تصميم اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من الأوسايكومى للفئات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) لناشئي رياضة الجودو

د/ محمود السيد بيومي(*)
د/ أحمد محمد غازى(**)

ملخص: يهدف البحث إلى تصميم ثلاثة اختبارات للياقة التخصصية للهروب (خلفا – أماما – جانبا) خلال (٢٠ث) من الأوسايكومى لناشئ رياضة الجودو في المرحلة العمرية(١٢-١٤) سنة لتعرف على معايرها وتقديراتها لتوضيح الفروق في المستويات والوضع النسبي للاعب في فئة مجموعته الوزنية وقد شملت على ثلاثة مجموعات وزنية وهي الخفيفة وتشمل اللاعبين تحت وزن٤٦كجم وعددها (٢٢) لاعب والمتوسطة وتشمل اللاعبين من تحت وزن ٦٠ كجم وعددهم (٣١) لاعب والثقيلة وتشمل اللاعبين فوق وزن٦٠ كجم وعددهم (٢٠) لاعب، واستخدم المنهج الوصفي على عينة عمدية من لاعبي الجودو في المرحلة العمرية (١٢-١٤) وتم تصنيفهم إلى ثلاث فئات وزنية هي الخفيفة، المتوسطة، الثقيلة، وتوصل الباحثان إلى صلاحية الاختبارات ومعايرها وتقديراتها لقياس اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت الأرضي Special Judo Fitness Test in Ground / Grappling Techniques "SJFTG" (خلفا – أماماً – جانباً) خلال (٢٠ث) طبقا لفئات المجموعات الوزنية الثلاثة عينة البحث من ناشئ رياضة الجودو في المرحلة العمرية من ١٢ – ١٤سنة، وأظهرت نتائج الدراسة الفروق بين مستويات أداء الناشئين في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت الأرضي (خلفا – أماماً – جانباً) خلال (٢٠ث) قدرتها على تحديد مستوي اللاعب بالنسبة لمجموعة اللاعبين اللذين يقعون تحت درجة خام محددة كالتالي:

الاختبار الاول: الهروب خلفا خلال (٢٠ ث)

- أقل أداء للاعبي الاوزان الخفيفة هو (١٢م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء (١٧م) وتقديره ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان المتوسط هو من (٩) إلى(١٠م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١٣) إلى(١٤م) وتقديره ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان الثقيلة هو (٨م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١٣) إلى(١٤م) وتقديره ممتاز.

الاختبار الثاني: الهروب أماما خلال (٢٠ ث) :

- أقل أداء للاعبي الاوزان الخفيفة هو (٢٠ث) هي (١٠م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء (١٥م) وتقديرها ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان المتوسط هو من (٧) إلى(٨م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١١) إلى(١٣م) وتقديرها ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان الثقيلة هو (٦م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١١) إلى (١٣م) وتقديرها ممتاز.

(*) مدرس الجودو بقسم المنازلات والرياضات الفردية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا
(**) محاضر الجودو بكلية التربية الرياضية والمدير الفني لمنتخب جامعة طنطا للجودو.

الاختبار الثالث: الهروب جانبا خلال (٢٠ث) :

- أقل أداء للاعبي الاوزان الخفيفة هو (٥م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (٨) إلـــى (١٠م) وتقديره ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان المتوسط هو من (٢) إلى (٤م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء مـــن (٦) إلى(٨م) وتقديره ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان الثقيلة هو من (١) إلى (٢م) وتقديرها ضعيف، بينما كـــان أعلـــى أداء (٦م) وتقديره ممتاز.

– المئينات المستخرجة دلت على قدرتها على تحديد الوضع النسبي للاعب مقارنة باللاعبين أفراد مجموعتـــه الوزنية (الخفيفة– المتوسطة – الثقيلة) فى اختبارات اللياقة التخصصية الثلاثة للهروب من التثبيت الأرضـــي (خلفا – أماماً – جانباً) خلال (٢٠ث).

الكلمات الدالة: اوسايكومي– اختبارات اللياقة التخصصية الأرضية – ناشئ – جودو

Designing Special Fitness Tests for Escaping Osaikomi for Junior Judokas in Different Weight Categories (Light – Medium – Heavy)

Mahmoud E. Baioumy [(*)]
Ahmed M. Ghazy [(**)]

The current research aims to design three special fitness tests for escaping the Osaikomi in 20 sec (back – front – lateral) for junior judokas (12-14 years) to identify its standards and estimations for identifying differences in technical level and relative rank of each judoka in his/her weight category. Participants included three weight groups: light (less than 46 kg) (n=22), medium (less than 60 kg) (n=31) and heavy (over 60 kg) (n=20). The researchers used the descriptive approach. Results verified the validity of special judo fitness tests in ground / grappling techniques (SJFTG) (back – front – lateral) in 20 second for escaping osaikomi. Tests were able to identify differences among junior judokas according to the following row points:

First test: escaping backwards in (20) sec

- Least performance for light weight was (12 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (17 Meter) with "Excellent" as rank.
- Least performance for medium weight was (9-10 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (13-14 Meter) with "Excellent" as rank.
- Least performance for heavy weight was (8 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (13-14 Meter) with "Excellent" as rank

Second test: escaping forwards in (20) sec

- Least performance for light weight was (10 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (15 Meter) with "Excellent" as rank.
- Least performance for medium weight was (7-8 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (11-13 Meter) with "Excellent" as rank.
- Least performance for heavy weight was (8 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (13-14 Meter) with "Excellent" as rank

(*) Lecturer – Department of Individual and Combat Sports – Faculty of Physical Education – Tanta University.

(**) Lecturer of Judo –Head Coach of Tanta University Judo Team –Faculty of Physical Education – Tanta University

Third test: escaping sideways in (20) sec

- Least performance for light weight was (5 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (8-10 Meter) with "Excellent" as rank.
- Least performance for medium weight was (2-4 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (6-8 Meter) with "Excellent" as rank.
- Least performance for heavy weight was (1-2 Meter) with "Poor" as rank while highest performance was (6 Meter) with "Excellent" as rank

Concluded percentiles had the ability to identify relative rank for each judoka compared with his counterparts in weight category (Light – Medium – Heavy).

Key words: Osaikomi – junior judoka – ground special judo fitness tests

مقدمة البحث:

إنَّ لتوافر اللياقة الخاصة برياضة الجودو أهمِّيَتها الكبيرة حتى يستطيع اللاعب مواصلة مهام النزال ولتطوير الأداء المبارائى ولا يمكن الوصول لأعلى مستوى لتحقيق أفضل نتائج اعتماداً على القدرات المهارية فقط دون اكتساب اللياقة البدنية الخاصة بالجودو.

ويحتاج مدربوا رياضات المنازلات إلى جمع المعلومات المفيدة عن لاعبيهم لتساعدهم في توقع فرص النجاح والتفوق المستقبلي لهم (**Lidor, Melnik, Bilkevitz& Falk 2006**). ومن أكثر الطرق شيوعاً بين المدربين لجمع المعلومات هو استخدام الاختبارات البدنية والمهارية في المراحل المبكرة من تنمية الموهبة (**Brown 2001**).

وأصبحت الاختبارات التخصصية الأكثر استخداما في رياضات المستويات العليا والتي صممت لمحاكاة مواقف الأداء الرياضي الفعلى الأقصى (**Uljevic, Spasic, Sekulic 2013**). والرأي السائد أنَّ الاختبارات الخاصة بالرياضة هي الأكثر ملائمة من اختبارات اللياقة العامة ليس فقط لتقييم الأداء الرياضي الموجه للرياضيين الكبار وفقط (**Meckel, Machnai, Eliakim 2009**)، ولكن أيضًا في اختيار وتوجيه الرياضيين الناشئين (**Sattler et al. 2012**).

ورغم الانتشار الكبير لرياضة الجودو إلا أنَّها لاتزال بحاجة لاختبارات تخصصية حيث أنَّ هناك الكثير من الشكوك التي تحيط بالاختبارات التي تم تطويرها بالفعل من حيث المتغيرات قيد القياس في كل اختبار وما تمثله للاعب وأدائه، وهل يمكن اعتبار المتغيرات المشتقة من هذه الاختبارات مؤشرات للأداء في المباراة وهل يمكن استخدامها لضبط أثر التدريب (**Detanico,&Santos, 2012**). حيث تظهر مواقف المنافسة أهمِّيَة الحاجة للقدرات البدنية الخاصة بالجودو وسرعة إنتاجها في مسارها الحركي والزمني وفق ظروف ومواقف المباراة، حيث يتباين الأداء المهارى بين فنونَىَّ اللعب من أعلى والأرضي، والارتقاء باللياقة التخصصية للعب واقفا أو اللعب الأرضي لرياضة الجودو من المؤشرات التي يجب على مدرب الجودو الاهتمام بها ليستطيع تطوير الأداء المهارى والمبارائى للاعب لتحسين نتائجه.

وبعد مراجعة الباحثان للدراسات والمراجع العلمية اتضح وجود اختبار اللياقة التخصصية باستخدام فنون الرمىThrowing Techniques "ناجى وزا Nage-Waza" وله مؤشر محدد وهو اختبار اللياقة التخصصية للجودو(SJFT) Special judo fitness test وصممَه **(Strerkowitz,1995)** واستخدم كثيراً في البيئة الأجنبية كدراسة (**Franchini. et al,2009 ; Drid, et al,2012)** والبيئة المصرية كدراسة **(Baioumy & Ghazy,2015 ; Ghazy,et al,2016)**

وأنَّ مهارات التثبيت في اللعب الأرضي (١٣) مهارة. **(طرفة، ٢٠٠١، ص ص ٢٤٦-٢٦٦)**، ويذكر **(غازي، بيومي٢٠١٧، ص ص ١١٥-١١٦)** أن بعض الباحثين والمراجع العلمية ومواقع الجودو المتخصصة صنفوها (١١) مهارة ويظهر الخلاف بينهم في مهارتى(مونا جاتامية Muna Gatama، كاشيرا جاتاميةGatama Kashira) ويرجع ذلك للتغيير البسيط في شكل أداء المهارة فى وضع الذراع أو الصدر أو الجسم على الخصم نتيجة محاولة المهاجم احكام السيطرة على الخصم الذي يحاول الهروب من التثبيت.

ومن خلال قيام الباحثان بالبحث عن اختبارات للهروب من التثبيت لم يجدا على حد علمها اختبارات مقننة لفنون الأوساى وازا "Osae-Waza " أو الهروب من الاوسايكومى، لذلك قاما بالسعى لمحاولة توفير الوسائل اللازمة لقياس اللياقة التخصصية للهروب من اللعب الارضي وتحديد مستوياتها ومؤشراتها لمتابعة تقدمها خلال فترات البرامج التدريبية، حيث يحتاج لاعب الجودو إلى اللياقة التخصصية لفنون اللعب الأرضي GrapplingTechniques "كتامى وزا Katame-Waza" حتى يَسْتَطِيع الاستفادة من فرص الهجوم وسرعة الدفاع أثناء وضعية النزال الأرضي "نى وازا Ne Waza".

وممَّا يستدعى أهمَّية توفير اختبارات للهروب من التثبيت "الاسايكومى Oseakomi" بدء استخدام فنون التثبيت (أوساي وازا Osae-Waza) فى منافسات الجودو فى المرحل العمرية المبكرة للبراعم تحت (١٢، ١٣) والزهور تحت (١٤، ١٥) والناشئين تحت (١٦، ١٧) وفق شروط وتعليمات المنافسات (الاتحاد المصرى للجودو، التعليمات التفصيلية لأنشطة موسم ٢٠١٦/٢٠١٧).

ولاحظا الباحثان أنَّ اختيار لاعبى المشروع القومي للموهبة والبطل الاوليمبي بوزارة الشباب والرياضة المصرية لا يتم استخدام اى من الاختبارات التخصصية لفنون التثبيت أو اللعب الارضى رغم اهميتها فى مراحل الانتقاء التخصصى.

وعلى المدربين عند الحكم أو الاختيار التخصصى للموهبين الرياضيين مراعاة المتطلبات التخصصية البدنيه والمهارية التى يجب أن يمتلكها الناشئ **(طرفة، ٢٠٠١،**

ص٣٥٢)، خاصة قدرتهم البدنية التخصصية المرتبطة باللعب الأرضي للهروب من التثبيت حيث يعتبر التثبيت من المهارات الهجومية التي يمكن ان يؤديها اللاعب وتنهي المباراة خلال ٢٠ث من سيطرته على المنافس بالتثبيت، لذا ظهرت الحاجة الملحة لدراسة هذه المشكلة وسد الفراغ العلمي في هذا الجانب دعماً وتطويراً لرياضة الجودو بتصميم اختبارات يمكن للمدربين استخدامها خاصة أنَّ الكثير يستخدمها كتدريبات داخل الوحدة التدريبية تستطيع قياس اللياقة التخصصية للهروب من فنون التثبيت حتى يمكن متابعة وتقييم لياقتهم التخصصية، وأختار الباحثان البدء بتصميم اختبارات تستطيع قياس اللياقة التخصصية للهروب من الأوسايكومى بنفس الأداء والمسار الحركي للأداء الفعلي لما لها من أهمية في حفاظ اللاعب على النتائج التي حققها خلال اللعب واقفا ولعدم قدرة اللاعبين الناشئين على سرعة الهروب من هجوم المنافس لدخول إلى مرحلة التثبيت.

هدف البحث:

تصميم اختبارات تخصصية للهروب (خلفا – أماما – جانبا) خلال (٢٠ث) من الأوسايكومى لناشئ رياضة الجودو في فئات المجموعات الوزنية الثلاثة (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) والتعرف على:

- صدق وثبات اختبارات اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة للهروب من اللعب الأرضي طبقا لفئات المجموعات الوزنية قيد البحث.
- مستويات تقدير اللاعبين لتحديد مدى تقدم اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة للهروب من اللعب الأرضي طبقا لفئات المجموعات الوزنية قيد البحث.

تساؤلات البحث:

- ما صلاحية اختبارات اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة للهروب من اللعب الأرضي طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث؟
- ما مؤشرات تقدير مستوى اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة للهروب من اللعب الأرضي طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث؟

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

شمل مجتمع البحث ناشئي الجودو بمنطقة الغربية للجودو للمرحلة العمرية (١٢-١٤) سنة والمقيدون بسجلات الاتحاد المصري للجودو الموسم ٢٠١٦/٢٠١٧ والبالغ عددهم (٩٠) ناشئ.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من مجتمع البحث من لاعبي الجودو في المرحلة العمرية قيد البحث لعدد (٧٣) لاعب حيث شكلوا نسبة (٨١,١١١٪) من مجتمع البحث وذلك من أندية محافظة الغربية لاستخدامهم في إجراءات التقنين لاختبارات الهروب من الاوسايكومى، ويوضح جدول (١) التوصيف العددي لمجتمع وعينة البحث.

جدول (١)

التوصيف العددي لمجتمع وعينة البحث

إجمالي مجتمع البحث	عدد الأندية	الاندية	توزيع العينة على الفئات الوزنية			عدد عينة البحث	النسبة المئوية للعينة من المجتمع	عدد اللاعبين المستبعدين
			الخفيفة	المتوسطة	الثقيلة			
(٩٠) ناشئ	٦	م.ش سبرباى	٢	٥	٢	٩	١٠,٠٠٠	٠
		نادى طنطا	٣	٥	٣	١١	١٢,٢٢٢	٤
		نادي السكة الحديد	٣	٣	٢	٨	٨,٨٨٩	٢
		نادى ٢٣ يوليو	٥	٩	٦	٢٠	٢٢,٢٢٢	٦
		بلدية المحلة	٥	٦	٤	١٥	١٦,٦٦٧	٣
		غزل المحلة	٤	٣	٣	١٠	١١,١١١	٢
الاجمالي			٢٢	٣١	٢٠	٧٣	١٠٠,٠٠	١٧

يتضح من جدول (١) أنه تم تصنيف عينة البحث إلى ثلاث فئات وزنية هي الخفيفة وعددها (٢٢) لاعب، المتوسطة وعددها (٣١) لاعب، الثقيلة وعددها (٢٠) لاعب، كما تم استبعاد (١٧) لاعب من اجراء القياسات لعدم اشتراكهم مع انديتهم في نشاط أخر ثلاث مواسم للمرحلة العمرية قيد البحث.

شروط اختيار عينة البحث:

- العمر التدريبي للعينة لا يقل عن (٣) أعوام.
- القيد بسجلات الاتحاد المصري للجودو.
- الاشتراك في منافسات الاتحاد المصري للجودو خلال اخر ثلاث مواسم.

اسباب اختيار الباحث هذه العينة :

- مناسبة المرحلة العمرية لتطبيق البحث.
- توافر الاعداد المناسبة من اللاعبين في المرحلة السنية قيد البحث.
- تعاون المسئولون بالهيئات الرياضية المسجل بها اللاعبين وتطبيق البحث.
- اعتدالية بيانات العينة في معدلات دلالات النمو واختبارات اللياقة التخصصية للهـروب من الاوسايكومي كما هو موضح بجداول (٢)، (٣)، (٤)

جدول (٢)

الدلالات الإحصائية لأفراد عينة البحث (لاعبي الاوزان الخفيفة)

في المتغيرات الاساسية لبيان اعتدالية البيانات

ن=٢٢

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفلطح	الالتواء
	معدلات دلالات النمو						
١	السن	سنة/شهر	١٣,٢٢٧	١٣,٤٥٠	٠,٦٠٣	-١,٤٩٢	-٠,٣٤٣
٢	الوزن	كجم	٣٩,٥٧٠	٣٩,٠٠٠	٤,٢٠٤	-٠,١٢٢	-٠,٥٨٤
٣	الطول	سم	١٥٢,٢٢٧	١٥٤,٠٠٠	٩,٦٩٥	-١,٤٧٩	٠,٠٢٨
٤	العمر التدريبي	سنة/شهر	٣,٨٨٦	٤,٠٠٠	٠,٩٥٠	١,٣٥٠	٠,٩٦١
	اختبارات اللياقة التخصصية						
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	متر	١٤,٧٢٧	١٥,٠٠٠	١,٥١٨	-٠,٩٠٠	-٠,٣٨٩
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	متر	١٢,٥٠٠	١٢,٥٠٠	١,٦٥٥	-١,١٥٣	٠,٠٠٠
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	متر	٦,٨٦٤	٦,٠٠٠	١,٣٩٠	٠,٤٤٨	٠,٩٥٨

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = ٠,٤٩١

حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٩٦٢

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد عينة البحث (لاعبي الاوزان الخفيفة) في المتغيرات الاساسية قيد البحث ويتضح ان قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (±٣) وهي اقل من حد معامل الالتواء مما يشير إلى اعتدالية البيانات وتماثل المنحنى الاعتدالي، ويعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية.

جدول (٣)
الدلالات الإحصائية لأفراد عينة البحث (لاعبي الاوزان المتوسطة)
في المتغيرات الاساسية لبيان اعتدالية البيانات

ن=٣١

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفلطح	الالتواء
	معدلات دلالات النمو						
١	السن	سنة/شهر	١٣,٢٤٢	١٣,٢٠٠	٠,٥٣١	-٠,٢٥٢	-٠,٦٤١
٢	الوزن	كجم	٥٢,٦٥٨	٥٣,٠٠٠	٣,٧٧٩	-٠,٦٦٠	٠,١٦٣
٣	الطول	سم	١٥٨,٠٣٢	١٥٨,٠٠٠	٦,٠٩١	-٠,٠٣٤	٠,٥١٠
٤	العمر التدريبي	سنة/شهر	٣,٩١٠	٤,٠٠٠	٠,٧٨٠	١,٣٠٤	٠,٢٤٤
	اختبارات اللياقة التخصصية						
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	متر	١١,٦٧٧	١٢,٠٠٠	١,٠١٣	٠,٧٩١	-٠,١٠٩
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	متر	٩,٩٦٨	١٠,٠٠٠	١,٣٧٨	٠,٣٥٥	٠,٥٥٢
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	متر	٥,١٩٤	٥,٠٠٠	١,٠٧٨	١,٧١٣	-٠,٥٨٢

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء= ٠,٤٢١

حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٨٢٤

يوضح جدول (٣) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد عينة البحث (لاعبي الاوزان المتوسطة) في المتغيرات الاساسية قيد البحث ويتضح ان قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (±٣) وهي أقل من حد معامل الالتواء مما يشير إلى اعتدالية البيانات وتماثل المنحنى الاعتدالي، ويعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية.

جدول (٤)
الدلالات الإحصائية لأفراد عينة البحث (لاعبي الاوزان الثقيلة)
في المتغيرات الاساسية لبيان اعتدالية البيانات

ن=٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفلطح	الالتواء
	معدلات دلالات النمو						
١	السن	سنة/شهر	١٣,٤٦٧	١٣,٦٠٠	٠,٤٤٢	٠,٥٣٦	-١,٠٢١
٢	الوزن	كجم	٧٤,٥٣٩	٧١,٨٥٠	١٢,٠٠٧	٢,٠٣٩	١,٠٤٠
٣	الطول	سم	١٥٩,٣٨٩	١٦٠,٠٠٠	٥,٤٤٦	-١,٣٨٣	-٠,٣٤٤
٤	العمر التدريبي	سنة/شهر	٣,٦٦٧	٣,٢٥٠	٠,٩٥٥	-٠,٥٧٥	٠,٤٨٨
	اختبارات اللياقة التخصصية						
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	متر	١٠,٩٤٤	١١,٠٠٠	١,٧٩٨	-٠,٢٩٧	-٠,٦٥٩
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	متر	٩,٠٠٠	٩,٠٠٠	١,٩٤٠	-٠,٢٥٣	٠,٢١٧
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	متر	٤,٠٥٦	٤,٠٠٠	١,٥٥٢	-٠,١٢٢	-٠,٧٤١

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء= ٠,٥٣٦

حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٠٥١

يوضح جدول (٤) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد عينة البحث (لاعبي الاوزان الثقيلة) في المتغيرات الاساسية قيد البحث ويتضح ان قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (±٣) وهي أقل من حد معامل الالتواء مما يشير إلى اعتدالية البيانات وتماثل المنحنى الاعتدالي، ويعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية.

مجالات البحث:

المجال البشرى: لاعبي الجودو الناشئين في المرحلة العمرية (١٢-١٤) سنة بفرع الغربية للجودو.

المجال الزماني: الموسم الرياضي ٢٠١٦/٢٠١٧م.

المجال المكاني: صالة الجودو بالهيئات والاندية بمنطقة الغربية للجودو.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

استند الباحثان في جمع البيانات والمعلومات المرتبطة بالاختبارات قيد البحث إلىما يلي:

- **المسح المرجعي:** قام الباحثان في حدود ما توصلا إليه الاطلاع على المؤلفات العلمية والدراسات المرجعية العربية والأجنبية والاتصال بشبكة المعلومات الدولية للتعرف على اختبارات مهارية تقيس الهروب من "الاسايكومى Oseakomi" فلم يجدا أي اختبارات مقننة على أساس علمي للهروب من التثبيت الأرضي.
- **طرح سؤال على بوابة الباحثين ريسيرش جات** "https://www.researchgate.net والاستفاد من اجابة "مايك كالينCallan Mike"[١] وبحثه عن القيمة الاجرائية لتحركات النى وازا (براديك وكالان2016 Bradić, Callan).
- **الاطلاع على محتويات السمينارات:** التدريبية والتحكيمية للاتحاد الدولى للجودو المعروضة على موقع اليوتيوب، والاطلاع المحتويات التدريبية والتعليمية لمدرسة الكودوكان وغيرها من قنوات الجودو الموجودة على موقع اليوتيوب والتى أفادت الباحث كثيرا فى التوصل لشكل أداء اختبارات الهروب من الاوسايكومى والذي يمثل هدف البحث الحالي.
- **مقابلة خبراء رياضة الجودو من أعضاء هيئة التدريس وأساتذة الجودو** بكليات التربية الرياضية فى بطولة الجامعات المصرية للجودو العام الجامعى ٢٠١٦/٢٠١٧ ـــ لدورة الشهيد الرفاعى (٤٤) ـــ التي أقيمت بجامعة عين شمس بالقاهرة لعرض فكرة الاختبارات التى أعدها الباحثان لقياس قدرة لاعب الجودو التخصصية على الهروب من الاوسايكومى وأبدوا عليها رأيهم فيها والموافقة عليها.

---

[١] جامعة مانشستر بانجلترا " Department of Sport University of Chichester"

- **الأدوات المستخدمة:** صالة تدريب جودو – بساط جودو – شريط لاصق عريض – شريط قياس– ساعة إيقاف.
- **الاستمارات:**
  - استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم اختبارات الهروب من الاوسايكومى.
  - استمارة تسجيل بيانات اللاعبين ونتائج الاختبارات.

الدراسات الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الاولي:

تم عرض الاختبارات على السادة الخبراء في مجال رياضة الجودو من المدربين والتي تزيد خبرتهم عن ١٠سنوات مرفق (٣) لتحديد مناسبتها لهدف البحث والمرحلة السنية (١٢– ١٤) سنة قيد البحث وقد أسفرت نتيجة استطلاع الرأي كما ما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٥)

النسب المئوية لأراء السادة الخبراء في مجال رياضة الجودو لتحديد أهم اختبارات الهروب المرتبطة بالمرحلة السنية سنة قيد البحث

ن=٨

م	الاختبار	موافق		غير موافق		الوزن النسبي	الأهمية النسبية
		عدد	نسبة مئوية	عدد	نسبة مئوية		
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	٨	١٠٠٪	٠,٠٠	٠,٠٠	٨	١٠٠٪
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	٥	١٠٠٪	٠,٠٠	٠,٠٠	٥	١٠٠٪
٣	الهروب جانباً خلال (٢٠ث)	٧	١٠٠٪	٠,٠٠	٠,٠٠	٧	١٠٠٪
٤	الهروب من سيطرة المهاجم الأسايكومى خلال (٢٠ث)	٤	٥٠٪	٤	٥٠٪	٤	٥٠٪
٥	اختبار الكوبري	٥	٦٢,٥٪	٣	٣٧,٥٪	٥	٦٢,٥٪

ومن خلال نتائج جدول (٥) ارتضى الباحث نسبة موافقة ١٠٠٪ لقبول الاختبار لذا فقد تم قبول ثلاث اختبارات.

ويوضح الباحثان فيما يلي شرح مبسط للاختبارات المقترحة للياقة التخصصية للهروب من الاوسايكومى قيد البحث:

حيث قام الباحثان بعد فترة وافية من البحث والاطلاع والاستفادة من رأى الخبراء إلى تحديد اختبارات الهروب من الاوسايكومى هدف البحث فى ثلاثة اختبارات تقيس الهروب من الاوسايكومى وفق الطرق المتاحة والمستخدمة للهروب والتي شملت الاتجاهات التى يستخدمها اللاعب فى الهروب وهي الهروب من أسفل التورى للخلف أو للأمام أو للجانب واستخدم الباحث زمن (٢٠) ثانية أداء لكل اختبار وهو أقصى زمن للاوسايكومى للحصول على ايبون بمباريات الجودو والاختبارات موضحة كالتالى:

١- الاختبار الأول: الهروب من الاوسايكومى خلفاً خلال (٢٠ث) (مرفق ٥):

غرض الاختبار: قياس قدرة لاعب الجودو على الهروب من الاوسايكومى خلفاً من رقود القرفصاء بتبادل الدفع بالقدمين وثنى ومد الجذع على الجانبين (الأداء يشابه دفع التورى أماماً لهروب الاوكى خلفاً).

وصف الأداء: عند سماع مؤدى الاختبار استعد ينزنل بداية منطقة اللعب للبساط فى وضع (رقود قرفصاء) القدمين بداية منطقة اللعب للبساط والرأس للداخل. وعند سماع المؤدى "هاجيمىHajime" يبدأ سريعاً بالدفع بالقدمين للبساط مع ثنى الجذع (للتكور) على الجانب الأيمن لتيحرك خلفاً ثم مد الجذع مع ثنى الركبتن نصفا ثم الدفع بالقدمين للتحرك خلفاً مع ثنى الجذع على الجانب الايسر بالتبادل طول منطقة اللعب (٨-١٠) متر زمن الاختبار.

٢- الاختبار الثانى: الهروب من الاوسايكومى أماماً خلال (٢٠ث) (مرفق ٥):

غرض الاختبار: قياس قدرة لاعب الجودو على الهروب من الاوسايكومى أماماً من رقود القرفصاء بتبادل ثنى ومد الجذع سريعا على الجانبين مع السند بالقدم العكسية للجانب المثنى لسحب الجسم أماماً (الأداء يشابه دفع "التورى" خلفاً ليهرب الأوكى أماماً).

وصف الأداء: عند سماع مؤدى الاختبار استعد ينزنل بداية منطقة اللعب للبساط فى وضع (رقود قرفصاء) الرأس بداية منطقة اللعب وباقى الجسم داخل منطقة اللعب. وعند سماع المؤدى "هاجيمىHajime" يبدأ سريعاً ثنى الجذع قليلاًعلى الجنب الأيمن ثم مده سريعاً مع السند على القدم اليسرى مع لف الجذع على المحور الرأسى للدوران على الجنب الايسر ثم ثنى قليل للجذع فمده سريعاً مع السند على القدم اليمنى بالتبادل لتيحرك المؤدى أماماً قاطعاً منطقة اللعب (٨-١٠) متر زمن الاختبار.

٣- الاختبار الثالث: الهروب من الاوسايكومى للجانب خلال (٢٠ث) (مرفق٥):

غرض الاختبار: قياس قدرة لاعب الجودو على الهروب من الاوسايكومى جانباً من رقود القرفصاء اليدين مثنيه والقدمين مرفوعه عن البساط والميل على الجانب قليلا وتبادل حركة الذراعين المنثنية جانباً عكسياً مع الرجلين المنثنيه (حركة بندولية) مع قبض وبسط عضلات المركز للإزاحة بالجسم والتحرك جانباً.

وصف الأداء: عند سماع مؤدى الاختبار استعد ينزنل بداية منطقة اللعب لبساط الجودو وضع [رقود قرفصاء] مواجه خط بداية الاختبار ومنطقة باللعب بالجانب. وعند سماع المؤدى "هاجيمىHajime" يقوم سريعاً بالميل قليلا على الجانب المقابل مسافة الاختبار ويبدأ بتبادل حركة الذراعين المنثنية والرجلين المرفوعه عن البساط عكسياً (حركة بندولية) مع قبض وبسط عضلات المركز للقفز بالجسم والتحرك جانباً طول منطقة اللعب (٨-١٠) متر زمن الاختبار.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

تم إجراء هذه الدراسة يوم ٢٠١٧/٤/٧ على عينة مكونة من ١٠ لاعبين من مجتمع البحث حيث هدفت إلى التأكد من توافر الإمكانات المساعدة على تطبيق الاختبارات بالصالات المطبق بها تجربة البحث من حيث بساط الجودو والمسافة اللازمة للإجراء الاختبارات، ومراجعة ترتيب إجراءات الاختبارات قيد البحث، تجربة الاختبارات المقترحة قيد البحث ومعرفة مدى مناسبتها للمرحلة العمرية قيد البحث.

وأسفرت نتائج هذه الدراسة عن التأكد من توافر التجهيزات بصالات الجودو بالأندية، وترتيب اجراء الاختبارات، تم التأكد من أن الاختبارات المقترحة قيد البحث مناسبة لطبيعة المرحلة العمرية حيث قام أفراد عينه الدراسة الاستطلاعية بإجراء الاختبارات المقترحة دون أي صعوبة مما توافر لدى الباحث إمكانية تطبيق هذه الاختبارات على أفراد عينه البحث الأساسية.

خطوات اجراء القياسات:

أجريت قياسات البحث فى الفترة من ٢٠١٧/٤/١٢ حتى ٢٠١٧/٥/٥:

- تم اجراء القياسات للاختبارات قيد البحث بعد الموافقة والتنسيق مع منطقة الغربية للجودو والهيئات الرياضية ومدربي الأندية على اجراء الاختبارات على عينة البحث بكل نادي كما هو موضح بجدول (١).
- تم اجراء الاختبارات طبقا لتعليماتها وبشكل تنافسي بين اللاعبين والتأكيد على اللاعبين على البدء في الاختبار عن سماع صافرة البداية والثبات في المكان عند سماع صافرة نهاية وقت الاختبار حتى يتم قياس المسافة التي وصل اليها كل لاعب وتسجيلها بمساعدة المساعدين
- مراقبة الباحثين لأداء اللاعبين للاختبار، تم إعطاء راحة بين كل اختبار ١٥ق.
- قام الباحثين بمراعاة تثبيت ترتيب اجراءات الاختبارات على عينة البحث بكل نادي بحث يبدأ باختبار الهروب خلفا ثم اختبار الهروب أماماً وينتهي باختبار الهروب جانباً.
- جمع بيانات الاختبارات: قام الباحثان بجمع وجدولة بيانات الاختبار في ملف Excel وذلك تمهيدا لمعالجتها احصائيا.

المعالجات الإحصائية:

قام الباحثان بمعالجات بيانات الاختبارات الثلاثة إحصائيا من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS) باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي – الوسيط – الانحراف المعياري – التفلطح – الالتواء
- معامل ايتا٢ – قيمة (ت) – معامل الارتباط – النسبة المئوية (٪)
- الدرجة الزائية (z) Z- scores – الدرجة التائية(t) T- scores – الرتبة المئينية Percentile Ranks

عرض ومناقشة النتائج:

عرض النتائج:

(أ) المعاملات العلمية للاختبارات الثلاثة:

١- حساب معامل الصدق للاختبارات الثلاثة للاعبي الاوزان (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث:

لتأكد من صدق الاختبارات قام الباحثان بحساب صدق المقارنة الطرفية للتأكد من قدرة الاختبارات على التميز بين أداء اللاعبين للاختبارات، واستخدم الباحثان طريقة المقارنة الطرفية، حيث قاما بتطبيق الاختبارات على عينة قوامها (٢٠) لاعب للأوزان الخفيفة، (٢٠) لاعب للأوزان المتوسطة، (٢٠) لاعب للأوزان الثقيلة من عينة البحث الاساسية. تم ترتيب درجاتهم ترتيبا تنازليا، وتم الحصول على أعلى ٢٥٪ من درجات أفراد العينة على الاختبارات الثلاثة وأدنى٢٥٪ من درجاتهم على نفس الاختبارات، وبذلك أصبح لدى الباحثان مجموعتين (مجموعة الارباعي الأعلى ومجموعة الارباعي الأدنى)، لإيجاد دلالة الفروق للدلالة عن الصدق للاختبارات، وجدول (٩) أوضح نتائج الصدق للأوزان الخفيفة، وجدول (١٠) أوضح نتائج الصدق للأوزان المتوسطة، وجدول (١٠) أوضح نتائج الصدق للأوزان الثقيلة كالتالي:

جدول (٦)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى للاعبي الاوزان الخفيفة في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	اختبارات اللياقة التخصصية	الارباعى الأعلى ن=٥		الارباعى الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا٢	معامل الصدق
		س	±ع	س	±ع				
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	١٦,٢٠٠	٠,٨٣٧	١٢,٨٠٠	٠,٤٤٧	٣,٤٠٠	٨,٠١٤	٠,٨٨٩	٠,٩٤٣
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	١٤,٤٠٠	٠,٨٩٤	١٠,٦٠٠	٠,٥٤٨	٣,٨٠٠	٨,١٠٢	٠,٨٩١	٠,٩٤٤
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	٨,٦٠٠	١,٣٤٢	٥,٨٠٠	٠,٤٤٧	٢,٨٠٠	٤,٤٢٧	٠,٧١٠	٠,٨٤٣

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٣٠٦

يتضح من جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان الخفيفة، كما يتضح حصول الاختبار على قوة تأثير وصدق عالية.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى للاعبي الاوزان المتوسطة في اختبارات اللياقة التخصصية لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	اختبارات اللياقة التخصصية	الارباعى الأعلى ن=٥		الارباعى الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا٢	معامل الصدق
		س	±ع	س	±ع				
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	١٣,٠٠٠	٠,٧٠٧	١٠,٨٠٠	٠,٤٤٧	٢,٢٠٠	٥,٨٨٠	٠,٨١٢	٠,٩٠١
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	١١,٨٠٠	١,٣٠٤	٨,٤٠٠	٠,٨٩٤	٣,٤٠٠	٤,٨٠٨	٠,٧٤٣	٠,٨٦٢
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	٦,٤٠٠	٠,٨٩٤	٤,٤٠٠	٠,٤٣٥	٢,٠٠٠	٤,٥٣٦	٠,٧٢٠	٠,٨٤٩

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٣٠٦

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان المتوسطة، كما يتضح حصول الاختبار على قوة تأثير وصدق عالية.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى للاعبي الاوزان الثقيلة في اختبارات اللياقة التخصصية لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	اختبارات اللياقة التخصصية	الارباعى الاعلى ن=٥		الارباعى الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا٢	معامل الصدق
		س	±ع	س	±ع				
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	١٢,٨٠٠	٠,٨٣٧	٨,٦٠٠	١,٣٤٢	٤,٢٠٠	٥,٩٤٠	٠,٨١٥	٠,٩٠٣
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	١١,٤٠٠	١,٣٤٢	٦,٨٠٠	٠,٤٤٧	٤,٦٠٠	٧,٢٧٣	٠,٨٦٩	٠,٩٣٢
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	٥,٤٠٠	٠,٨٩٤	٢,٢٠٠	٠,٨٣٧	٣,٢٠٠	٥,٨٤٢	٠,٨١٠	٠,٩٠٠

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥= ٢,٣٠٦

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان الثقيلة قيد البحث، كما يتضح حصول الاختبار على قوة تأثير وصدق عالية.

٢- حساب معامل الثبات للاختبارات الثلاثة للاعبي الاوزان (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث:

تم حساب معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه على عينة (٢٠) لاعب وزن خفيف، (٢٠) لاعب وزن متوسط، (٢٠) لاعب وزن ثقيل، من مجتمع الدراسة من لاعبي الجودو وتم تطبيق الاختبارات على نفس العينة الاستطلاعية بفارق زمنى أسبوع من التطبيق الأول وهذا ما يتفق مع ما أشار الية كل من **(فرج. ٢٠١٧، ص٣٤٧؛ رضوان.**

٢٠١١، ص ٩٨؛ حسانين. ٢٠٠٤، ص ١٤٩)، وجدول (٩) أوضح نتائج الثبات للأوزان الخفيفة، وجدول (١٠) أوضح نتائج الثبات للأوزان المتوسطة، وجدول (١٠) أوضح نتائج الثبات للأوزان الثقيلة كالتالي:

جدول (٩)

معامل الارتباط بين التطبيق واعادة التطبيق في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان الخفيفة لبيان معامل الثبات

ن=٢٠

م	اختبارات اللياقة التخصصية	التطبيق		اعادة التطبيق		معامل الارتباط
		س	±ع	س	±ع	
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	١٤,٦٥٠	١,٥٣١	١٤,٨٠٠	١,٣٦١	٠,٩٤٩
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	١٢,٤٥٠	١,٧٣١	١٢,٥٥٠	١,٧٠١	٠,٩٦٦
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	٦,٧٥٠	١,٢٥١	٦,٨٥٠	١,٢٦٨	٠,٩٧٠

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح جدول (٩) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق واعادة التطبيق (اعادة تطبيق الاختبار) في متغير اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان الخفيفة قيد البحث لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠,٠٥، مما يشير إلى ثبات الاختبارات.

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين التطبيق واعادة التطبيق في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان المتوسطة لبيان معامل الثبات

ن=٢٠

م	اختبارات اللياقة التخصصية	التطبيق		اعادة التطبيق		معامل الارتباط
		س	±ع	س	±ع	
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	١١,٤٥٠	٠,٩٩٧	١١,٥٥٠	١,٠٥٠	٠,٩٠٦
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	٩,٦٠٠	١,١٤٢	٩,٦٥٠	١,١٣٧	٠,٩٨١
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	٥,١٠٠	١,٠٧١	٥,١٥٠	١,٠٨٩	٠,٩٧٩

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح جدول (١٠) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق واعادة التطبيق (اعادة تطبيق الاختبار) في متغير اختبارات اللياقة التخصصية قيد البحث لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير إلى ثبات الاختبارات.

جدول (١١)

معامل الارتباط بين التطبيق واعادة التطبيق في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان الثقيلة لبيان معامل الثبات

ن=٢٠

م	اختبارات اللياقة التخصصية	التطبيق		اعادة التطبيق		معامل الارتباط
		س	±ع	س	±ع	
١	الهروب خلفا خلال (٢٠ث)	١٠,٧٥٠	١,٧١٢	١٠,٨٥٠	١,٥٩٨	٠,٩٦٦
٢	الهروب أماما خلال (٢٠ث)	٨,٦٥٠	١,٦٤٢	٨,٨٠٠	١,٦٣٢	٠,٩٢١
٣	الهروب جانبا خلال (٢٠ث)	٤,٠٠٠	١,٥٩٧	٤,١٠٠	١,٤١٩	٠,٩٥٩

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح جدول (١١) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق واعادة التطبيق (اعادة تطبيق الاختبار) في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان الثقيلة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير إلى ثبات الاختبارات.

(ب) نتائج مؤشرات تقدير مستوى اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة للاعبي الاوزان (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث:

الاختبار الاول: اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة):

(١) اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) للاوزان الخفيفة:

جدول (١٢)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات لاعبي الاوزان الخفيفة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث)

ن=٢٢

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	١٢	٢	١,٧٩٧-	٣٢,٠٢٩	٦,٨٢٠
٢	١٣	٤	١,١٣٨-	٣٨,٦١٨	٢٠,٤٥٠
٣	١٤	٢	٠,٤٧٩-	٤٥,٢٠٨	٣٤,٠٩٠
٤	١٥	٦	٠,١٨٠	٥١,٧٩٧	٥٢,٢٧٠
٥	١٦	٦	٠,٨٣٩	٥٨,٣٨٧	٧٩,٥٥٠
٦	١٧	٢	١,٤٩٨	٦٤,٩٧٦	٩٧,٧٣٠
	المجموع	٢٢			

يتضح من جدول (١٢) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (١٢ إلى ١٧) درجة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث).

جدول (١٣)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين في كل تقدير للاعبي الأوزان الخفيفة لاختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	١٢	٢	٩,٠٩٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	١٣ -١٤	٦	٢٧,٢٧٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	١٥	٦	٢٧,٢٧٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	١٦	٦	٢٧,٢٧٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	١٧	٢	٩,٠٩٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (١٣) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان الخفيفة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

(٢) اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) للاوزان المتوسطة :

جدول (١٤)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات للاعبي الاوزان المتوسطة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث)

ن=٣١

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	٩	١	-٢,٦٤٤	٢٣,٥٦٥	٣,٢٣
٢	١٠	١	-١,٦٥٦	٣٣,٤٣٨	٦,٤٥
٣	١١	١٢	-٠,٦٦٩	٤٣,٣١٢	٢٧,٤٢
٤	١٢	١١	٠,٣١٩	٥٣,١٨٥	٦٤,٥٢
٥	١٣	٥	١,٣٠٦	٦٣,٠٥٨	٩٠,٣٢
٦	١٤	١	٢,٢٩٣	٧٢,٩٣٢	١٠٠,٠٠
	المجموع	٣١			

يتضح من جدول (١٤) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٩ إلى ١٤) درجة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث).

جدول (١٥)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين في كل تقدير للاعبي الاوزان المتوسطة لاختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	٩-١٠	٢	٦,٤٥٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	١١	١٢	٣٨,٧١٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	٠	٠	٠,٠٠٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	١٢	١١	٣٥,٤٨٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	١٣-١٤	٦	١٩,٣٥٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (١٥) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان المتوسطة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

(٣) اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) للاوزان الثقيلة :

جدول (١٦)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات للاعبي الاوزان الثقيلة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	٨	٤	-١,٦٣٨	٣٣,٦٢٢	١٣,٨٩
٢	١١	٧	٠,٠٣١	٥٠,٣٠٩	٤١,٦٧
٣	١٢	٧	٠,٥٨٧	٥٥,٨٧١	٧٥,٠٠
٤	١٣	١	١,١٤٣	٦١,٤٣٤	٩٤,٤٤
٥	١٤	١	١,٧٠٠	٦٦,٩٩٦	١٠٠,٠٠
	المجموع	٢٠			

يتضح من جدول (١٦) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٨ إلى ١٤) درجة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث).

جدول (١٧)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين في كل تقدير للاعبي الاوزان الثقيلة لاختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	٨	٤	٢٠,٠٠٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	٠	٠	٠,٠٠٪	أعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	١١	٧	٣٥,٠٠٪	أعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	١٢	٧	٣٥,٠٠٪	أعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	١٣-١٤	٢	١٠,٠٠٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (١٧) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان الثقيلة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

الاختبار الثاني: اختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث) طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة):

(١) اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) للاوزان الخفيفة:

جدول (١٨)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات لاعبي الاوزان الخفيفة في اختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث)

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	١٠	٣	١,٥١١-	٣٤,٨٩٢	٩,٠٩٠
٢	١١	٤	٠,٩٠٧-	٤٠,٩٣٥	٢٥,٠٠٠
٣	١٢	٤	٠,٣٠٢-	٤٦,٩٧٨	٤٣,١٨٠
٤	١٣	٤	٠,٣٠٢	٥٣,٠٢٢	٦١,٣٦٠
٥	١٤	٤	٠,٩٠٧	٥٩,٠٦٥	٧٩,٥٥٠
٦	١٥	٣	١,٥١١	٦٥,١٠٨	٩٥,٤٥٠
	المجموع	٢٢			

يتضح من جدول (١٨) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (١٠ إلى ١٥) درجة في اختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث)

جدول (١٩)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين في كل تقدير للاعبي الاوزان الخفيفة لاختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	١٠	٣	١٣,٦٣٦٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	١١	٤	١٨,١٨٢٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	١٢	٤	١٨,١٨٢٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	١٣-١٤	٨	٣٦,٣٦٤٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	١٥	٣	١٣,٦٣٦٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (١٩) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان الخفيفة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

(٢) اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) للاوزان المتوسطة :

جدول (٢٠)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات للاعبي الاوزان المتوسطة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث)

ن=٣١

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	٧	١	-٢,١٥٤	٢٨,٤٦٤	٣,٢٢٦
٢	٨	١	-١,٤٢٨	٣٥,٧٢١	٦,٤٥٢
٣	٩	١١	-٠,٧٠٢	٤٢,٩٧٧	٢٥,٨٠٦
٤	١٠	١٠	٠,٠٢٣	٥٠,٢٣٤	٥٩,٦٧٧
٥	١١	٣	٠,٧٤٩	٥٧,٤٩١	٨٠,٦٤٥
٦	١٢	٣	١,٤٧٥	٦٤,٧٤٨	٩٠,٣٢٣
٧	١٣	٢	٢,٢٠٠	٧٢,٠٠٥	٩٨,٣٨٧
	المجموع	٣١			

يتضح من جدول (٢٠) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٧ إلى ١٣) درجة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث).

جدول (٢١)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين فى كل تقدير لاختبار للاعبي الاوزان المتوسطة الهروب أماما خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	٧-٨	٢	٦,٤٥٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	٩	١١	٣٥,٤٨٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	١٠	١٠	٣٢,٢٦٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	٠	٠	٠,٠٠٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	١١-١٣	٨	٢٥,٨١٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (٢١) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان المتوسطة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

(٣) اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) للاوزان الثقيلة:

جدول (٢٢)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات للاعبي الاوزان الثقيلة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث)

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	٦	٢	-١,٥٤٦	٣٤,٥٣٨	٨,٣٣
٢	٧	٣	-١,٠٣١	٣٩,٦٩٢	٢٢,٢٢
٣	٨	١	-٠,٥١٥	٤٤,٨٤٦	٣٣,٣٣
٤	٩	٦	٠,٠٠٠	٥٠,٠٠٠	٥٠,٠٠
٥	١٠	٥	٠,٥١٥	٥٥,١٥٤	٧٥,٠٠
٦	١١	١	١,٠٣١	٦٠,٣٠٨	٨٨,٨٩
٧	١٢	١	١,٥٤٦	٦٥,٤٦٢	٩٤,٤٤
٨	١٣	١	٢,٠٦٢	٧٠,٦١٦	١٠٠,٠٠
	المجموع	٢٠			

يتضح من جدول (٢٢) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٦ إلى ١٣) درجة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث).

جدول (٢٣)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين فى كل تقدير للاعبي الاوزان الثقيلة لاختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	٦	٢	١٠,٠٠٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	٧-٨	٤	٢٠,٠٠٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	٩	٦	٣٠,٠٠٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	١٠	٥	٢٥,٠٠٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	١١-١٣	٣	١٥,٠٠٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (٢٣) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان الثقيلة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

الاختبار الثالث :اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة)

(١) اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) للاوزان الخفيفة :

جدول (٢٤)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات لاعبي الاوزان الخفيفة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	٥	٢	-١,٣٤٠	٣٦,٥٩٥	٦,٨٢٠
٢	٦	١٠	-٠,٦٢١	٤٣,٧٨٨	٣٤,٠٩٠
٣	٧	٣	٠,٠٩٨	٥٠,٩٨١	٦٣,٦٤٠
٤	٨	٥	٠,٨١٧	٥٨,١٧٤	٨١,٨٢٠
٥	١٠	٢	٢,٢٥٦	٧٢,٥٥٩	٩٧,٧٣٠
	المجموع	٢٢			

يتضح من جدول (٢٤) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٥ إلى ١٠) درجة فى اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث).

جدول (٢٥)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين في كل تقدير للاعبي الاوزان الخفيفة لاختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	٥	٢	٩,٠٩٪	٠ ٪	٢٠٪	ضعيف
٢	٦	١٠	٤٥,٤٥٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	٠	٠	٠,٠٠٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	٧	٣	١٣,٦٤٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	٨-١٠	٧	٣١,٨٢٪	أعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (٢٥) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان الخفيفة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

(٢)اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) للاوزان المتوسطة :

جدول (٢٦)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات للاعبي الاوزان المتوسطة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	٢	١	-٢,٩٦٣	٢٠,٣٦٥	٣,٢٣
٢	٣	١	-٢,٠٣٦	٢٩,٦٤٥	٦,٤٥
٣	٤	٣	-١,١٠٨	٣٨,٩٢٤	١٢,٩٠
٤	٥	١٤	-٠,١٨٠	٤٨,٢٠٤	٤٠,٣٢
٥	٦	١١	٠,٧٤٨	٥٧,٤٨٤	٨٠,٦٥
٧	٨	١	٢,٦٠٤	٧٦,٠٤٣	١٠٠,٠٠
	المجموع	٣١			

يتضح من جدول (٢٦) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٢ إلى ٨) درجة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث).

جدول (٢٧)

الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين في كل تقدير للاعبي الاوزان المتوسطة لاختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	٢-٤	٥	١٦,١٣٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	٠	٠	٠,٠٠٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	٥	١٤	٤٥,١٦٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	٠	٠	٠,٠٠٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	٦-٨	١٢	٣٨,٧١٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (٢٧) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان المتوسطة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

(٣)اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) للاوزان الثقيلة:

جدول (٢٨)

الدرجات الخام والتكرار والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات للاعبي الاوزان الثقيلة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات	التكرار	الدرجة المعيارية الزائية (z)	الدرجة المعيارية التائية (t)	الرتبة المئينية
١	١	٢	١,٩٦٩-	٣٠,٣١١	٨,٣٣
٢	٢	١	١,٣٢٥-	٣٦,٧٥٥	١٦,٦٧
٣	٣	٢	٠,٦٨٠-	٤٣,١٩٨	٢٥,٠٠
٤	٤	٦	٠,٠٣٦-	٤٩,٦٤٢	٤٤,٤٤
٥	٥	٥	٠,٦٠٩	٥٦,٠٨٦	٧٢,٢٢
٨	٦	٤	١,٢٥٣	٦٢,٥٢٩	٩٤,٤٤
	المجموع	٢٠			

يتضح من جدول (٢٨) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (١ إلى ٦) درجة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث).

جدول (٢٩)
الدرجات الخام والتقدير وعدد اللاعبين في كل تقدير للاعبي الاوزان الثقيلة لاختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)

م	الدرجات الخام	عدد اللاعبين	النسبة المئوية	المستويات المعيارية		التقدير
				أقل درجة	أعلى درجة	
١	١-٢	٣	١٥,٠٠٪	٠٠,٠٠٪	٢٠٪	ضعيف
٢	٣	٢	١٠,٠٠٪	اعلى من ٢٠	٤٠٪	متوسط
٣	٤	٦	٣٠,٠٠٪	اعلى من ٤٠	٦٠٪	جيد
٤	٥	٥	٢٥,٠٠٪	اعلى من ٦٠	٨٠٪	جيد جدا
٥	٦	٤	٢٠,٠٠٪	اعلى من ٨٠٪		ممتاز

يتضح من جدول (٢٩) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) للاعبي الاوزان الثقيلة قيد البحث والتقديرات المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة.

مناقشة النتائج:

مناقشة نتائج التساؤل الأول: ما صلاحية اختبارات اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة للهروب من اللعب الأرضي طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث؟

ومن خلال ما توصل الية الباحثان من نتائج بجدول (٦)، (٧)، (٨)، يتضح صدق الاختبارات حيث توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث، ومن خلال النتائج يري الباحثان أنه أظهرت النتائج حصول الاختبارات على قوة تأثير وصدق عالية وان الاختبارات تقيس ما وضعت من أجلة.

وهذا ما يتفق مع ما أشار اليه (**رضوان، ٢٠١١، ص١٧٨**) أن صدق الاختبار أداة القياس يشير إلى الدرجة التي يمتد اليها الاختبار في قياس ما وضع من أجلة، فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها بحيث لا يقيس شيئا بدلا منها أو بالإضافة اليها.

يتفق كل من (**صفوت، ٢٠١٧. ص ٢٣٩؛ رضوان، ٢٠١١، ص ٧٧؛ حسانين، ٢٠٠٤، ص ١٣٨**) يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الجيد فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع من أجلة، فمثلا إذا كنا بصدد اللياقة البدنية فان صدق الاختبار المستخدم لتحقيق هذا الغرض يعني أنه يقيس اللياقة البدنية فعلا وليس شئيا أخر.

ومن خلال ما توصل إليه الباحثان من نتائج بجدول (٩)، (١٠)، (١١)، يتضح ثبات الاختبارات حيث يوجد ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق واعادة التطبيق (اعادة تطبيق الاختبار) في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت للاعبي الاوزان (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ومن خلال النتائج يرى الباحثان صلاحية استخدام الاختبارات للهدف الذي قننت من أجله حيث أن تكرار الاختبار على نفس اللاعبين أدي إلىنفس النتائج في القياس الثاني، وذلك يتفق مع ما أشار إليه كل من **(فرج، ٢٠١٧ ص ٢٩٥؛ حسانين، ٢٠٠٤، ص ١٤٥)** أن الثبات يمثل العامل الثاني في الأهمية بعد الصدق في عملية بناء وتقنين الاختبارات والثبات يشير إلى أن يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة والاتقان والاتساق والموضوعية والاطراد فيما يقيسه.

وأن ثبات قياس الاختبار يعني أن الدرجات التي يتم الحصول عليها دقيقة وخالية من الخطأ وهذا يعني أنه في حالة تطبيق قياس نفس الاختبار على نفس اللاعب أي عدد من المرات بنفس الطريقة والشروط فإننا سوف نحصل على نفس القيمة في كل مرة، حيث تدل القيمة على أن الاختبار الذي تم قياسه لم يتغير في غضون فترات القياس المختلفة **(رضوان، ٢٠١١، ص ٩٨)**.

وقد راعي الباحث فترة أسبوع بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات الهروب، وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه **(فرج، ٢٠١٧. ص٣٤٧؛ حسانين، ٢٠٠٤.ص ١٤٩)** يعتبر أسلوب حساب الثبات عن طريق الاختبار – إعادة الاختبار أكثر طرق إيجاد الثبات صلاحية وأكثرها شيوعا، حيث تعتمد على فكرة إعادة تطبيق على نفس اللاعبين وفى نفس الظروف مرة أخري، اذ يعبر معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني عن معامل اثبات واستقرار نتائج الاختبار، وان استخدام فترة أسبوع مفاصل زمني بين التطبيقين للحصول على حساب الثبات في حالة اختبارات الأداء في التربية البدنية تعتبر اجراء مناسب للحصول على معامل الثبات بهذا الأسلوب. حيث يشير (رضوان، ٢٠١١، ص ٧٦) أنه يقصد بالاختبارات المقننة هي تلك التي يتم اعدادها بمعرف الباحث أو عن طريق الباحثين المتخصصين وتتميز بأنه تم تصميمها بعناية فائقة، وأنه قد تم تجربتها مرات كثيرة للتحقق من مدي صلاحيتها.

ومما تقدم من نتائج فان ما توصل إليه الباحثان من صلاحية الاختبارات يتفق مع ما اشار إليه **(رضوان، ٢٠١١، ص ٧٧)** ان يكون للاختبارات معاملات صدق وثبات معلنة وصريحة بالنسبة لمجموعات الافراد اللذين أعد لهم الاختبار في الأصل (مجموعات أو عينات التقنين المرجعية) لذا فالاختبارات المقننة تتمتع بمعاملات صدق وثبات مقبولة بالنسبة لعينة التقنين التي أعدت لها. ويرى **(حسانين ٢٠٠٤، ص ٣٦)** انه يجب أن تعدد أدوات التقويم بما

يضمن ايجاد الاختبار المناسب لكل موقف وإمكانية استخدام أكثر من اختبار في تقويم الاداء بجانب ضرورة ارتفاع معدلات الصدق والثبات والموضوعية في معظم أدوات التقويم وهذا يجعلها أكثر قدرة على التقويم والتنبؤ بمستوي الأداء لهذا يتم بناء الاختبارات والمقاييس المقننة المتعددة لقياس مختلف ألوان النشاط البدني. ويؤكد (**إسماعيل ٢٠١٦، ص٣**) أنه يجب أن تكون اختبارات القياس صالحة وصادقة والصلاحية تعني الدرجة التي يكون عندها اختبار القياس عاكسا لاختبار مؤدية، ويجب أن يتأكد القائمون على أداء اختبارات القياس من التغيرات المحلية في فن أداء اختبار القياس (بروتكولات القياس) وأدواته وظروف البيئة.

لذا يرى الباحثان مما تقدم من نتائج صلاحية اختبارات اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة (الهروب خلفا خلال (٢٠ث) – الهروب أماماً خلال (٢٠ث) – الهروب جانباً خلال (٢٠ث) للهروب من اللعب الأرضي، **وبذلك يكون الباحثان قد أجابا عن التساؤل الأول.**

مناقشة نتائج التساؤل الثاني: ما مؤشرات تقدير مستوى اللياقة التخصصية للاختبارات الثلاثة للهروب من اللعب الأرضي طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث؟

(١) بالنسبة للاختبار الأول: الهروب خلفا خلال (٢٠ث):

يتضح من نتائج جدول (١٢)، (١٤)، (١٦) توصل الباحثان إلىحساب الدرجة المعيارية الذائية والتائية والمئنية لدرجات الخام لاختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) لكل فئة وزنية قيد البحث حيث أشارت نتائج جدول (١٢) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت ما بين (١٢ إلى١٧) درجة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث). ويتضح من جدول (١٤) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت ما بين (٩ إلى١٤) درجة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث). ويتضح من جدول (١٦) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت ما بين (٨ إلى١٤) درجة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث). ويتضح من نتائج جدول (١٣)، (١٥)، (١٧) توصل الباحثان إلىحساب النسبة المئوية والمستويات المعيارية والتقدير لدرجات الخام لاختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) لكل فئة وزنية قيد البحث، وأشارت نتائج جدول (١٣) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان الخفيفة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٩,٠٩٪، وعدد الحاصلين على تقدير متوسط (٦) ناشئين بنسبة مئوية ٢٧,٢٧٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد (٦) ناشئين بنسبة مئوية ٢٧,٢٧٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (٦) ناشئين بنسبة مئوية ٢٧,٢٧٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٩,٠٩٪.

ويتضح من جدول (١٥) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان المتوسطة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٦,٤٥٪،

وعدد الحاصلين على تقدير متوسط (١٢) ناشئ بنسبة مئوية ٣٨,٧١٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد لا يوجد، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (١١) ناشئ بنسبة مئوية ٣٥,٤٨٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٦) ناشئين بنسبة مئوية ١٩,٣٥٪

ويتضح من جدول (١٧) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان الثقيلة في اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٤) ناشئ بنسبة مئوية ٢٠,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير متوسط لا يوجد، وعدد الحاصلين على تقدير جيد (٧) ناشئ بنسبة مئوية ٣٥,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (٧) ناشئ بنسبة مئوية ٣٥,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٢) ناشئين بنسبة مئوية ١٠,٠٠٪،

ومن خلال ما توصل الية الباحثان من نتائج بجدول (١٢)، (١٣)، (١٤)، (١٥)، (١٦)، (١٧) يتضح أن الباحثان توصلا إلىحساب الدرجة المعيارية التائية والذائية والمئينية ومؤشر تقدير مستوى اللياقة التخصصية **لاختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ث)** طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث.

(٢) بالنسبة للاختبار الثاني: الهروب أماما خلال (٢٠ث) :

يتضح من نتائج جدول (١٨)، (٢٠)، (٢٢) توصل الباحثان إلى حساب الدرجة المعيارية الذائية والتائية والمئنية لدرجات الخام لاختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) لكل فئة وزنية قيد البحث حيث أشارت نتائج جدول (١٨) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت ما بين (١٠ إلى١٥) درجة في اختبار الهروب اماما خلال (٢٠ث)، وجدول (٢٠) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت ما بين (٧ إلى١٣) درجة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث).وجدول (٢٢) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٦ إلى ١٣) درجة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث).

يتضح من نتائج جدول (١٩)، (٢١)، (٢٣) توصل الباحثان إلى حساب النسبة المئوية والمستويات المعيارية والتقدير لدرجات الخام لاختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) لكل فئة وزنية قيد البحث حيث أشارت نتائج جدول (١٩) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان الخفيفة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٣) ناشئين بنسبة مئوية ١٣,٦٣٦٪، وعدد الحاصلين على تقدير متوسط (٤) ناشئين بنسبة مئوية ١٨,١٨٢٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد (٤) ناشئين بنسبة مئوية ١٨,١٨٢٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (٨) ناشئين بنسبة مئوية **٣٦,٣٦٤**٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٣) ناشئين بنسبة مئوية **١٣,٦٣٦**٪.وجدول (٢١) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان المتوسطة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٦,٤٥٪،

وعدد الحاصلين على تقدير متوسط (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٣٥,٤٨٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد (١٠) ناشئين بنسبة مئوية ٣٢,٢٦٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا لا يوجد، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٨) ناشئين بنسبة مئوية ٢٥,٨١٪.وجدول (٢٣) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان الثقيلة في اختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٢) ناشئ بنسبة مئوية ١٠,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير متوسط (٤) ناشئ بنسبة مئوية ٢٠,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد (٦) ناشئ بنسبة مئوية ٣٠,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (٥) ناشئ بنسبة مئوية ٢٥,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٣) ناشئين بنسبة مئوية ١٥,٠٠٪.

ومن خلال ما توصل الية الباحثان من نتائج بجدول (١٨)، (١٩)، (٢٠)، (٢١)، (٢٢)، (٢٣) يتضح توصل الباحثان إلى حساب الدرجة المعيارية التائية والذائية والمئينية ومؤشر تقدير مستوى اللياقة التخصصية **لاختبار الهروب أماما خلال (٢٠ث)** طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث.

(٣) بالنسبة للاختبار الثالث: الهروب جانبا خلال (٢٠ث):

يتضح من نتائج جدول (٢٤)، (٢٦)، (٢٨) توصل الباحثان إلى حساب الدرجة المعيارية الذائية والتائية والمئنية لدرجات الخام لاختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) لكل فئة وزنية قيد البحث حيث أشارت نتائج جدول (٢٤) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٥ إلى ١٠) درجة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)،وجدول (٢٦) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٢ إلى٨) درجة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث)، وجدول (٢٨) ان الدرجات الخام لأفراد عينة البحث قد تراوحت ما بين (١ إلى٦) درجة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث).

يتضح من نتائج جدول (٢٥)، (٢٧)، (٢٩) توصل الباحثان إلى حساب النسبة المئوية والمستويات المعيارية والتقدير لدرجات الخام لاختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) لكل فئة وزنية قيد البحث حيث أشارت نتائج جدول (٢٥) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان الخفيفة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٩,٠٩٪، وعدد الحاصلين على تقدير متوسط (٦) ناشئين بنسبة مئوية ٢٧,٢٧٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد (٦) ناشئين بنسبة مئوية ٢٧,٢٧٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (٦) ناشئين بنسبة مئوية ٢٧,٢٧٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٩,٠٩٪، وجدول (٢٧) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان المتوسطة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٢) ناشئ بنسبة مئوية ٦,٤٥٪،

وعدد الحاصلين على تقدير متوسط (١٢) ناشئ بنسبة مئوية ٣٨,٧١٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد لا يوجد، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (١١) ناشئ بنسبة مئوية ٣٥,٤٨٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٦) ناشئين بنسبة مئوية ١٩,٣٥٪، وجدول (٢٩) أن عدد الناشئين من للاعبي الاوزان الثقيلة في اختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) الحاصلين على تقدير ضعيف (٤) ناشئ بنسبة مئوية ٢٠,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير متوسط لا يوجد، وعدد الحاصلين على تقدير جيد (٧) ناشئ بنسبة مئوية ٣٥,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير جيد جدا (٧) ناشئ بنسبة مئوية ٣٥,٠٠٪، وعدد الحاصلين على تقدير ممتاز (٢) ناشئين بنسبة مئوية ١٠,٠٠٪.

ومن خلال ما توصل إليه الباحثان من نتائج بجدول (٢٤)، (٢٥)، (٢٦)، (٢٧)، (٢٨)، (٢٩) يتضح توصل الباحثان إلى حساب الدرجة المعيارية التائية والذائية والمئينية ومؤشر تقدير مستوى اللياقة التخصصية لاختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) قيد البحث.

ومن خلال ما تقدم يكون الباحثان قد حدد المستويات المعيارية للاختبارات قيد البحث طبقا لمجموعات الفئات الوزنية للاعبين الناشئين عينة البحث وفى هذا الصدد اتفقت المراجع العلمية على أهمية الاختبارات المقننة وذات المعايير المحددة في خدمتها لتطوير الأداء الرياضي حيث يذكر (إسماعيل، ٢٠١٦، ص٣) أن تحتاج العديد من الانشطة الرياضية في كل دول العالم أن يؤدي الرياضيين اختبارات القياس ويتم ذلك اختبارهم على المستوي المحلي والقومي والاقليمي والقاري والعالمي بما فيها الاوليمبي على أساس مخطط من المعايير وتوثيق برتوكولات الاختبار كالأحماء والتهيئة البدنية وتمارين الاطالة قبل الاختبار وتأكيد القائمين عليها بأن نتائج اختبارات اللاعبين صالحة وصادقة ودقيقة. ويتفق (**عبد الخالق، ٢٠٠٥. ص٢٣٣؛ حسانين، ٢٠٠٤، ص ٣٠**)، على أن المستويات المعيارية أساس الحكم لتحديد مستوي معين من الأداء لحساب مكانته بالنسبة للمجموعة عينة البحث.

وان الدرجات الخام المستخلصة من اى اختبار ليس لها أي مدلول أو دلالة الا اذا رجعنا إلى معيار يحدد معني هذه الدرجات لذا فان المعايير هي أحد الأهداف التي تسعي إليها عملية التقنين للاختبارات لذا يتم احصائيا تحويل الدرجات الخام، المختلفة في وحداتها إلى درجات معيارية موحدة في وحداتها لتسهل عملية التقويم، وتأخذ هذه المعايير شكل يطلق عليها البعض اسم المسطرة ومن أشهر الدرجات المعيارية الدرجة التائية والدرجة الذائية والدرجة المئينية (**حسانين، ٢٠٠٤، ص ٢٩**).

ومما يتفق مع ما اتبعه الباحثان في تصميم وتقنين الاختبارات قيد البحث ما أشار إليه **(رضوان، ٢٠١١، ص ٧٧)** أن يكون للاختبار معايير (جدول مستويات) تظهر بوضوح درجات ومستويات أداء عينة التقنين الاصلية على الاختبار ومن الملاحظات الجديرة بالاهتمام بالنسبة لهذا الشرط يرى كرونباخ Cronbach ١٩٧٠ أن شرط المعايير قد يكون غير ملزم بالنسبة للاختبارات المقننة ألا أن مجموعة من العلماء يخالفونه الراي حيث يجب أن يكون للاختبارات المقننة معايير تعكس مستويات أداء عينة التقنين الأصلية وكذلك تعليمات توضح كافة المعلومات اللازمة لتطبيق الاختبار.

وان درجة الرتبة المئنية تساهم في تحديد مكانة اللاعب بالنسبة لتوزيع مجموعة من الدرجات الخام، كما تستخدم لمقارنة أداء اللاعب بأداء غيرة من مجموعة اللاعبين في الفريق الذي ينتمي الية لتحديد مستواه بالنسبة لباقي اللاعبين **(حسانين، ٢٠٠٤، ص١٥٦)**.

وقد سعي الباحثان إلىان تعكس الاختبارات طبيعة اللياقة التخصصية للاعب أثناء الهروب من التثبيت أثناء اللعب الأرضي، وكذلك تمثل العمل العضلي لمجموعة عضلات المركز الذي يقوم به اللاعب عن محاولته الهروب من التثبيت ليتم سيطرة المهاجم على المدافع. وأن قياس الأداء الرياضي ينطوي على أهداف كثيرة فهو يشتمل على قياس مدي اللياقة البدنية وتقييم الأداء وتحديد مقدار الاستجابة للبرامج التدريبية والتعامل مع النشاط الرياضي ويصاحب تلك الاختبارات قاعدة من البيانات خاصة المعيارية وذلك حتى يتم مقارنتها مع المستويات الملائمة **(إسماعيل٢٠١٦، ص٤)**.

ويرى الباحثان ان الاختبارات قيد البحث أصبحت من خلال نتائج البحث تدريبات مقننة بجانب كونها اختبارات تقيس الهروب من التثبيت أو اللعب الأرضي، حيث أنه على مستوي اختبارات الأداء في التربية الرياضية لا يصح القول إن أي تمرين يصلح كاختبار بينما العكس صحيح تماما فالاختبار عبارة عن تمرين مقنن **(حسانين٢٠٠٤، ص ١٣٧)**.

ان الاختبار يجب أن يكون محددا قدر الإمكان بمتطلبات مؤدي الاختبار، ويكون مكان الاختبار محدد الشروط والمواصفات كبساط الجودو، وأن يعكس طبيعة النشاط ولياقته البدنية التخصصية والتركيز على مجموعات العضلات المستخدمة **(إسماعيل، ٢٠١٦، ص ٢-٣)**.

ويرى الباحثان من خلال ما توصل الية من نتائج ان اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت سوف تساهم في قدرة المدربين على جمع المعلومات عن قدرة اللاعبين في الهروب من التثبيت، بما يدعم قدرة المدرب على توقع فرص النجاح اللاعب خلال مواقف اللعب الأرضي **(Lidor, Melnik, Bilkevitz& Falk 2006 ; Brown 2001)**. وأن

اختبارات اللياقة التخصصية الثلاثة قيد البحث قد صممها الباحثان لتحاكي مواقف الهروب التثبيت والأداء البدني خلالها **(Meckel, Machnai, ; Uljevic, Spasic, Sekulic 2013 ; Eliakim 2009 ; Sattler *et al.* 2012)**

لذا يرى الباحثان ان اختبارات الهروب من التثبيت تعتبر تنظيم محكم لتقييم أداء اللاعبين في اللعب الأرضي عامة والهروب من التثبيت خاصة بعد تحديد المستويات وأن تلك الاختبارات هي تعتبر وسيلة لمناسبة لإجراء عملية المقارنة بين اللاعبين لتعرف على نجاح البرنامج التدريبي لتطوير اللهب الأرضي لناشئي الجودو ووجود مستويات ومعايير للاختبارات يسهل من إجراء مثل هذه المقارنات ويجعلها أكثر صدقا وموضوعية، **وبذلك يكون الباحثان قد أجابا عن التساؤل الثاني.**

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

توصل الباحثان من خلال تحقيق هدف وتساؤلات البحث إلى الاستنتاجات التالية:

١- أظهرت نتائج الدراسة صلاحية اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت الأرضي (خلفا – أماماً – جانباً) خلال (٢٠ث) طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) لناشئ رياضة الجودو في المرحلة العمرية من ١٢ – ١٤ سنة كالتالي:

- اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت في اللعب الأرضي تراوح حساب معامل صدقها ما بين (٠,٨٤٣ – ٠,٩٤٤) للاعبي الاوزان الخفيفة، ما بين (٠,٨٤٩ – ٠,٩٠١) للاعبي الاوزان المتوسطة، وبين (٠,٩٠٠– ٠,٩٣٢) للاعبي الاوزان الثقيلة.
- اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت في اللعب الأرضي تراوح حساب معامل ثباتها بين (٠,٩٤٩ – ٠,٩٧٠) للاعبي الاوزان الخفيفة بين (٠,٩٠٦ – ٠,٩٨١) للاعبي الاوزان المتوسطة، وبين (٠,٩٢١– ٠,٩٦٦) للاعبي الاوزان الثقيلة.
- صلاحية اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت الأرضي (خلفا – أماماً – جانباً) خلال (٢٠ث) طبقا لفئات المجموعات الوزنية (الخفيفة – المتوسطة – الثقيلة) لناشئ رياضة الجودو في المرحلة العمرية من ١٢ – ١٤ سنة.

٢- أظهرت نتائج الدراسة الفروق بين مستويات الناشئين في اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت الارضي قيد البحث التالي:

أ-بالنسبة لأداء اختبار الهروب خلفا خلال (٢٠ ث)

- أقل أداء للاعبي الاوزان الخفيفة هو (١٢م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء (١٧م) وتقديره ممتاز.

- أقل أداء للاعبي الاوزان المتوسط هو من (٩) إلى(١٠م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١٣) إلى(١٤م) وتقديره ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان الثقيلة هو (٨م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١٣) إلى(١٤م) وتقديره ممتاز.

ب-بالنسبة لأداء لاختبار الهروب أماما خلال (٢٠ ث) :

- أقل أداء للاعبي الاوزان الخفيفة هو (٢٠ث) هي (١٠م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء (١٥م) وتقديرها ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان المتوسط هو من (٧) إلى(٨م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١١) إلى(١٣م) وتقديرها ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان الثقيلة هو (٦م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (١١) إلى (١٣م) وتقديرها ممتاز.

ج-بالنسبة لأداء لاختبار الهروب جانبا خلال (٢٠ث) :

- أقل أداء للاعبي الاوزان الخفيفة هو (٥م) وتقديره ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (٨) إلى (١٠م) وتقديره ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان المتوسط هو من (٢) إلى (٤م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء من (٦) إلى(٨م) وتقديره ممتاز.
- أقل أداء للاعبي الاوزان الثقيلة هو من (١) إلى (٢م) وتقديرها ضعيف، بينما كان أعلى أداء (٦م) وتقديره ممتاز.

٣- أظهرت اختبارات اللياقة التخصصية للهروب من التثبيت الأرضي (خلفا - أماماً - جانباً) خلال (٢٠ث) قدرتها على تحديد مستوي اللاعب بالنسبة لمجموعة اللاعبين اللذين يقعون تحت درجة خام محددة.

٤- المئينات المستخرجة دلت على قدرتها على تحديد الوضع النسبي للاعب مقارنة باللاعبين أفراد مجموعته الوزنية (الخفيفة- المتوسطة - الثقيلة) فى اختبارات اللياقة التخصصية الثلاثة للهروب من التثبيت الأرضي (خلفا - أماماً - جانباً) خلال (٢٠ث).

٥-صلاحية الاختبارات ومعايرها وتقديراتها لقياس اللياقة الخاصة باللعب الأرضي في الجودو " Special Judo Fitness Test in Ground / Grappling Techniques SJFTG"

التوصيات:

توصل الباحثان من خلال الاستنتاجات إلى التوصيات التالية:

- ضرورة استخدام اختبارات الهروب من الاوسايكومى ("Escape Tests "JOET Judo Osaekomi) لمقارنة مستويات اللاعبين طبقا لفئاتهم الوزنية من قبل المدربين والمختصين في التدريب.
- التأكيد على استخدام هذه الاختبارات لتقييم أداء اللاعبين في اللعب في الهروب من اللعب الأرضي في بداية البرنامج التدريبي وفى نهايته لتقييم العلمي لمستوي اللاعبين.
- ضرورة استخدام المستويات المعيارية المستخلصة من نتيجة الدراسة عند تطبيق اختبارات الهروب من اللعب الارضي لناشئ رياضة الجودو.
- ضرورة عرض المستويات المعيارية المستخلصة على الناشئين المختبرين وذلك قبل أداء الاختبار الأمر الذي يساعد على التحفيز وتحسين المستوى.
- امكانية استخدام هذه الاختبارات لكلا الجنسين ولمراحل عمرية متنوعة والاعتماد عليها من قبل المدربين والباحثين.
- امكانية استخدام هذه الاختبارات كتدريبات لكلا الجنسين ولمراحل عمرية متنوعة والاعتماد عليها من قبل المدربين والباحثين.
- استكمال البنية البحثية لاختبارات الهروب من الاوسايكومى وبحث امكانية وضع معايير للأداء اللاعبين لهذه الاختبارات من الذكور والاناث.
- اجراء بحوث حول تصميم اختبارات لقياس مستوى وقدرات اللاعب في فنون اللعب الأرضي (الهجوم لتثبيت – الخنق – الكسر) الأخرى.

المراجع

المراجع العربية:

١- **إسماعيل، كمال عبد الحميد.** (٢٠١٦). اختبارات قياس وتقويم الأداء المصاحب لعلم حركه الإنسان، القاهرة: مركز التاب للنشر.

٢- **حسانين، محمد صبحي.** (٢٠٠٤). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج١، ط٦، القاهرة: دار الفكر العربي.

٣- **رضوان، محمد نصر الدين.** (٢٠١١). المدخل إلىالقياس في التربية البدنية والرياضة، ط ٢، القاهرة: مركز الكتاب للنشر والتوزيع.

٤- **طرفه، مراد إبراهيم.** (٢٠٠١). الجودو بين النظرية والتطبيق القاهرة: دار الفكر العربي.

٥- **عبد الخالق، عصام.** (٢٠٠٥). التدريب الرياضي "نظريات وتطبيقات"، دار المعارف، الإسكندرية.

٦- **غازي، أحمد وبيومي، محمود.** (٢٠١٧). رياضة الجودو: الأصول – الأشكال – التاريخ – تربوية– الماهية – الممارسة – تطبيقات، طنطا: مكتبة نور الإيمان.

٧- **فرج، صفوت.** (٢٠١٧). القياس النفسي، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

المراجع الأجنبية:

8- ***Baioumy, M. E., & Ghazy, A. M. (2015).*** Effects of a Major Taper Training Program on some Physical Variables and Specific Fitness for Judokas. The International Scientific Journal Of Physical Education And Sport Sciences (ISJESS), Volume (2) Issue (2) Sep,31-40

9- ***Bradić,S&Callan,M.(2016).*** Katame no kata-osae-komi waza: methodical value in practicing motoric movements of ne-waza. Applicable research in judo, 7.

10- ***BROWN, J. Sports Talent.(2001).***How to Identify and Develop Outstanding Athletes. Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 9–27.

11- ***Detanico, D., & Santos, S. G. D. (2012).*** Especific evaluation in judo: a review of methods. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, 14(6), 738-748.

12- ***Drid, P., Trivić, T., & Tabakov, S. (2012).*** SPECIAL JUDO FITNESS TEST-A REVIEW. Serbian Journal of Sports Sciences, 6(4),117-125

13- ***Franchini, E., Vecchio, F. B. D., & Sterkowicz, S. (2009).*** A special judo fitness test classificatory table .Archives of budo ،5 ،127-129.

14- ***Ghazy,A.M., Baioumy, M. E., & Hamouda M. H.(2016)*** Effects of Taper on Elite Collegiate Female Judokas. Journal of Applied Sports Science,Volume (6) Issue (4) ,42-49

15- ***Lidor, R., Melnik, Y., Bilkevitz, A., & Falk, B.(2006).*** The Ten-Station Judo Ability Test: A Test of Physical and Skill Components. Strength & Conditioning Journal, 28(2), 18-20

16- ***Meckel, Y., Machnai, O., Eliakim, A. (2009),*** Relationship among repeated sprint tests, aerobic fitness, and anaerobic fitness in elite adolescent soccer players, "Journal of Strength and Conditioning Research", vol. 23, no. 1, pp. 163–169; https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31818b9651

17- ***Sattler, T., Sekulic, D., Hadzic, V., Uljevic, O., Dervisevic, E. (2012),*** Vertical jumping tests in volleyball, "Journal of Strength and Conditioning Research", vol. 26, no. 6, pp. 1532–1538; https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e318234e838

18- ***Sterkowicz, S. (1995).*** Test specjalnej sprawności ruchowej w judo [Special Judo Fitness Test. Antropomotoryka] 12: 29-44 (in Polish, English abstract).

19- ***Uljevic, O., Spasic, M., Sekulic, D. (2013),*** Sport-specific motor fitness tests in water polo: reliability, validity and playing position differences, "Journal of Sports Science & Medicine", vol. 12, no. 4, pp. 646–654