعة وخاصة مع اللاعبين ذوي القدرة على الخداع تغيير الاتجاه وايضا الاستجابة للتغيرات التكتيكية أثناء المباراة، قد يغير الفريق المنافس استراتيجيته فجأة، مثل الانتقال من الدفاع إلى الهجوم أو تغيير تشكيل الفريق. القدرة على التكيف تسمح للاعبين بتعديل أسلوب لعبهم فورًا للتعامل مع هذه التغييرات والحفاظ على الأداء الفعّال. (Andrs, 1999, Issurin, V. B., Lyakh, ٧٢٠١٩, .)

و القدرة على التكيف مع المواقف المتغيرة تمنح لاعبي الهوكي ميزة تنافسية كبيرة، حيث تمكنهم من التعامل مع كافة أنواع التحديات والمواقف التي قد يواجهونها خلال المباريات، مما يؤدي إلى تحسين فرص النجاح وتحقيق الأهداف. (بطل، ٢٠١٧)

- المستويات المعيارية لاختبار القدرة على الربط الحركي:

جدول (١١)

مدى الدرجات المعيارية المئنية والتقدير الموضوعة لاختبار القدرة على الربط الحركي

التقديرات الموضوعة	أقل من (٥٠٪)	من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪)	من (٧٥٪) فيما أكثر
الاختبار	منخفض	متوسط	مرتفع
القدرة على الربط الحركي	أكثر من ١٢.١٨	أكبر من ١١.٣٢ الي أقل من ١٢.١٨	أقل من ١١.٣٢
	أقل من ٤٥.٦٣ درجة	من ٤٥.٦٣ درجة الى أقل من ٦٠.٩٥ درجة	٦٠.٩٥ درجة فأكثر

يُشير جدول (١١) أن الدرجات المعيارية المئنية المحسوبة لاختبار القدرة على الربط الحركي بلغت على المستوي المعيار المئني أقل من (٥٠٪) والذي يمثل تقدير منخفض بلغ (أقل من ٤٥.٦٣ درجة) وعلى المستوي المئني من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪) والذي يمثل تقدير متوسط



تراوحت بين (من ٤٥.٦٣ درجة الى اقل من ٦٠.٩٥ درجة)، وعلى المستوى المثني من (٧٥٪) فأكثر الذي يمثل تقدير مرتفع بلغت (٦٠.٩٥ درجة فأكثر).

القدرة على الربط الحركي تُشير إلى قدرة اللاعب على دمج وتنسيق سلسلة من الحركات بشكل سلس ومتسق لتحقيق هدف محدد. في رياضة مثل الهوكي، هذه القدرة تعتبر حيوية لتحقيق الأداء الأمثل، حيث يعتمد اللاعب بشكل كبير على الانتقال السريع بين الحركات المختلفة وتكاملها. (عبدالقادر، ٢٠١٢)

والقدرة على الربط الحركي تُمكن اللاعبين من دمج حركات متعددة في تسلسل واحد بسلاسة، مثل استقبال الكرة ثم مراوغتها والتصويب نحو المرمى. هذا التكامل يساهم في تحسين فعالية تنفيذ المهارات الفنية المعقدة. (Włodzimierz ،Tomasz Niżnikowski، Jerzy Sadowski) (٢٠١٦، Starosta)

كما يعزز الربط الحركي من قدرة اللاعبين على تنفيذ التمريرات السريعة والدقيقة. على سبيل المثال، القدرة على استلام الكرة بيد واحدة وتميرها بسرعة بيد أخرى تُعتبر من المهارات الأساسية التي تتطلب ربطاً حركياً عالياً. (الجمال ط،، ٢٠١٤)

المستويات المعيارية لاختبار القدرة على الاستجابة السريعة:

جدول (١٢)

مدى الدرجات المعيارية المثنية والتقديرية الموضوعية لاختبار القدرة على الاستجابة السريعة

التقديرات الموضوعية لاختبار	أقل من ٥٠	من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪)	من (٧٥٪) فيما أكثر
	منخفض	متوسط	مرتفع
القدرة على الاستجابة السريعة	أكثر من ٣.٥٢ ث	أكثر من ٣.١٧ ث الي أقل من ٣.٥٢ ث	أقل من ٣.١٧ ث
	أقل من 44.91 درجة	من ٤٤.٩١ درجة الى أقل من ٦٠.٢٥ درجة	أكثر من ٦٠.٢٥ درجة فأكثر

يُشير جدول (١٢) أن الدرجات المعيارية المثنية المحسوبة لاختبار القدرة على الاستجابة السريعة بلغت على المستوى المعياري المثني أقل من (٥٠٪) والذي يمثل تقدير منخفض (أقل من 44.91 درجة)، وعلى المستوى



المئيني من (٥٠%) إلى أقل من (٧٥%) والذي يمثل تقديراً متوسطاً تراوحت (من ٤٤.٩١ درجة الى اقل من ٦٠.٢٥ درجة)، وعلى المستوي المئيني من (٧٥%) فأكثر والذي يمثل تقدير مرتفع بلغ (٦٠.٢٥ درجة فأكثر).

القدرة على الاستجابة السريعة تعد من أهم القدرات التي يحتاجها لاعبي الهوكي لتحقيق الأداء العالي والنجاح في المباريات و تشير هذه القدرة إلى قدرة اللاعب على اتخاذ قرارات سريعة والتفاعل بسرعة مع المواقف المتغيرة في الملعب. (Kizi, 2022)

الهوكي رياضة سريعة الإيقاع، حيث يمكن أن تتغير الأحداث في الملعب بشكل مفاجئ. قدرة اللاعب على الاستجابة بسرعة تمكنه من التكيف مع هذه التغيرات، سواء كانت تحركات غير متوقعة من الخصم أو تبديلات سريعة في استراتيجيات الفريق. (Mitchell-Taverner, 2005) (ابراهيم، 2006) (Maddox, 2014)

يتطلب الهوكي اتخاذ قرارات سريعة في المواقف الحرجة، مثل التصدي لهجوم سريع من الخصم أو اغتنام فرصة لتسجيل هدف. اللاعبون الذين يتمتعون بقدرة عالية على الاستجابة السريعة يكونون أكثر فعالية في مثل هذه المواقف. (Prajapati, 2015)

الاستجابة السريعة تعني أن اللاعبين يمكنهم اتخاذ قرارات حاسمة دون تضييع الوقت في التفكير أو التردد. هذا يساعدهم على استخدام طاقتهم بشكل أكثر كفاءة، مما يقلل من الإجهاد ويزيد من قدرتهم على التحمل طوال المباراة. (jagday, 1999) (محمد جلال و مجيد اسد، 2021)



المستويات المعيارية لاختبار القدرة على التوازن:

جدول (١٣)

مدي الدرجات المعيارية المئينية والتقديرية الموضوعية لاختبار القدرة على التوازن

التقديرات الموضوعية	أقل من ٥٠	من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪)	من (٧٥٪) فيما أكثر
الاختبار	منخفض	متوسط	مرتفع
القدرة على التوازن	اكبر من ٣٦.٣٨ ث	أكبر من ٣١.٧٥ ث الي اقل من ٣٦.٣٨ ث	٣١.٧٥ ث فأقل
	اقل من ٤٦.٣٤ درجة	من ٤٦.٣٤ درجة الي اقل من ٥٩.٤٣ درجة	٥٩.٤٣ درجة فأكثر

يُشير جدول (١٣) أن الدرجات المعيارية المحتسبة لاختبار القدرة على التوازن بلغت على المستوي المئيني أقل من (٥٠٪) والذي يمثل تقدير منخفض (اقل من ٤٦.٣٤ درجة)، وتراوحت على المستوي المئيني من (٥٠٪) الي أقل من (٧٥٪) والذي يمثل تقديراً متوسطاً بين (من ٤٦.٣٤ درجة الي اقل من ٥٩.٤٣ درجة)، وعلى المستوي المئيني من (٧٥٪) فيما أكثر والذي يمثل تقديراً مرتفعاً بلغت (٥٩.٤٣ درجة فأكثر).

القدرة على التوازن هي مهارة أساسية للاعب الهوكي، حيث تعتمد اللعبة على التحرك السريع والمناورات المتكررة التي تتطلب ثباتاً واتزاناً عاليين. القدرة على الحفاظ على التوازن تُمكن اللاعبين من الأداء بفعالية وكفاءة، سواء في الهجوم أو الدفاع. فيما يلي أهمية القدرة على التوازن في لعبة الهوكي في الحفاظ على اتزان الجسم أثناء التحرك حيث ان الهوكي رياضة سريعة، تتطلب من اللاعبين التحرك بسرعة كبيرة وتغيير الاتجاهات باستمرار لذا يتطلب من اللاعبين الحفاظ على استقرارهم أثناء هذه التحركات السريعة، مما يقلل من فرص السقوط أو فقدان السيطرة على الكرة. (الجمال ط، ٢٠١٤)

القدرة على التوازن تسهم في تحسين دقة تنفيذ المهارات الحركية، مثل المراوغة، التمير، والتصويب. اللاعب الذي يمتلك توازناً جيداً يمكنه التحكم في حركته بشكل أفضل، مما يؤدي إلى تمريرات وتصويبات أكثر دقة.



(بطل، تأثير الالعاب التمهيدية على تنمية القدرات التوافقية ومهارات التقدم بالكرة لناشئ الهوكي، ٢٠١٧)

كما ان التوازن الجيد يقلل من مخاطر الإصابات التي قد تنتج عن السقوط أو الحركات الخاطئة. اللاعبون الذين يمتلكون قدرة عالية على التوازن يمكنهم تنفيذ الحركات الديناميكية دون تحميل الضغط الزائد على المفاصل والعضلات. (عبدالبصير، ٢٠٠٩)

وتتفق جميع النتائج السابقة مع دراسات كل من (عبدالقادر، ٢٠١٢) و (Khodaskar, 2019) و (هلال، هشام إسماعيل، علي، علي عمر بن الخطاب، ابراهيم، أحمد السيد، & شيبية، علاء علي،، ٢٠٢٢) و (كرم غلوم، علي. أحمد البساطي، أمر الله. عبد المولى السيد، أحمد،، ٢٠٢٢) في انه يمكن وضع مستويات معيارية يمكن استخدامها في الاسترشاد عند انتقاء الناشئين وتوجيههم الي النشاط الرياضي التخصصي الذي يتلائم ويتناسب مع استعداداتهم وقدراتهم.

سادساً : الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

في حدود عينة البحث و الاختبارات المستخدمة و فى ضوء هدف البحث و من خلال النتائج التى توصل إليها الباحثان تم التوصل الى الاستنتاجات التالية :

- تم التوصل إلى تحديد المستويات والدرجات المعيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة لناشئ الهوكي.
- يمكن استخدام هذه المستويات والدرجات المعيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة فى انتقاء المبتدئين فى رياضة الهوكي.

التوصيات :

من خلال النتائج التى تم التوصل إليها يوصي الباحثان بما يلي

- استخدام هذه المستويات والدرجات المعيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة فى انتقاء المبتدئين فى رياضة الهوكي.

استخدام هذه المستويات والدرجات المعيارية لاختبارات القدرات التوافقية الخاصة لناشئ الهوكي في تقويم البرامج التدريبية في رياضة الهوكي



المراجع

أولا المراجع العربية

١. ابراهيم. محمد احمد عبد الله. (٢٠٠٦). الاعداد الشامل للاعب الهوكي. الزقازيق: مركز ايات للطباعة والنشر.
٢. أحمد، أ. ج. (2008). المستويات المعيارية. القاهرة: جامعة عين شمس.
٣. امين، ا. ر. (2007). التحليل الاحصائي باستخدام برنامج SPSS (2 ed., Vol. 1). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
٤. البصير، ه. ع. (2009). تأثير تنمية بعض القدرات التوافقية على بعض المهارات المركبة لاعبي كرة القدم. كلية التربية الرياضية ببورسعيد. جامعة قناة السويس.
٥. بطل، ا. ا. (2017). تأثير الالعاب التمهيدية على تنمية القدرات التوافقية ومهارات التقدم بالكرة لناشئ الهوكي. مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة. 2, pp. 52-28.
٦. جلال، مجمد، اسد، مجيد. (2021). تصميم وبناء اختبارين للقدرات التوافقية وقدرتها على التنبؤ بمستوى الاداء المهاري للاعبى الريشة الطائرة. الثقافة الرياضية. 217-234.
٧. الجمال، ط. م. (2014). تأثير برنامج مقترح بالالعاب الصغيرة على تنمية وتطوير بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية للاعبى المشروع القومي للهوكي، المؤتمر العلمي الخامس عشر بعنوان: التربية البدنية والرياضة. رؤية عربية مشتركة. كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان.
٨. رضوان، محمد نصر، هلال، هشام اسماعيل هلال، الشعراوي، رامز عبد الستار. (2023). اختبارات والمقاييس فى التربية البدنية والرياضة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
٩. عبدالقادر، م. ع. (2012). تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئى كرة القدم. كلية التربية الرياضية. جامعة المنصورة.
١٠. علاوي، محمد حسن و رضوان، محمد نصر الدين. (2000). القياس فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. دار الفكر العربي.
١١. غريب، ابراهيم، نجا، صلاح، عبدالرؤوف، طارق. (2000). بناء مستويات معيارية لبعض المهارات الاساسية للالعاب الجماعية و العاب القوى واللياقة البدنية لطلاب المرحلة الابتدائية. مجلة كلية التربية البدنية جامعة الزقازيق. 33.



١٢. كامل, م. ا. (2009). بناء اختبار لقياس التحركات الدفاعية المركبة لناشئ كرة اليد تحت ١٨ سنة. *المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية*. 115, 115.
١٣. كرم غلوم, علي. أحمد البساطي, أمر الله. عبد المولى السيد, أحمد. (2022). تحديد مستويات معيارية للياقة البدنية لناشئ كرة القدم تحت ١٤ سنة بدولة الكويت. *المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية*. 203-236, 43(1), 43(1).
١٤. هلال, هشام إسماعيل, على, علي عمر بن الخطاب, ابراهيم, أحمد السيد & شيبه, علاء علي. (2022). إيجاد درجات ومستويات معيارية لعنصر المرونة للاعبين المبتدئين في رياضة المصارعة. *المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية*, 381-361.

ثانيا المراجع الاجنبية

- 15.Andrs, E. (1999). Field hockey step to succes. Human Kinetics, Publisher Inc.
- 16.Bandura, albert. (2007). *Guided for constructing self – efficiency scale*. Greenwich: Information Age Publishing.
- 17.Issurin, V. B., Lyakh, V. (2019). *Coordination Abilities of Athletes*. Independently Published.
- 18.jagday, S. (1999, April). Field hockey fundamentals. *the official magazine of the international Hockey Federation*.
- 19.James R. Morrow, Jr., Dale P. Mood, Weimo Zhu, Minsoo Kang. (2022). *Measurement and Evaluation in Human Performance*. United States: Human Kinetics.
- 20.Jerzy Sadowski ,Tomasz Niżnikowski ,Włodzimierz Starosta. (2016). *Coordination Abilities in Physical Education, Sports and Rehabilitation*. Warsaw: Józef Piłsudski University, Faculty of Physical Education and Sport.
- 21.Khodaskar, V. A. (2019). Development and Standardization of a Test Battery for the Selection of Basketball Players in Vidarbha Region. *International Educational E-Journal*, V(IV), 74-80.
- 22.Kizi, A. Z. (2022). DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES OF YOUNG FIELD HOCKEY PLAYERS 10-12 YEARS OLD AT THE INITIAL STAGE OF PREPARATION. *EUROPEAN INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY RESEARCH AND MANAGEMENT STUDIES*, 02(11), 336-342.



-
23. Kristad, Reilly. (2004). T test fitness training or high school physical education. *The journal of physical education recreation and dance*, 141.
24. Maddox, J. (2014). *Field Hockey Firsts* (ebook ed.). Capstone.
25. Mitchell-Taverner, C. (2005). *Field Hockey Techniques & Tactics*. United States: Human Kinetics.
26. Prajapati, S. K. (2015). *Predicting Excellence in Field Hockey*. Lulu.com.