

تأثير برنامج تعليمي على مستوى الأداء المهارى والتوقع الحركي لدى ناشئي تنس الطاولة

اسماء خلف محمود احمد

المقدمة ومشكلة البحث :

تشهد المجتمعات الحديثة تقدما هائلا في جميع المجالات وخاصة مجال التربية الرياضية فهي تسعى دائما للكشف عما لديها من إمكانيات بشرية ومادية والسعى لاستثمارها بغرض الارتقاء بمستوى الرياضة والخطو نحو التقدم المستمر عن طريق استخدام الاساليب العلمية الحديثة او التجريبية بابتكار وسائل متعددة للقياس تتميز بالدقة والموضوعية.(٢:١٤)

وتعد البرامج التعليمية إحدى المرتكزات المهمة في عملية التخطيط للتعليم، وترجمتها إلى برامج تنفيذية لها مضمون متجه لتحقيق أهداف تعليمية خاصة، والبرامج التعليمية لها مبادئ وأسس يجب إتباعها طبقا للأهداف وصياغتها، والإمكانات المتوفرة، وأساليب التدريس (التنفيذ) ، وكذلك أساليب التقويم، وبشكل خاص الأفراد المستفيدين من البرامج.(٣٠:١٣)

ويعتبر صدق التوقع عاملا مهما للاعب التنس إذ أنه يجعل على اللاعب مستعدا لملاقاة الكرة في المكان المتوقع لها بدوران الجسم والوقوف الصحيح . ومما يساعد اللاعب على حسن التقدير الصحيح لمسار الكرة هو سرعة ملاحظته ودقته ، وكلما زادت سرعة اللعب كلما كان صدق التوقع مهما للوصول إلى المكان المناسب لأداء الحركة جيدا.(٢٦:٢)

وتظهر الحاجة ملحة وواضحة للتوقع عندما يتطلب الموقف الحركي من المؤدى أن يرسل أو يستقبل غرض ، حيث يتطلب الأمر تكوين رؤية مستقبلية للمثيرات المتوقعة في ضوء خبرات الفرد ، كما أنه يرتبط بتقدير الصفات الذهنية التي تتصل اتصالا وثيقا بالزمن الذي يستغرقه كل من زمن رد الفعل والحركة في أداء الاستجابة، كذلك يرتبط بالصفات المكانية التي يصل إليها الغرض لحظة هبوطه.(١٣٤:١٦)

ولعبة تنس الطاولة تعتبر من اللعبات التي احتلت مركزا متقدما بين الالعاب الفردية التي يتم التنافس عليها عالميا وأولمبيا ودوليا ومحليا حيث تطورت تطورا كبيرا من الناحية الفنية والخطوية ومن الطبيعي أن يواكب هذا التطور تطورا مماثلا في مستوى إعداد الناشئ الذي هو دعامة من دعائم الوصول إلي المستويات العالية في تلك اللعبة، وتعتبر رياضة تنس الطاولة تتميز بالتقدم الفني الكبير منذ نشأتها الي الآن فأصبحت من أولي الرياضات شعبية في كل أنحاء العالم ، وجميع مهاراتها تؤدي بوجهي المضرب الامامي والخلفي وتأخذ أشكال متباينة من

التركيبات المهارية بهدف تحقيق التكامل لتلك المهارات في شكل جمل تكتيكية من أجل تحقيق الهدف المنشود وهو الفوز بالمباراة. (١٤:٣)

وان من أهم متطلبات رياضة تنس الطاولة هي قدرة اللاعب على توقع الكرة القادمة من المنافس من حيث سرعتها واتجاهها إضافة إلى مكان سقوطها ،وتلعب حركة القدمين السريعة دورا مهما في نجاح ما بعد التوقع إذ تتيح للاعب التهيؤ واخذ الوضع المناسب من اجل رد كرة المنافس بمستوى فني مؤثر ومن الأسس المهمة في تعلم تكنيك الضربات للمبتدئين هو التأكد على مسار أداء الضربة بأسلوب فني صحيح وكذلك التركيز على الضربات الأساسية والانتقال من اللعب البطيء إلى اللعب السريع مع التركيز على أن تكون الضربات متناسقة وبشكل اقتصادي (٥٥:٦)

وتعد رياضة تنس الطاولة من وجهة نظر الباحثة من الأنشطة المعنية بالدراسة نظرا لتشعباتها وكثرة ممارستها ومحاولتهم للوصول إلى المستويات العالية ، ولما تتمتع به من خصائص ومميزات تميزها عن غيره من الرياضات حيث أنها تتميز بسرعة وديناميكية الأداء مع ضيق مساحة الممارسة وصغر حجم المضرب فمن الضروري أن تحدد المتطلبات التي يتم اختيار المبتدئ عليها بدقة.

وفي حدود علم الباحثة أن لمهارات هذه الرياضة طبيعة تختلف عن طبيعة مهارات سائر رياضات المضرب الأخرى ، وذلك لاختلاف حجم الكرة والمضرب ومساحة الطاولة ،وهذا التباين يسفر عن وجود مجموعة من الصعوبات التي تواجه أي مبتدئ عند بداية تعلمه لمهارات تنس الطاولة وتؤثر هذه الصعوبات على مستوى تعلم المبتدئ لمهارات هذه الرياضة ،كما يفتقر المبتدئين أيضا إلى بعض مكونات التوقع الحركي الصحيح .

ولقد أثبتت نتائج بعض الدراسات المرتبطة مثل دراسة "محمد فتحي محمد" (٢٠٠٧م) (١٥)، ودراسة "سعيد فهمي عباده" (٢٠٠٤م) (٩)، ودراسة "لمياء رضوان لبيب" (٢٠٠١) (١٢) التأثير الإيجابي للبرامج التعليمية على مستوى الأداء المهارى والتوقع الحركي .

ومن خلال نتائج هذه الدراسات والبحوث ، وفي حدود علم الباحثة وما اطلعت عليه من أبحاث علمية لم تجد أي من الدراسات تناولت تأثير برنامج تعليمي على مستوى الأداء المهارى والتوقع الحركي للناشئين في تنس الطاولة ، وهذا ما دفع الباحثة إلى تصميم برنامج تعليمي ومعرفة أثره على مستوى الأداء المهارى والتوقع الحركي للناشئين في تنس الطاولة .

وكان هذا في حد ذاته من أحد الدوافع الحقيقية لإجراء هذا البحث في محاولة للاستفادة مما تقدمه البرامج التعليمية للارتقاء بالمستوى المهاري وبعض المكونات الإدراكية للتوقع الحركي .

مشكلة البحث:

ومن خلال نتائج هذه الدراسات والبحوث ، وفي حدود علم الباحثة وما اطلعت عليه من أبحاث علمية لم تجد أي من الدراسات تناولت تأثير برنامج تعليمي على مستوى الأداء المهاري والتوقع الحركي للناشئين في تنس الطاولة ، وهذا ما دفع الباحثة إلى تصميم برنامج تعليمي ومعرفة أثره على مستوى الأداء المهاري والتوقع الحركي للناشئين في تنس الطاولة . وكان هذا في حد ذاته من أحد الدوافع الحقيقية لإجراء هذا البحث في محاولة للاستفادة مما تقدمه البرامج التعليمية للارتقاء بالمستوى المهاري وبعض المكونات الإدراكية للتوقع الحركي .

هدف البحث:-

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي ومعرفة تأثيره على كل من :-

- ١- مستوى بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة للناشئين.
 - ٢- مستوى بعض المكونات الإدراكية للتوقع الحركي للناشئين .
- العلاقة بين المكونات الإدراكية ومستوي أداء بعض المهارات الأساسية للناشئى تنس الطاولة قيد البحث.

التعريف ببعض المصطلحات الواردة بالبحث :-

١- البرنامج التعليمي :

هو مجموعة من المواد التعليمية التي قد تكون مناهج دراسية وقد تكون كتابات أو قراءات تحدد للطلاب، وهي في ذات الوقت قد تكون مع رسائل تعليمية أو أنشطة تعليمية.(١٠:٤١)

٢- مستوى الأداء المهاري :

هو الدرجة أو المرتبة التي يصل إليها الطالب من السلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم لاكتساب وإتقان حركات النشاط الممارس على أن تؤدي بشكل يتسم بالانسيابية والدقة وبدرجة عالية من الدافعية عند الفرد لتحقيق أعلى النتائج مع الاقتصاد في الجهد.(٦٢:١٨٦).

٣- التوقع الحركي :

هو اتخاذ قرار يسبق الأداء بناء على عدة مقدمات خاصة بهذا الأداء وفي توقيت زمني قصير يصعب معه محاولات المنافس تعديل مساره. (٢٤:٢٢)

من الناحية الشكلية هو أن يكون اللاعب مستعدا للحركة التالية قبل بدء الحركة الأولى. (٧٧:٩٤)

الدراسات السابقة :

أولاً : الدراسات العربية :

جدول (٢)

م	اسم الباحث	عنوان الرسالة	هدف الرسالة	المنهج المستخدم	العينة	أهم النتائج
١	أحمد محمد عبد المنعم (٢٠٠٨م) (١)	تأثير تنمية التوقع الحركي الخاص على فعالية الأداء المهارى لناشئ رياضة الجودو	تنمية التوقع الحركي الخاص على فعالية الأداء المهارى لرياضة الجودو	التجريبي	٢٨ ناشئ	- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح (التجريبي) على المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج المتبع (التقليدي) في جميع المتغيرات قيد البحث
٢	إيهاب جمال محمد (٢٠٠٧م) (٧)	تأثير برنامج لتطوير التوقع الحركي على مستوى أداء مهارتي المتابعة وقطع التمريرات للاعبات كرة السلة .	-برنامج تدريبي لتطوير التوقع الحركي للاعبات كرة السلة . -التعرف على الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياسات البعدية على تأثير البرنامج على المجموعة التجريبية . - التعرف على نسب التحسن للمتغيرات قيد البحث	التجريبي	٢٤ لاعبة	- البرنامج التدريبي يساهم في تطوير التوقع الحركي لمهارتي المتابعة وقطع التمريرات . - البرنامج التدريبي يؤثر تأثيرا ايجابيا على مستوى أداء مهارتي المتابعة وقطع التمريرات.

م	اسم الباحث	عنوان الرسالة	هدف الرسالة	المنهج	العينة	أهم النتائج
3	محمد فتحي عبد التواب (٢٠٠٧)(١٥)	تأثير تنمية التوقع الحركي على مستوى أداء الضرب الساحق لناشئ الكرة الطائرة .	تصميم وتقنين جهاز لقياس التوقع الحركي . - التعرف تأثير تنمية التوقع الحركي على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق لناشئ الكرة الطائرة .	التجريبي	١٢ لاعب	- حقق الجهاز مؤشرات صدق وثبات مرتفعة . - مواصفات الجهاز تسمح له باستخدامه لقياس التوقع الحركي داخل الملعب. - يساعد الجهاز في تصنيف اللاعبين وفقا لمستوياتهم . - حقق الاختبار مؤشرات صدق وثبات مرتفعة .
4	أمر الله أحمد البساطي (٢٠٠٤) (٤)	دراسة تأثير اتجاهين مختلفين للإحماء على مظاهر التوقع الحركي وبعض الدلالات الحيوية للاعب كرة القدم .	- معرفة تأثير الشكلين المختلفين للإحماء على مظاهر التوقع الحركي قيد الدراسة (زمن الاستجابة - زمن التوقع - زمن سرعة الحركة)	التجريبي	١٢ لاعب	- شكل الإحماء الأول والثاني يؤدي إلى تحسين في قيم متغيرات التوقع الحركي (زمن الاستجابة - زمن صنع القرار - زمن سرعة الحركة) - يتميز تأثير محتوى جلسة الإحماء الثانية في تأثير الذاكرة الحركية والذهنية .

م	اسم الباحث	عنوان الرسالة	هدف الرسالة	المنهج المستخدم	العينة	أهم النتائج
5	سعيد فهمي عبادة (٢٠٠٤م) (٩)	- برنامج مقترح لتنمية التوقع الحركي وأثره على مستوى الأداء المهارى لدى لاعبى الكرة الطائرة .	- تصميم برنامج تدريبي لتنمية التوقع الحركي لدى لاعبي الكرة الطائرة	التجريبي	٣٠ لاعب كرة طائرة	-حدوث تجانس ونسبة تحسن في كل متغيرات البحث لصالح المجموعة التجريبية .
6	سليمان فاروق سليمان (٢٠٠١م) (١٠)	تأثير تنمية التوقع الحركي على أداء مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة .	-التعرف على مدى تأثير تنمية التوقع الحركي على أداء مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة .	التجريبي	٢١ مباراة وبلغ عدد اللاعبين ٥٤٦ لاعب	-أظهرت اختبارات التوقع أن هناك اتجاه ايجابي في معدل أداء ومستوى التفكير لدى أفراد العينة معا أثر بالتالي على اختبارهم للمواقف التوقعية والتي أظهرت بعد القياس البعدى تقدم ملحوظ نحو الاختبارات الصحيحة - هناك اتجاه ايجابي بالتناقص فى زمن بالنسبة لمواقف الدفع الحركي قيد البحث وذلك في القياس البعدى .

م	اسم الباحث	عنوان الرسالة	هدف الرسالة	المنهج المستخدم	العينة	أهم النتائج
7	لمياء رضوان ليبيب (٢٠٠١م) (١٢)	-التوقع وتأثيره على مستوى الأداء في كرة اليد .	-وضع برنامج لتحسين وتطوير التوقع الحركي ومكوناته وهي (السرعة- سرعة رد الفعل - الدقة- التوافق)	التجريبي	٨٠ طالبة	البرنامج المقترح له تأثير ايجابي على تحسين مستوى التوقع ومكوناته المتتمثلة في سرعة رد الفعل والمكونات البدنية والإدراكية وبالتالي مستوى الأداء المهاري في كرة اليد .
8	رانيا صديق عبد اللطيف (٢٠١٤) (٨)	برنامج تعليمي لتنمية التوقع الحركي وتأثيره على مستوى الأداء المهاري في رياضة الكاراتيه لطالبات التربية الرياضية	-تصميم برنامج تعليمي لتنمية التوقع الحركي على مستوى الأداء المهاري لرياضة الكاراتيه ومعرفة تأثيره على كل من :- (مستوى بعض المكونات الإدراكية - مستوى بعض المهارات الأساسية - العلاقة بين المكونات الإدراكية ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية لرياضة الكاراتيه)	التجريبي	١٥ طالبة	البرنامج المقترح له تأثير ايجابي على (مكونات التوقع الحركي - مستوى الأداء المهاري)

ثانيا الدراسات الأجنبية :

م	اسم الباحث	عنوان الرسالة	هدف الرسالة	المنهج المستخدم	العينة	أهم النتائج
٩	ميللر ال ميللر Miller LE Miller (١٩٩٦)(١٨)	التوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة القدم عند التحدي الجزاء في مواجهة قدم التسديد اليمنى واليسرى .	-اختيار صفة التوقع الحركي لدى حراس المرمى في كرة القدم للمحترفين عند التصدي ركلة الجزاء في مواجهة قدم التسديد اليمنى واليسرى .	التجريبي	مشاهد عن طريق الفيديو	-توقع القدم اليمنى كان أكثر دلالة من القدم اليسرى . -أوضحت المقابلات مع حراس المرمى أن قرار الوثب باستخدام زاوية معينة يفقز في الذهن لحظة ملائمة الضارب للكرة ومن خلال وضع القدم أثناء لمس الكرة وان وضع الفخذ أثناء لمس الكرة يعتبر سبب رئيسي لنجاح التوقع .
١٠	ماك موريز هاكسويل Mac.M.H (١٩٩٥م)(١٧)	التوقع الحركي لحراس مرمى كرة القدم في مواجهة ركلة الجزاء باستخدام مختلف تكتيكيات التسديد .	مقارنة قدرة حارس المرمى على توقع اتجاه الكرة المسندة في ضربة الجزاء وذلك -عندما تركز الكرة بالجزء الداخلي من القدم -عندما تركز الكرة بوجهه المضرب الخارجي . عندما تركز الكرة ناحية يمينى أويسار المرمى	التجريبي	١٠ حراس مرمى نصف محترفين	-التصويب على يمين المرمى بصورة واضحة وان هناك بعض الأفضلية للاعب ضربة الجزاء في استخدام داخل القدم عند التسديد -كما أظهرت النتائج أيضا أن حراس المرمى لابد أن يأخذوا في اعتبارهم سرعة حركة اللعب المسدد وزاوية دخوله على الكرة قبل تقرير أو عدم تقرير انتظار حتى ملامسة الكرة وذلك قبل أن يحددوا استجابتهم.

<p>توصلت النتائج الي ادراك فترة للملاحظة ،حيث كانت الموضوعات تلخص من خلال معلومات من لحظة طيران المقذوف (الكرة) الي ان توظف بصورة سريعة ،كما وجد ان الاداء الناجح علي علاقة دالة وهامة بشكل الانتباه</p>	<p>تحديد توقيت عمليات التوقع لاتخاذ القرار</p>	<p>التجريبي</p>	<p>تحديد العلاقات الموجودة في الاداء متضمنا التوقع الحركي وطول فترة المشاهدة ودرجة صعوبة العمل،ورجة الانتباه ومستوي الخبرة والاتجاهات الخاصة ناحية موضوع العمل.</p>	<p>التوقع الحركي وكرة السرعة</p>	<p>نلتون ب. سو Nelton .B.so (١٩٩٣م)</p>	<p>١١</p>
--	--	-----------------	---	--------------------------------------	---	-----------

خطة وإجراءات البحث

أولاً: المنهج المستخدم:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبية وضابطة بتطبيق القياسات القبلية والبعدية وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع هذا البحث اللاعبين من المرحلة السنية من ١٢-١٤ سنة وقد تم تطبيق البحث على سن ١٤ سنة خلال العام ٢٠١٨ م . والممارسين لنشاط تنس الطاولة في نوادي محافظة سوهاج. وقد تم اختيار عينة البحث لتضم (٢٠) ناشئ بالطريقة العشوائية .

ثالثاً: أدوات البحث:

١- أدوات القياس والأجهزة

٢- استمارات الاستبيان

قامت الباحثة باعداد استمارات الاستبيان لاستطلاع رأى الخبراء وذلك باتباع الخطوات التالية:

أولاً- مكونات التوقع الحركي في تنس الطاولة ، المناسبة مع سن ومستوى العينة.(مرفق ٥)

ثانياً: تحديد المهارات الأساسية في تنس الطاولة والتي تتناسب مع التوقع الحركي(مرفق ٣)

ثالثاً: لتحديد اختبار مهارة الكتم (الصد) بوجه المضرب الأمامي (للضرب الساحق الأمامي)(مرفق ٤).

أولاً :مكونات التوقع الحركي في تنس الطاولة ، المناسبة مع سن ومستوى العينة.(مرفق ٥)

قامت الباحثة باستطلاع رأى خبراء العاب المضرب مرفق (٢) لتحديد المتغيرات الادراكية للتوقع الحركى فى تنس الطاولة المناسبة مع سن ومستوى العينة مرفق (٥) ، وكان عدد المتغيرات الادراكية (١١) متغير ، وبناءا على اراء الخبراء تم حذف المتغيرات الادراكية التى لاتصلح للمرحلة السنية.

ويوضح الجدول التالى آراء الخبراء لتحديد المتغيرات الادراكية الأكثر ارتباطا بالمهارات الاساسية لرياضة تنس الطاولة:

آراء الخبراء لتحديد المتغيرات الادراكية الأكثر ارتباطا بالمهارات الاساسية لرياضة تنس الطاولة للناشئين.

(ن=١٠)

م	المكونات الإدراكية	التكرار	النسبة المئوية
١	إدراك المسافة	٨	٨٠%
٢	إدراك القوة	٤	٤٠%
٣	إدراك الزمن	٩	٩٠%
٤	إدراك المكان	٢	٢٠%
٥	إدراك الارتفاع	٢	٢٠%
٦	إدراك الاتجاه	١٠	١٠٠%
٧	إدراك التوازن	٢	٢٠%
٨	إدراك السرعة	٣	٣٠%
٩	ادراك توقيت الأداء	١	١٠%
١٠	ادراك مساحة الملعب	١	١٠%
١١	ادراك مساحة التحرك	٥	٥٠%

تشير نتائج جدول(١٥) حسب آراء السادة الخبراء فى تحديد المتغيرات الادراكية المرتبطة بالمهارات الاساسية لرياضة تنس الطاولة الى أن النسبة المئوية قد تراوحت ما بين (١٠ % - ١٠٠ %) وقد ارتضت الباحثة بنسبة (٨٠% فأكثر) .

ثانيا: تحديد المهارات الأساسية فى تنس الطاولة والتى تتناسب مع التوقع الحركى(مرفق ٣)

قامت الباحثة باستطلاع رأى خبراء العاب المضرب مرفق (٢) لتحديد المهارات الاساسية فى تنس الطاولة المناسبة مع سن ومستوى العينة مرفق (٣) ، وكان عدد المهارات الاساسية (١٤) مهارة ، وبناء على اراء الخبراء تم حذف المهارات التى لاتصلح للمرحلة السنية.

ويوضح الجدول التالى آراء السادة الخبراء فى تحديد المهارات الأساسية فى تنس الطاولة والتي تتناسب مع التوقع الحركى:

جدول (١٥) (ن=١٠)

م	المهارات الأساسية	التكرار	النسبة المئوية
١	القبضة	٢	٢٠
٢	وقفة الاستعداد	١	١٠
٣	حركات القدمين	٤	٤٠
٤	الإرسال	دوران أمامي للكرة	٢٠
		دوران خلفي للكرة	١٠
		دوران جانبي للكرة	٤٠
	بوجه المضرب الخلفي	دوران أمامي للكرة	٦٠
		دوران خلفي للكرة	٢٠
		دوران جانبي للكرة	١٠
٥	بوجه المضرب الأمامي	العالية	٣٠
		الجانبية	٢٠
		المستقيمة	٣٠
	بوجه المضرب الخلفي	العالية	٠
		الجانبية	٤٠
		المستقيمة	١٠
٦	الضربة المستقيمة	بوجه المضرب الأمامي	١٠٠
	بوجه المضرب الخلفي	١٠٠	
٧	الضربة الساحقة	بوجه المضرب الأمامي	٦٠
	بوجه المضرب الخلفي	٣٠	
٨	الضربة المسقطه	بوجه المضرب الأمامي	٤٠
	بوجه المضرب الخلفي	٥٠	
٩	الضربة المنطوره	بوجه المضرب الأمامي	٣٠
	بوجه المضرب الخلفي	٢٠	

٥٠	٥	بوجه المضرب الأمامي	الدفع	١٠
٣٠	٣	بوجه المضرب الخلفي		
٩٠	٩	بوجه المضرب الأمامي	الصد (الكتم)	١١
٨٠	٨	بوجه المضرب الخلفي		
٤٠	٤	بوجه المضرب الأمامي	القطع	١٢
١٠	١	بوجه المضرب الخلفي		
٣٠	٣	بوجه المضرب الأمامي	الكرة البالونية	١٣
٢٠	٢	بوجه المضرب الخلفي		
٤٠	٤	بوجه المضرب الأمامي	الضربة النصف طائرة	١٤
٣٠	٣	بوجه المضرب الخلفي		

يتضح من جدول (١٦) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في مناسبة المهارات الأساسية لتتنس الطاولة للعبة قيد البحث قد تراوحت ما بين (١٠% : ١٠٠%) وقد ارتضت الباحثة بالمهارات التي حصلت على نسبة ٨٠% فأكثر.

ثالثاً: لتحديد اختبار مهارة الكتم (الصد) بوجه المضرب الأمامي (للمضرب الساحق الأمامي) (مرفق ٤).

قامت الباحثة بتحديد أهم الاختبارات المهارية الخاصة بتتنس الطاولة، والتي تتناسب مع المرحلة السنوية قيد البحث والتي تقيس المستوى المهارى فى تنس الطاولة من خلال استطلاع رأى الخبراء مرفق (٤) ، وكان عدد المكونات المهارية (١٤) مكون وعدد الاختبارات البدنية التي تقيس هذه المكونات (١٤) اختبار ، وبناءا على آراء الخبراء تم حذف المكونات المهارية والاختبارات التي لا تصلح للمرحلة السنوية.

والجدول التالى يوضح الاختبارات المهارية التي تم اختيارها وفقا لآراء الخبراء:

جدول (٥)

م	المهارات الأساسية	اسم الاختبار	نسبة الاتفاق
١	الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامي	اختبار مهارة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامي	٨٠%
٢	الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي	اختبار مهارة الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي	٩٠%
٣	الكتم (الصد) بوجه المضرب الأمامي (للمضرب الساحق الأمامي)	اختبار مهارة الكتم (الصد) بوجه المضرب الأمامي (للمضرب الساحق الأمامي)	٩٠%
٤	مهارة الكتم (الصد) بوجه المضرب الخلفي (للمضرب الساحق الأمامي)	اختبار مهارة الكتم (الصد) بوجه المضرب الخلفي (للمضرب الساحق الأمامي)	٨٠%

وقد ارتضت الباحثة بالاختبارات المهارية التي تقيس المهارات الأساسية قيد البحث ، والتي حصلت على نسبة ٨٠% فأكثر من نسبة اتفاق الخبراء عليها.

*الصدق

قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات في الفترة من ١٥ / ٣ / ٢٠١٨م إلى ١٦ / ٣ / ٢٠١٨ م وذلك في نفس توقيت وظروف وترتيب الاختبارات لكلا المجموعتان.

وجداول (٧)،(٨)،(٩) يوضحان دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات البدنية والمهارية.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات المهارية (ن=٢٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	مستقيمة امامى	النقطة	٥١,٠٨	٣,٠٩	٤٥,٤٢	٢,٦١
٢	مستقيمة خلفى	النقطة	٢١,٤٢	٢,٥٧	١٧,٠٠	١,٧٦
٣	صد امامى	النقطة	٥٤,٠٠	٤,٣٥	٤٥,١٧	٣,٢٤
٤	صد خلفى	النقطة	٢٤,٨٣	٤,٢٠	١٧,٩٢	١,٦٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠

ينتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين المجموعتين المميزة وغير المميزة حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٤,٨٥ : ٥,٦٤) مما يشير إلى أن الاختبارات تميز بين الأفراد مما يؤكد صدقها.

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في اختبارات الإدراكية

جدول (٩) (ن=٢٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	ادراك المسافة ٣٠	سم	٣٠,٣٢	١,٢٩	٣٥,٥٤	١,٦٣
٢	ادراك المسافة ٣٥	سم	٣٤,٨١	١,٨٧	٣٩,٢٧	١,٤٢
٣	ادراك المسافة ٤٠	سم	٤١,٤٢	٢,٠٧	٤٧,٧٥	١,٩١
٤	ادراك الزمن	الثانية	٩,٣٥	٠,٩٤	١٢,٢١	٠,٧٩
٥	ادراك الاتجاه	المتر	٨,٩٥	٦,١٧	٣,٥٨	١,٣١

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين المجموعتين المميزة وغير المميزة حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٢,٩٥ : ٨,٧٠) مما يشير إلى أن الاختبارات تميز بين الأفراد مما يؤكد صدقها.

* الثبات:

لحساب ثبات الاختبارات (البدنية و المهارية والادراكية) قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات وإعادة التطبيق على المجموعة الغير مميزة ، ولتنفيذ قامت الباحثة بتطبيق تلك الاختبارات مرتين متتابعتين ، حيث كان التطبيق الأول الذي تم يوم ١٥ ، ١٦ / ٣ / ٢٠١٨ م. هو بمثابة الدرجة المستخرجة عند حساب الصدق ، وللحصول على درجات التطبيق الثاني قامت الباحثة بإعادة تطبيق الاختبار يوم ٢٤ ، ٢٥ / ٣ / ٢٠١٨ م وذلك بفارق زمني أسبوع بين كلا التطبيقين وجدول (١٠، ١١، ١٢) يوضح ذلك.

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المتغيرات المهارية (ن=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		إعادة التطبيق		قيمة "ر" المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	مستقيمة امامي	النقطة	٤٥,٤٢	٢,٦١	٤٥,٣٣	٢,٦٤	٠,٩٩
٢	مستقيمة خلفي	النقطة	١٧,٠٠	١,٧٦	١٦,٩٢	٢,٠٢	٠,٩٥
٣	صد امامي	النقطة	٤٥,١٧	٣,٢٤	٤٤,٩٢	٣,٠٠	٠,٩٨
٤	صد خلفي	النقطة	١٧,٩٢	١,٦٨	١٨,٠٠	١,٤٨	٠,٩٢

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣

أن معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني دال إحصائياً في الاختبارات المهارية قيد البحث مما يدل على ثبات تلك الاختبارات، حيث تراوح قيمة معامل الارتباط ما بين (٠,٩٢ : ٠,٩٩) وهو أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠,٠٥).

جدول (١٢)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المتغيرات الادراكية (ن=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		إعادة التطبيق		قيمة "ر" المحسوبة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	ادراك المسافة ٣٠	سم	٣٥,٥٤	١,٦٣	٣٥,٧٤	١,٨٢	٠,٩٣
٢	ادراك المسافة ٣٥	سم	٣٩,٢٧	١,٤٢	٣٩,١٢	١,٣١	٠,٩٣
٣	ادراك المسافة ٤٠	سم	٤٧,٧٥	١,٩١	٤٧,٣٣	١,٩٧	٠,٩٢
٤	ادراك الزمن	الثانية	١٢,٢١	٠,٧٩	١٢,٢٤	٠,٨١	٠,٩٩
٥	ادراك الاتجاه	المتر	٣,٥٨	١,٣١	٣,٨٤	١,٣٣	٠,٨٠

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0,05 = 0,63$

أن معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني دال إحصائياً في الاختبارات المهارية قيد البحث مما يدل على ثبات تلك الاختبارات، حيث تراوح قيمة معامل الارتباط ما بين (٠.٩٩ : ٠.٨٠) وهو أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠.٠٥).

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في بعض المكونات الإدراكية للتوقع الحركي للناشئين.

جدول (٣٠)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في بعض المكونات الإدراكية للعينة قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغير	وحدة القياس	قبلي		بعدي		نسبة التحسن	قيمة "ت" المحسوبة
			ع	م	ع	م		
١	ادراك المسافة ٣٠	سم	٣٥,١٠	٢,٥٠	٣٠,٤٥	١,٣٨	١٥,٢٧	٦,٧٣
٢	ادراك المسافة ٣٥	سم	٣٨,٥٠	٠,٨٥	٣٥,١٥	١,٠٦	٩,٥٣	١١,٩٩
٣	ادراك المسافة ٤٠	سم	٤٥,٩٠	٢,٨٥	٤١,١٥	١,٦٣	١١,٥٤	٣,٨٦
٤	ادراك الزمن	الثانية	١١,٩٠	١,٠٤	٩,٤٣	١,١٥	٢٦,١٢	٤,١٥
٥	ادراك الاتجاه	المتر	٤,٣٥	١,٠٣	٥,٩٤	٠,٨٠	٣٦,٥٨	٤,٨٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $(0,05) = 2,26$

يتضح من نتائج جدول (٣٠) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض المكونات الإدراكية قيد البحث لصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٣,٨٦ : ١١,٩٩) وبنسب تحسن تراوحت قيمتها ما بين (٩,٥٣% : ٣٦,٥٨%).

وترجع الباحثة هذا التقدم في القياس البعدي عن القياس القبلي بالنسبة للمجموعة التجريبية إلى تطبيق البرنامج التعليمي الذي يحتوي على تدريبات للمكونات الإدراكية التي روعي في تصميمها للأداء المهارى الخاص برياضه تنس الطاولة وذلك لما للمتغيرات الإدراكية من أهميه كبيره في رياضة تنس الطاولة حيث أنعكس اثر ذلك على الأداء الفعلى للناشئين (عينة البحث).

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مستوى الأداء المهارى لبعض المهارات الأساسية لتنس الطاولة للناشئين.

جدول (٢٨)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في مستوى الأداء المهارى للعينة قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغير	وحدة القياس	قبلي		بعدي		نسبة التحسن	قيمة "ت" المحسوبة
			ع	م	ع	م		
١	مستقيمة امامي	النقطة	٤٤,٨٠	٢,٧٨	٣,٤٠	٥١,٧٠	١٥,٤٠	٣,٤٠
٢	مستقيمة خلفي	النقطة	١٧,٦٠	١,٤٣	٠,٦٣	٢٢,٨٠	٢٩,٥٥	١١,١٤
٣	صد امامي	النقطة	٤٥,١٠	٣,٥٧	٣,٦٣	٥٤,٩٠	٢١,٧٣	٣,٦٣
٤	صد خلفي	النقطة	١٨,٦٠	١,١٧	٢,٧٠	٢٣,٨٠	٢٧,٩٦	٢,٧٠

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٢,٢٦

يتضح من نتائج جدول (٢٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع المهارات للعينة قيد البحث لصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٢.٧٠ : ١١.١٤) وبنسب تحسن تراوحت قيمتها ما بين (١٥,٤٠% : ٢٩,٥٥%).

- الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث، وفي حدود عينه البحث، ومن واقع البيانات والنتائج التي توصلت إليها الباحثة ومن خلال نتائج المعالجات الإحصائية للبيانات تم استنتاج الآتي:

١- للبرنامج المقترح تأثيراً إيجابياً علي مكونات التوقع الحركي الإدراكية (إدراك الزمن-إدراك المسافة- إدراك الاتجاه) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وتراوحت نسبة التحسن ما بين (٩.٥٣% : ٣٦.٥٨%).

٢- للبرنامج تأثيراً إيجابياً علي مستوي الأداء المهاري في المهارات الهجومية مثل الضربة المستقيمة والمهارات الدفاعية مثل الصد، وتراوحت نسبة التحسن ما بين (١٥.٤٠% : ٢٩.٥٥%).

٣- احدث البرنامج المقترح نسبة تحسن في كل متغيرات البحث وكان الفرق في نسبة التحسن لصالح المجموعة التجريبية.

٤- تقدمت المجموعة التجريبية التي استخدمت في التدريس البرنامج المقترح باستخدام المكونات الإدراكية للتوقع الحركي التي استخدمت في التدريس الطريقة المتبعة (أسلوب الأوامر) عند تعلم المهارات قيد البحث.

التوصيات:

- في حدود أهداف البحث والمجتمع الذي تمثله العينة المختارة وفي ضوء ما قامت به الباحثة من دراسة وما توصلت إليه من استخلاصات تتقدم الباحثة بالتوصيات الآتية:
- ١- تطبيق البرنامج المقترح باستخدام المتغيرات الإدراكية للناشئين لما له من تأثير إيجابي في الارتقاء بالمستوى المهاري للناشئين.
 - ٢- الاهتمام بتصميم تدريبات تعتمد على المتغيرات الإدراكية المختلفة .
 - ٣- الاهتمام بقياس المتغيرات الإدراكية بصفه دورية (إدراك المسافة - إدراك الزمن - إدراك الاتجاه) للوقوف على مستوى الناشئين حتى يمكننا الارتقاء بالمستوى المهاري للناشئين.
 - ٤- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث على استخدام المتغيرات الإدراكية في مجال التعلم الحركي على مستوي المدارس والنوادي و كليات التربية الرياضية للارتقاء بالعملية التعليمية.
 - ٥- إعداد دليل للمعلم يتضمن الأسس التي يجب مراعاتها عند استخدام المتغيرات الإدراكية، وكذلك كيفية استخدامها في تعليم المهارات الحركية المركبة.
 - ٦- تطويع تدريبات المتغيرات الإدراكية المختلفة لتعليم وتحسين الأداء المهاري في رياضة تنس الطاولة.
 - ٧- إجراء دراسات مشابهه علي الألعاب الجماعية والفردية الأخرى.

أولاً : المراجع باللغة العربية :

- ١- أحمد محمد عبد المنعم: تأثير تنمية التوقع الحركي الخاص على فعالية الأداء المهاري لناشئ رياضة الجودو، رسالة ماجستير، جامعة المنصورة، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٨م.
- ٢- الين وديع فرج : التنس - تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم ، ١٩٩٢م.
- ٣-الين وديع فرج ، سلوى عز الدين: المرجع في تنس الطاولة تعليم - تدريب ، منشأة المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٢م.

- ٤- **أمر الله احمد البساطي:** دراسة تأثير اتجاهين مختلفين للإجماء علي مظاهر التوقع الحركي وبعض الدلالات الحيوية للاعب كرة القدم، مجلة نظريات وتطبيقات، كية التربية الرياضية لبنين، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٤م.
- ٥- **أمين أنور وجمال الدين الشافعي:** مناهج التربية البدنية المعاصرة دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠٠٠م.
- ٦- **انتصار كاظم عبد الكريم، مرتضى علي لفته المنصوري:** تنس الطاولة _الأسس التكنيكية الميكانيكية والتدريبية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠١٣م.
- ٧- **أيهاب جمال:** تأثير برنامج لتطوير التوقع الحركي علي مستوي أداء مهارتي المتابعة وقطع التمريرات للاعبات كرة السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، ٢٠٠٧م.
- ٨- **رانيا صديق عبد اللطيف :** برنامج تعليمي لتنمية التوقع الحركي وتأثيره على مستوى الأداء المهارى فى رياضة الكارتيه لطالبات جامعة أسيوط ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠٠٤م
- ٩- **سليمان على حسين واخرون:** التحليل العلمي لمسابقات الميدان والمضمار دار المعارف، القاهرة ، ١٩٨٣م.
- ١٠- **سناء حسن الجبيلي:** أثر برنامج مقترح علي تنمية الإدراك الحس حركي (للزمن والمسافة) ومستوي الأداء في السباحة .بحث منشور، المجلد الثاني، المؤتمر العلمي الأول،كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، مارس، ١٩٩٠م.
- ١١- **شريف فتحى صالح :** برنامج لتحسين أداء الضربة اللولبية بوجه المضرب الخلفي فى ضوء الخصائص الكينمانيكية ، رسالة دكتوراه غير منشور ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠١م .
- ١٢- **ماجدة محمود عادل:**دراسة تحليلية لبعض الإدراكات الحس حركية للاعبي سلاح الشيش وعلاقتها بمستوي الانجاز .رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٧م .

١٣- محمد السيد خليل: التربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ،
جامعة المنصورة ، ٢٠٠٠م

١٤- محمد توفيق الوائلي: وضع مجموعة اختبارات لقياس المهارات الحركية
الأساسية فى كرة اليد، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ،
جامعة حلوان ، ١٩٧٧م.

١٥- محمد حسن علاوى : موسوعة الألعاب الرياضية، ط٥، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٣م.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

16-Belisle, K. L: Accuracy AND refeactoriness coincidence
antieipation task, Researchty Quarterly, 1990.

17- Migll,R : "Motor Learning-Concepts And Applications ",2end ,
S.M.C.Brown publishers, U.s.A,1985.

18-Miller.,Testing Anticipation Ability in Soccering Goals in Football
Player". Journal of motor behavior,1993