



مجلة سوهاج لعلوم وفنون
التربية البدنية والرياضة



جامعة سوهاج
كلية التربية الرياضية

**فاعلية برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب
الحركة وأبعادها على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية
لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة**

أد / بدرية محمد محمد حسنين أد / إبراهيم البرعى السيد قايل

أ / السيد جمال هريدي رمضان

مجلة سوهاج لعلوم وفنون التربية البدنية والرياضة - العدد السابع - يوليو ٢٠٢١م
الترقيم الدولي: (ISSN 2682-3748) print (ISSN 2682-3837) online

فاعلية برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها على مستوى
أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة

أ د / بدرية محمد محمد حسانين

أ د / إبراهيم البرعى السيد قابيل

أ / السيد جمال هريدي رمضان

مقدمة ومشكلة البحث :

تعد المهارات الأساسية في رياضة التنس بمثابة العمود الفقري لهذا النشاط، حيث تتميز هذه الرياضة بتعدد وتنوع مهاراتها الأساسية ما بين مهارات هجومية ودفاعية، ومهارات تحركات القدمين والتي يجب أن يجيدها اللاعب بدرجة كبيرة من السرعة والدقة والتوافق للوصول إلى المستويات العالية.

ويشير "بسطويسي أحمد" (١٥، ١٩٩٩) إلى أن المهارات الأساسية في رياضة التنس هي أساس الإعداد البدني والمهاري والخططي الذي يعتمد عليه المدربون للوصول بالناشئ للمستويات العالية، وأنه يجب على اللاعب أن يتقن أداء هذه المهارات بالكامل سواء كانت هذه المهارات بالكرة والمضرب أو بدونها، حيث إنها ترتبط بمجموعة من القواعد الحركية التي تخضع لها حركة الجسم بطريقة ملائمة تمكن اللاعب من أداء تلك المهارات بشكل أفضل.

ويذكر ديفيد هويت (Hewitt, 2001, 12) أن المهارات الأساسية في رياضة التنس متعددة ومركبة الأداء، فهي تتطلب بذل جهد كبير في تعلمها وإتقانها، ويرجع ذلك إلى صعوبة تنفيذها حيث تتطلب ممارستها امتلاك اللاعب درجة عالية من السرعة والدقة والتوافق والتركيز، كما يحتاج اللاعب في التدريب عليها قدرات بدنية ومهارية وخططية ونفسية عالية لتتناسب طبيعة الأداء في المباراة.

وترجع أهمية أبعاد وجوانب الحركة إلى أنها تمثل الجوانب الأساسية في العملية التعليمية للمهارات الحركية، حيث إنها تساعد في اختزال تعقد بيئة المنافسة، وتوجيه النشاط التعليمي، وتسهيل عملية التعلم، وإثراء البناء المعرفي للطفل، وتنمية قدراته الابتكارية، ومقدرته على حل المشكلات (هبة أبو جازية، ١٩٩٩: ١٩).

ومن خلال عمل الباحث في الإشراف على قطاع الناشئين بنادي اتحاد الشرطة الرياضي بالقاهرة، والملاحظة الموضوعية لعملية تعليم الناشئين للمهارات الأساسية للتنس وتطبيق بطاقة ملاحظة لهذه المهارات على عينة بلغت ٢٠ ناشئاً من المدارس الرياضية التعليمية بنادي اتحاد الشرطة الرياضي بالقاهرة، وكانت النتائج كما بالجدول التالي (١):

جدول (١)

النسبة المئوية لأفراد العينة الاستطلاعية في مهارات التنس

م	المهارات الأساسية التنس للعينة قيد البحث	النسبة المئوية لمستوى الأداء خلال الموقف التعليمي
١	مسك المضرب (القبضة)	%٣٦
٢	الضربة الأمامية المستقيمة	%٢٩
٣	الضربة الخلفية المستقيمة	%٢٧
٤	الإرسال بدون دوران	%٢٥

ويتضح من جدول (١) ضعف مستوى أداء افراد العينة الإستطلاعية فى أدائهم للمهارات الأساسية ويرجع الباحث ذلك لعدم التركيز على تنمية وإتقان المهارات الأساسية التي تحتاج إلى تركيز على الأجزاء الدقيقة المكونة لها بإستخدام إستراتيجية تعليمية تتميز بالإثارة والتشويق قد يكون لها تأثير فعال فى تنمية الأداء الحركي وتحقيق الأهداف المحددة بطريقة علمية منظمة باعتبارها أول المدخلات فى أى برنامج تعليمي فعال، وعنصراً رئيسياً من عناصر بناء المنهج والتي بدونها تصبح عملية التعلم إرتجالية وغير هادفة.

ومن خلال المقابلة الشخصية المقننة مع مدربي التنس بنادي اتحاد الشرطة الرياضي بالقاهرة، ومراجعة البرامج التعليمية المستخدمة في تعليم الناشئين المهارات الأساسية في رياضة التنس ، تبين للباحث افتقاد هذه البرامج لتدريبات تحتوي في مضمونها على الجوانب والأبعاد المرتبطة بالحركة، الأمر الذي يحول دون التغلب على الصعوبات التي تواجه هؤلاء الناشئين في تعلمهم لهذه المهارات، وضعف قدرتهم على التناسق والتوجيه الحركي الذي يمكنهم من تأدية المهارات الأساسية بشكل ملائم لقدراتهم الحركية.

وفي ضوء ما سبق تحددت مشكلة البحث الحالي في انخفاض مستوى أداء الناشئين للمهارات الأساسية لرياضة التنس ، ومن هنا كان البحث الحالي.

هدف البحث:

هدف البحث الحالي إلى :

- ١- إعداد برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها.
- ٢- التعرف علي فاعلية البرنامج التدريبي المقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها علي مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدي الناشئين من سن (٩-١٢) سنة.

أسئلة البحث:

أجاب البحث الحالي عن السؤالين التاليين:

- ١- كيف يمكن إعداد برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها ؟
٢- ما فاعلية البرنامج التدريبي المقترح على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في التنس لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة ؟
فروض البحث:

حاول البحث اختبار صحة الفروض التالية:

- ١- يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطي درجات أفراد مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لإختبار المهارات الحركية الأساسية لصالح التطبيق البعدي.
٢- يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطي درجات أفراد مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لبطاقة الملاحظة في المهارات الأساسية في التنس لصالح التطبيق البعدي.
أهمية البحث:

تمثلت أهمية هذا البحث في الآتي :

- ١- يستفيد من هذا البحث معلمي التربية الرياضية من خلال استخدام البرنامج المعد لتدريب الناشئين على المهارات الأساسية في التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها.
٢- يستفيد من البحث الحالي مدربي الأندية في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية في التنس وتنمية الابتكار الحركي لدى الناشئين في سن (٩-١٢) سنة مجموعة البحث.
٣- يسهم هذا البحث في توجيه نظر معلمي التربية الرياضية ومدربي الأندية إلى أهمية بناء البرامج التدريبية في ضوء جوانب الحركة وأبعادها، لتنمية المهارات الأساسية في التنس لدى الناشئين

المنهج والتصميم التجريبي للبحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي وتصميم المجموعة الواحدة ذات القياسين القبلي والبعدي لأدوات البحث ، وذلك لمناسبته لطبيعة وأهداف البحث الحالي.

حدود البحث:

إقتصر هذا البحث على الحدود التالية:

- ١- مجموعه من تلاميذ المرحلة السنية في سن (٩-١٢) سنة بلغ عددهم (٣٠) تلميذاً وإختيرت بالطريقة المقصودة من المدارس الرياضية باتحاد الشرطة الرياضي بالقاهرة، وذلك نظراً لأن اتحاد الشرطة يعد مركزاً رئيساً لإعداد وتأهيل اللاعبين على مستوى المنتخبات الوطنية.
٢- بعض مهارات رياضة التنس وهي: (مسك المضرب (القبضة) - الضربة الأمامية المستقيمة- الضربة الخلفية المستقيمة - الإرسال بدون دوران) ونظراً لأن هذه المهارات هي المهارات الأساسية والتي تبنى عليها جميع المهارات بعد ذلك.

مواد وأدوات البحث:

للإجابة عن أسئلة البحث واختبار صحة فروضه، أعد الباحث مواد وأدوات البحث التالية:
أولاً: مواد البحث.

١- البرنامج التدريبي المقترح في التربية الرياضية في ضوء جوانب الحركة وأبعادها.

ثانياً: أدوات البحث:

١- إعداد الاختبار لقياس الأداء المهارى لافراد عينة البحث في المهارات الأساسية قيد البحث.

٢- بطاقة ملاحظة لتقييم مستوى الأداء.

متغيرات البحث:

تتمثل متغيرات البحث في الآتي:

١- المتغير المستقل ويتمثل في:

البرنامج المقترح في التربية الرياضية في ضوء جوانب الحركة وأبعادها.

٢- المتغيرات التابعة وهي:

أ- مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في التنس (مسك المضرب - - الضربة الأمامية

المستقيمة - الضربة الخلفية المستقيمة - الإرسال بدون دوران).

مجتمع البحث

يمثل مجتمع هذا البحث جميع الناشئين بالمدارس الرياضية باتحاد الشرطة الرياضي " في

رياضة تنس الطاولة " من سن (٩ - ١٢) سنة والمقيدين بسجلات النادي للموسم الرياضي ٢٠١٩

- ٢٠٢٠ م.

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من بين الناشئين بالمدارس الرياضية باتحاد

الشرطة الرياضي " تنس الطاولة " وبلغ قوامها (٣٠) مبتدئ تتراوح أعمارهم ما بين (٩ - ١٢) سنة.

مصطلحات البحث:

فاعلية Effectiveness

يعرفها حسن شحاتة وآخرون (٢٠٠٣: ٢٣) بأنها "مدى الأثر الذي يمكن أن تحدثه المعالجة

التجريبية بوصفها متغيراً مستقلاً في أحد المتغيرات التابعة ويتم تحديد هذا الأثر بأساليب إحصائية.

ويقصد بها في البحث الحالي " (*) " مدى التحسن الذي يطرأ على تلاميذ المرحلة السنية

(٩-١٢) سنة بالمدارس الرياضية باتحاد الشرطة الرياضي في بعض المهارات الأساسية للتنس

وقدرتهم على الابتكار الحركي بعد تطبيق البرنامج المقترح ، والتي تحدد وتقاس بأساليب إحصائية".

(*) تعريف إجرائي لفاعلية البرنامج.

البرنامج Program

يقصد بالبرنامج التدريبي المقترح في البحث الحالي "مجموعة من الأنشطة والخبرات المتسلسلة والمتراصة في ألعاب المضرب التي سوف يتم تصميمها وتخطيطها في ضوء جوانب الحركة وأبعادها بغرض تحسين أداء بعض المهارات الأساسية في التنس وتنمية الابتكار والرضا الحركي لدى تلاميذ المرحلة السنية من (٩-١٢) سنة بالمدارس الرياضية باتحاد الشرطة الرياضي بالقاهرة.

جوانب الحركة The Movement Sides

هي المفاهيم (العناصر) الرئيسة المتصلة بحركة الإنسان سواء في حالة الثبات أم الحركة، وتتضمن مفاهيم: الجسم- الفراغ- الجهد- العلاقات الحركية (حسن عبد السلام، نجلاء فتحي، ٢٠١٣: ٣٣).

أبعاد الحركة The Movement Dimension

هي المفردات (العناصر الفرعية) المحددة- أو المكونة لجوانب الحركة والتي في ضوءها تحدد معايير تنمية وتطوير الخبرات الحركية المختلفة (حسن عبد السلام، نجلاء فتحي، ٢٠١٣: ٣٣).

المهارات الأساسية للتنس (F.M.S) Fundamental Motor Skills

عرف أمين أنور وأسامة كامل (٢٠٠٣: ٢٧) المهارات الحركية الأساسية بأنها " المفردات الأولية لحركة الطفل التي تتأسس عليها المهارات الخاصة المعقدة في الأنشطة الرياضية المختلفة، ويمكن تقسيمها إلى ثلاث فئات أساسية هي:

- مهارات انتقالية مثل: المشي- الجري- الوثب- الحجل- التزلج.
 - مهارات غير انتقالية مثل: الثني- المد- المرجحة- الدفع- الدوران- اللف.
 - مهارات المعالجة والتناول مثل: الرمي- الركل- الضرب- المسك- القبض- الاستلام.
- ويقصد بالمهارات الأساسية لرياضة التنس في البحث الحالي " تلك الأداءات الحركية المرتبة التي تتضمن نقاطاً هامة (خطوات فنية وتعليمية) في الأداء مع التأكيد على الانسجام بين أجزائها، والتي تؤدي بصورة صحيحة بهدف تحسين الأداء المهاري للناشئين في التنس، وهذه المهارات هي: (مسك المضرب - الضربة الأمامية المستقيمة - الضربة الخلفية المستقيمة - الإرسال بدون دوران).

إعداد مواد وأدوات البحث.

أولاً: إعداد مواد البحث.

- تحددت مواد البحث الحالي في البرنامج التدريبي المقترح.

- خطوات إعداد البرنامج التدريبي المقترح.

- (١) - تحديد أسس اعداد البرنامج : اعتمد البرنامج المقترح علي مجموعه من الأسس التالية :
- أ- أن يحقق البرنامج الهدف الموضوع من أجله ويتناسب مع الإمكانيات المتاحة من أدوات وإمكانيات.
- ب- أن يراعي البرنامج الخصائص السنوية للمرحلة ٩-١٢ سنة لأفراد عينة البحث.
- (٢) - تحديد أهداف البرنامج المقترح وتمثل في الآتي:
- أ- تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بمهارات تنس الطاولة وتعليم بعض مهارات تنس الطاولة.
- (٣) تحديد محتوى البرنامج:
- أ- الاطلاع علي الكتب والمراجع المتخصصة والدراسات السابقة ذات الصلة بالبحث الحالي.
- ب- من خلال الخطوة السابقة تم حصر هذه المهارات في (المشي- الجري- الحجل- درجة- دوران- تسلق- زحلقة- وثب- ثنى - مد- مرجحة- سحب- دفع- تنطيط- رمى- رفع- ضرب- لف- تعلق- ركل- استقبال- اتزان)
- ج- تم تصنيف المهارات التي تم التوصل اليها من خلال الخطوة السابقة في ثلاث فئات هي كالتالي:

- حركات انتقالية : المشي، الجري، الخطو، الوثب، الحجل.
 - حركات غير انتقالية : الثني، المد، الدوران، التوازن.
 - حركات المعالجة والتناول: التنطيط ، الدفع، الرمي، الاستقبال، الركل.
- د- تم تفرغ البيانات طبقاً لآراء السادة المحكمين والجدول التالي (٢).

جدول (٢)

آراء السادة الخبراء حول المهارات الحركية الأساسية (جوانب الحركة)

المرتبطة المهارات الاساسية في تنس الطاولة

الارسال		الضربة الخلفية المستقيمة		الضربة الامامية المستقيمة		مسك المضرب		المهارات الاساسية في تنس الطاولة	
النسبة المئوية	رأي الخبير	النسبة المئوية	رأي الخبير	النسبة المئوية	رأي الخبير	النسبة المئوية	رأي الخبير	المهارات الحركية الأساسية	
١٠٠%	١٠	١٠٠%	١٠	١٠٠%	١٠	-	-	المشي	حركات انتقالية
-	-	٨٠%	٨	-	-	-	-	الجري	
-	-	١٠٠%	١٠	٩٠%	٩	-	-	الخطو	
١٠٠%	١٠	٧٠%	٧	١٠٠%	١٠	-	-	الوثب	
١٠٠%	١٠	٨٠%	٨	٨٠%	٨	-	-	الحجل	

فاعلية برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة و أبعادها على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة
أ د / بحرية محمد محمد حسانين أ د / إبراهيم البرعى السيد قبايل أ / السيد جمال هريدي رمضان

حركات غير انتقالية	الثني	١٠	%١٠٠	٩	%٩٠	٨	%٨٠	١٠	%١٠٠
	المد	١٠	%١٠٠	٩	%٩٠	٨	%٨٠	١٠	%١٠٠
	الدوران	-	-	-	-	-	-	٩	%٩٠
	التوازن	١٠	%١٠٠	١٠	%٩٠	٩	%٩٠	١٠	%١٠٠
معالجة وتناول	التنطيط	=	=	١٠	%١٠٠	-	-	١٠	%١٠٠
	الدفع	-	-	١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠
	الرمي	-	-	١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠
	الاستقبال	-	-	١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠

ز- من خلال الخطوة السابقة تم تحديد المهارات الحركية الأساسية (جوانب الحركة) والأكثر ارتباطاً بالمهارات الأساسية وتنس الطاولة موضوع البحث والتي حازت علي نسبة مئوية ٧٠ % فأكثر طبقاً لآراء السادة الخبراء وهي كالتالي مرتبة تبعاً لأهميتها:

- حركات إنتقالية : المشي، الجري، الخطو، الوثب، الحجل.
- حركات غير إنتقالية : الثني، المد، الدوران ، التوازن.
- حركات المعالجة والتناول: التنطيط ، الدفع، الرمي، الاستقبال.

ح- بعد ذلك قام الباحث بإعداد إستطلاع رأي " وعرضه علي السادة المحكمين بهدف التعرف علي مدى مناسبة الإختبارات المهارية لقياس المستوي المهاري في تنس الطاولة لدي مجموعة البحث.

ط- بعد ذلك قام الباحث باعداد استطلاع رأي" وعرضه علي السادة المحكمين بهدف تحديد الأهمية النسبية للعلاقة بين جوانب الحركة وأبعادها والمهارات الأساسية في تنس الطاولة.

خطوات إعداد محتوى الوحدات التي يتضمنها البرنامج المقترح:
لإعداد محتوى الوحدات التعليمية المقترحة تم إتباع الخطوات التالية: تحديد الأهداف - تحديد محتوى - تنظيم محتوى الوحدات.

وفيما يلي توضيح لكل خطوة من الخطوات السابقة:

أ- تحديد الأهداف العامة للوحدات التعليمية المقترحة:

لكي تكون العملية التعليمية عملاً علمياً منظماً وناجحاً ينبغي أن تكون موجهة نحو تحقيق أهداف محددة ومقبولة، ويعد وضوح الأهداف ودقتها ضماناً لتوجيه عملية التعلم والتعلم بطريقة علمية منظمة، وذلك باعتبارها أول المدخلات في أي برنامج أو وحدات تعليمية فعالة.(إبراهيم البرعي، ميلاد عقيلة، ٢٠٠٨).

وقد أمكن صياغة الأهداف العامة للوحدات التعليمية المقترحة علي النحو التالي:

١- الأهداف المعرفية وتتمثل في الآتي:

- إكساب الطلاب المعارف والمفاهيم والمصطلحات المتعلقة بالمهارات الأساسية في مهارات تنس الطاولة (مسك المضرب (القبضة) ، الضربة الأمامية المستقيمة ، الضربة الخلفية المستقيمة ، الإرسال بدون دوران .

- إكساب الطلاب بعض القواعد القانونية والمعارف والمفاهيم في مهارات تنس الطاولة قيد البحث .

٢- الأهداف الوجدانية وتتمثل في الآتي:

- زيادة وعي الطلاب بأهمية إتقان مهارات تنس الطاولة (مسك المضرب (القبضة) ، الضربة الأمامية المستقيمة ، الضربة الخلفية المستقيمة ، الإرسال بدون دوران) ، في ضوء جوانب وأبعاد الحركة .

٣- الأهداف المهارية وتتمثل في الآتي:

يهدف البرنامج المقترح إلي تعليم بعض المهارات في تنس الطاولة والذي أشتمل علي أهداف فرعيه هي :

- تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بمهارات تنس الطاولة .
- تعليم بعض مهارات تنس الطاولة (مسك المضرب (القبضة) ، الضربة الأمامية المستقيمة ، الضربة الخلفية المستقيمة ، الإرسال بدون دوران) ، في ضوء جوانب وأبعاد الحركة .

ب- تحديد محتوى الوحدات التعليمية المقترحة:

تم اختيار محتوى الوحدات التعليمية المقترحة في ضوء الأهداف السابق تحديدها، وتحتوي كل وحدة تعليمية علي مجموعة من الدروس ولا ينتقل الطالب من درس إلي الذي يليه إلا بعد اجتيازه اختباراً في نهاية الدرس محققاً مستوى إتقان (٨٠%) علي الأقل من خلال:

- الجانب العملي: واشتمل علي تمارين بدنية شاملة وتمارين خاصة لتنمية تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بمهارات تنس الطاولة متضمناً:

*- تعليم مهارات تنس الطاولة (مسك المضرب (القبضة) ، الضربة الأمامية المستقيمة ، الضربة الخلفية المستقيمة ، الإرسال بدون دوران) ، في ضوء جوانب وأبعاد الحركة .

- الجانب النظري: وهو خاص بالمعارف والمفاهيم المرتبطة بالمهارات الحركية الأساسية المرتبطة بمهارات تنس الطاولة .

ج- تنظيم محتوى الوحدات التعليمية المقترحة:

ولتنظيم المحتوى داخل البرنامج ، قام الباحث بإعداد استطلاع رأي السادة المحكمين " مع مراعاة:

أ- أن يحقق المحتوى الأهداف التعليمية للوحدات التعليمية .

ب- أن يناسب المحتوى خصائص وقدرات الطلاب ويرعي ما بينهم من فروق فردية .

ج- أن تتدرج خبرات المحتوى من السهل إلي الصعب ومن المعلوم إلي المجهول .

د- تحديد أنشطة التعليم والتعلم :

نودت الوحدات المقترحة بالعديد من أنشطة التعليم والتعلم التي يقوم بها المعلم والطالب لتحقيق الأهداف المرجوة، وتمثلت هذه الأنشطة في : الشرح النظري - الحوار والمناقشة - التدريبات والنماذج العملية - التدريبات التطبيقية - عرض بعض الصور والرسوم التي تلقي بمزيد من الضوء علي موضوعات الوحدات التعليمية المقترحة.

هـ- تحديد الوسائل والأدوات التعليمية :

تضمنت الوحدات التعليمية المقترحة مجموعة من الوسائل والأدوات التعليمية والتي تم استخدامها طبقاً لطبيعة كل درس أو نشاط واشتملت علي: السبورة الطباشيرية - صور فوتوغرافية ورسوم تخدم المحتوى التعليمي - النموذج العملي - صحف الحائط - حبال - كرات طبية - كرات تنس طاولة .

ز- الصورة الأولية للبرنامج :

قام الباحث بتنظيم البرنامج في مجموعه من الدروس التعليمية ، كل درس له هدف محدد خاص بتنمية المهارات الحركية الأساسية وتعليم مهارات تنس الطاولة (مسك المضرب(القبضة)، الضربة الأمامية المستقيمة، الضربة الخلفية المستقيمة، الإرسال بدون دوران)، في ضوء جوانب وأبعاد الحركة، وزمن تدريس" هذه الوحدات.

ط- تجريب البرنامج :

قام الباحث بتجريب بعض من وحدات البرنامج المقترح علي عينه قوامها (٢٠) لاعباً من المجتمع الأصلي وخارج عينه البحث الأساسية ، وذلك في الفترة وذلك للتعرف علي:
- مقدار تقبل الألعاب الغرضية في الإحماء . - مدي مناسبة الأدوات والأجهزة للتدريبات.
وكان من نتيجة هذه الدراسة ما يلي:
- تقبل اللاعبين الألعاب الغرضية نظرا لمناسبتها للمرحلة السنية، وأداء التمرينات الحركية بشكل جيد.

ك- الصورة النهائية للبرنامج :

وبالوصول الي الصورة النهائية للبرنامج" يكون الباحث قد أجاب عن السؤال الأول للبحث والذي نص علي " كيف يمكن إعداد برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها؟
ثانياً: إعداد أدوات البحث: تمثلت أدوات البحث في الآتي :

(١) : إعداد اختبار يقيس المهارات الحركية الأساسية "، والتي تشمل :

١- حركات انتقالية:

- المشي : المشي ٩٠ متر بين خطين . - الجري: الجري المكوكي ٥ متر×٥ مرات.
- الوثب : الوثب الطويل من الثبات. - الحجل : الحجل مسافة ٢٠ متر بقدم الارتقاء.
- حركات غير انتقالية:

- الثني والمد: اختبار الثني المتحرك. - اللف: تدوير كرة طبية باليدين للداخل والخارج
- الدوران: الانتقال بالدوران داخل المربعات. - التوازن: اختبار باس المعدل.
- ٣- حركات معالجة وتبادل:
- دفع : دفع كرة طبية زنة ٣ رطل. - تنطيط : التنطيط السريع ما بين الأقماع .
- رمي : رمي الكرة لأبعد مسافة. - إستقبال : إستقبال الكرات من لوحة الهدف.
- وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن إجراء بعض التعديلات حتى وصلت في صورتها النهائية.
- (٢) : إعداد إختبار يقيس المهارات الأساسية في تنس الطاولة "، والتي إشتمل:
- الضربة الأمامية المستقيمة: إختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الأمامي. (سرعة - دقة - قوة)
- الضربة الخلفية المستقيمة : إختبار الضربة المستقيمة بوجه المضرب الخلفي. (سرعة - دقة - قوة)
- الإرسال بدون دوران: إختبار الإرسال .

الدراسة الاستطلاعية:

أجريت هذه الدراسة في الفترة الزمنية من حيث قام الباحث بتطبيق الاختبارات بهدف قياس صدق وثبات الاختبار وتم ذلك باختيار مجموعة عشوائية قوامها (٢٠) لاعباً من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية .

المعاملات العلمية للاختبارات للمهارات الحركية الأساسية :

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية للاختبارات (صدق وثبات) .

أولاً:- صدق الإختبار

لحساب صدق الاختبار قام الباحث بحساب صدق التمايز وذلك عن طريق تطبيق الإختبارات مهارية على مجموعة قوامها (٢٠) لاعب من خارج مجموعة البحث ولهم نفس مواصفات العينة الأصلية للتأكد من صدق الاختبارات قيد البحث على التميز بين المستويات المختلفة للاعبين المجموعتين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة ، وقام الباحث بحساب دلالة الفروق بينهما والجدول التالي يوضح ذلك:

فاعلية برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة و أبعادها على
مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة
أ د / بحرية محمد محمد حسانين أ د / إبراهيم البرعى السيد قايل أ / السيد جمال هريدي رمضان

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للمهارات الحركية الأساسية ن = ٣٠

قيمة (ت)	مجموعة غير مميزة		مجموعة مميزة		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٣.٩١٤	٢.٠٤١	١٣.٨١٠	٠.٩٣٩	١٠.٠٠٠	بالثانية	المشي	حركات انتقالية
٥.٣٣٤	٠.٩١٢	١٦.٠١٠	٠.٩٤٠	١٢.٣٠٠	بالثانية	الجري	
٣.١٢٨	٧.٢١٥	١٦٣.٤١٠	١٥.٧٢٩	١٤٠.١٠٠	سنتيمتر	الوثب	
٢.٥٢٨	٠.٩١٢	٧.٠١٠	٠.٩٩٣	٥.٧٠٠	بالثانية	الحجل	
٤.٧٥٩	١.٠٦٥	٢٥.٤١٠	٢.٤١٣	١٨.٤٠٠	العدد	الخطو	غير انتقالية
٣.٥٢١	٢.٣١١	٧٤.١٠٠	٥.١٠٢	٣٩.٦٠٠	العدد	الثني المد	
٤.٦٣٣	٥.٨٢٤	٧٣.١٠١	٥.٣٢٢	٥١.٨٠٠	العدد	اللوي	
٣.٦٤٥	٤.٦٥٤	٥٢.١٠٢	٩.٨٠٠	٣٦.٩٠٠	العدد	الدوران	
١٩.٠٨٥	١.١٣٤	٨٣.٠٠٣	١.٩١٧	٦٥.١٠٠	بالثانية	التوازن	معالجة وتناول
٢.٩٥٥	١.١٦٧	٨.٩٠٠٣	٠.٦٥٩	٧.٥٠٠	سنتيمتر	الدفع	
٥.٠٥٢	٠.٧٥٧	١٥.٩٠٢	١.١٥٠	١٣.٥٠٠	العدد	التنطيط	
٥.١٣١	٠.٩٥٨	١٧.٨٢٠	١.٣١٠	١٤.٢٠٠	سنتيمتر	الرمي	
٣.٠١٧	١.٤٧٨	١٤.٣٥٠	٠.٩٩١	١١.١٠٠	العدد	الاستقبال	

قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤

يتضح من جدول (٣) حيث أن قيمة (ت) الجدولية تراوحت بين (٢.٥٣٨ ، ١٩.٠٨٥) مما

يدل عل صدق الاختبارات للمهارات الحركية قيد البحث.

جدول (٤)

معامل الصدق للإختبارات المهارية

قيمة (ت)	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		المعالجات الإحصائية الإختبارات (سرعة - دقة - قوة)
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١.٣٠	١.٣٥	٨.٠٨	١.٠٥	٨.٣٣	مسك المضرب (القبضه)
٠.٧٥	٢٦.١٥	٩.١٨	١.٧٢	٣٤.٦	الأداء المهارى للضربة الأمامية المستقيمة
٠.٩١	٠.٠٤	١٩.٢٥	٠.٠٥	٢٤.١٩	الأداء المهارى للضربة الخلفية المستقيمة
٠.٤١	١.٨٣	٢٦.١٨	١.٥١	٣٤.٩٨	الارسال بدون دوران

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في المتغيرات المهارية قيد البحث لصالح المجموعة المميزة مما يدل على صدق الاختبارات المستخدمة.
ثانياً: ثبات الاختبار
 قام الباحث بحساب معامل الثبات للاختبارات المهارية باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه **test-retest**

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ن = ٢٠

قيمة (ت)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٠.٩٩٣	٢.١١٦	١٣.٦٠٠	٢.٠٣٥	١٣.٧٠٥	بالثانية	المشي	حركات انتقالية
٠.٩٤٠	٠.٨٧٥	١٥.٦٠٠	٠.٩٤٢	١٦.٠١١	بالثانية	الجري	
٠.٩٨١	٨.٣٤٠	١٥٣.١٠٠	٧.٢٧٥	١٥٥.٤٠٠	سنتيمتر	الوثب	
٠.٨٩٠	٠.٨٧٠	٥.٩٠٠	٠.٩٤٢	٦.٠٠٠	بالثانية	الحجل	
٠.٨٤٠	١.٨٨٠	٢٤.٧٠٠	١.٠٧١	٢١.٤٠٠	العدد	الخطو	
٠.٩٦١	٣.٤٠٥	٤٥.٣٠٠	٢.٣٣٠	٤٥.٩٠٠	العدد	الثني المد	غير انتقالية
٠.٩٨٠	٥.٩٦٠	٤٩.٥٠٠	٤.٦٤٤	٥٠.٣٠٠	العدد	الدوران	
٠.٩٠٣	٣.٧٠٢	٧٩.٨٠٠	١.١٤٤	٨٠.٠٠٠	بالثانية	التوازن	
٠.٩٧١	١.٠٨١	٧.١٠٧	١.١٩٧	٧.٥٠٧	سنتيمتر	الدفع	معالجة وتناول
٠.٨٠١	١.٤٣٤	١٤.٥٠٤	٠.٧٣٧	١٤.٩٠٧	العدد	التنطيط	
٠.٨١٥	١.٢٦٤	١٦.٥٠٢	٠.٩١٨	١٦.٨٠٢	سنتيمتر	الرمي	
٠.٨٤٨	١.٤٤٩	١٤.١٠٠	١.٤١٨	١٤.٣٠٠	العدد	الاستقبال	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤

فاعلية برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة و أبعادها على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة
أ د / بحرية محمد محمد حسانين أ د / إبراهيم البرعى السيد قابيل أ / السيد جمال هريدي رمضان

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط للاختبارات المهارية

ن = ٢٠

قيمة (ت)	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		المعالجات الإحصائية الإختبارات (سرعة - دقة - قوة)
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٩٨٠	٣.٦٧٤	٢١.٤٠٠	٢.٦٧٥	٢١.٦٠٠	مسك المضرب (القبضة)
٠.٩٦٦	٠.٧٨٨	٩.٨٠٠	١.٤٤٩	١٤.١٠٠	الأداء المهارى للضربة الأمامية المستقيمة
٠.٩١	٠.٠٤	١٩.٢٥	٠.٠٥	٢١.٢٤	الأداء المهارى للضربة الخلفية المستقيمة
٠.٤١	١.٨٣	٢٦.١٥	١.٥١	٢٥.٩٨	الارسال بدون دوران

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤

يتضح من جدول (٦) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في المتغيرات المهارية قيد البحث لصالح المجموعة المميزة مما يدل على ثبات الاختبارات حيث أن معامل الارتباط بينهما يتراوح ما بين (٠.٩٣ ، ٠.٩٨) وجميعها ذات معاملة علمية عالية.

(٣): إعداد بطاقة الملاحظة

قام الباحث بتصميم بطاقة لملاحظة الأداء لمهارات تنس الطاولة قيد البحث لعينة البحث وقد إتبع الباحث عند تصميم البطاقة الخطوات التالية:
تحديد الهدف من البطاقة

في ضوء هدف البحث تم تحديد الهدف من البطاقة وهو تقييم الأداء المهارى للمهارات الاساسية في تنس الطاولة(مسك المضرب (القبضة) ، الضربة الأمامية المستقيمة ،الضربة الخلفية المستقيمة ،الإرسال بدون دوران) .

المعاملات العلمية للبطاقة

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية لبطاقة الملاحظة المقننة قيد البحث:

أ- الصدق :

تم حساب معامل الصدق لبطاقة من خلال:

١- صدق المحتوى . ٢- صدق المقارنة الطرفية .

(١) صدق المحتوى

تم ذلك بعرض البطاقة علي مجموعه من الخبراء "

٢- صدق المقارنة الطرفية

تم حساب صدق البطاقة قيد البحث عن طريق صدق المقارنة الطرفية وذلك علي عينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث ومماثلة للعينة الأصلية ومن خارجها قوامها (٢٠) ، وتم ترتيب الدرجات تصاعدا لتحديد الأرباعي الاعلي والأرباعي الادني وتم حساب دلالة الفروق بين الارباعي الأعلى والأدنى كما هو موضح في جدول (٧).

جدول (٧)

دلالة الفروق بين الأرباعي الاعلي والارباعي الادني في بطاقة الملاحظة المقننة قيد البحث

ن = ٢٠

متوسط الرتب	الارباعي الادني ن- ١٠		الأرباعي الاعلي ن- ١٠		وحده القياس	الاختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٨.٠٠ ٣.٠٠	٠.١١	٢.٠٧	٠.٢٧	٢.٧٠	الدرجة	مسك المضرب (القبضة)
٨.٠٠ ٣.٠٠	٠.١٥	٣.٩٥	٠.١٨	٤.٥٠	الدرجة	الضربة الأمامية المستقيمة
٧.٨٠ ٣.٠٠	٠.١٣	٢.٨٦	٠.١٦	٣.٤٥	الدرجة	الضربة الخلفية المستقيمة
٧.٩٠ ٣.٠٠	٠.١٧	٢.١٥	٠.٢٢	٤.٠٠	الدرجة	الإرسال بدون دوران

يتضح من جدول رقم (٧) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعتي الارباعي الأعلى والأدنى في بطاقة الملاحظة المقننة قيد البحث وفي اتجاه مجموعه الارباعي الأعلى حيث ان قيم احتمالية الخطأ دالة عند مستوي دلالة (٠.٠٥) مما يشير الي صدق البطاقة وقدرتها علي التميز بين المجموعات .

ب- الثبات

قام الباحث بحساب معامل الثبات للاختبارات المهارية باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه test-retest حتى يتم التحقق من ثبات الاختبارات وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٢٠) لاعب من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث للتحقق من ثبات الاختبارات تم إعادة الإختبار بعد (١٥) أيام وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين لحساب معامل الثبات للاختبارات والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق

في بطاقة الملاحظة المقننة قيد البحث ن = ٢٠

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق		وحده القياس	الاختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠.٩٢	٠.٢٧	٢.٢٨	٠.٣٠	٢.٣٠	الدرجة	مسك المضرب (القبضة)
٠.٩٤	٠.٣٩	٣.٩٩	٠.٤١	٤.٠٥	الدرجة	الضربة الأمامية المستقيمة
٠.٨٦	٠.٣٧	٤.٠٠	٠.٥٢	٣.٨١	الدرجة	الضربة الخلفية المستقيمة
٠.٩٠	٠.٤١	٤.٠٠	٠.٤١	٣.٩٤	الدرجة	الإرسال بدون دوران

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤

ويتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في بطاقة الملاحظة المقننة قيد البحث قد تراوحت ما بين (٠.٨٦ : ٠.٩٤) وجميعها معاملات ارتباط دالة احصائيا مما يشير الي ثبات البطاقة، وبذلك يكون الباحث قد وصل الي الصورة النهائية لبطاقة الملاحظة "

الدراسة التجريبية ونتائج البحث ومناقشتها والتوصيات والمقترحات
أولاً : الدراسة التجريبية للبحث.

وتمت تجربة البحث وفقاً للإجراءات التالية :

١- الإجراءات الإدارية :

قام الباحث بالاتفاق مع مدربي فرق الناشئين ومديري الأنشطة من المدارس الرياضية بنادي اتحاد الشرطة الرياضي عينة البحث، وقد وافق المسؤولين علي تطبيق إجراءات البحث علي مجموعة البحث.

٢- القياس القبلي :

تم إجراء القياس القبلي في متغيرات البحث للعينة خلال الفترة من وذلك للوقوف علي تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات (العمر الزمني - الوزن - الطول) ، المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بتعلم المهارات الأساسية في تنس الطاولة وهي (المشي - الجري - الوثب - الحجل - الخطو ، الثني - المد - اللف - الدوران - التوازن ، التنطيط - الرمي - الدفع - الاستقبال) ، والمهارات الأساسية في تنس الطاولة (مسك المضرب (القبضة) ، الضربة الأمامية المستقيمة، الضربة الخلفية المستقيمة، الإرسال بدون دوران).

القياس البعدي :

قام الباحث بأجراء القياس البعدي لمتغيرات البحث بنفس الأسلوب المتبع في القياسات القبلية بعد تنفيذ البرنامج المقترح وكان ذلك في الفترة من ٥/١٠/٢٠١٩م حتى ١٠/١٠/٢٠١٩م ، وذلك في المهارات الحركية الأساسية وهي (المشي - الجري - الوثب - الحجل - الخطو ، الثني - المد - اللف - الدوران - التوازن ، التنطيط - الرمي - الدفع - الاستقبال) ، والمهارات الأساسية في تنس الطاولة قيد البحث.

٣- المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية من أجل التوصل إلي نتائج تساعد على تحقيق فروض الدراسة.

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- معامل الارتباط
- معامل الالتواء
- اختبار "t"

ثانياً: خطوات استخلاص نتائج البحث :

تم تطبيق أدوات التقويم الخاصة بالبحث الحالي على مجموعة البحث تطبيقاً قبلياً وبعدياً وهذه الأدوات هي :

- اختبار المهارات الحركية الأساسية.
- بطاقة ملاحظة

تم تسجيل نتائج الاختبارات في جداول التفرغ ، الخاص بالاستمارات المستخدمة في تسجيل البيانات:

- رصد الدرجات الخام لمجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي
- حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لكل أداة من أدوات القياس ، وقد إستخدم الباحث البرنامج الإحصائي (SPSS) للمعالجات الإحصائية ، وذلك في المقارنة بين متوسطي درجات أفراد مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لأدوات البحث.

ثالثاً: اختبار مدي صحة فروض البحث :

١- اختبار صحة الفرض الأول ،وينص على أنه : يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطي درجات أفراد مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لإختبار المهارات الحركية الأساسية لصالح التطبيق البعدي.

فاعلية برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة و أبعادها على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة
أ د / بحرية محمد محمد حسانين أ د / إبراهيم البرعى السيد قايل أ / السيد جمال هريدي رمضان

جدول (٩)

دلالة الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي أفراد مجموعة البحث (ن = ٣٠)

الدالة	قيمة (ت)	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		وحدة القياس	المتغيرات	م
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
دال	٢.٩٨٢	٠.٩٢٥	١١.٠٠٠	١.٢٤٥	١١.٨٦٦	بالتانية	المشي	١
دال	٧.٤٣٢	٠.٨٨٣	١٣.٠٦٦	٠.٨٨٣	١٥.٢٦٦	بالتانية	الجري	٢
دال	٣.٥٢٥	٧.٦٢٧	١٦٠.٨٠٠	١٢.٢٧٤	١٤٨.٦٦٦	سنتيمتر	الوثب	٣
دال	٢.٨٦٣	٠.٨٨٣	٥.٧٣٣	١.٢٤٥	٦.٥٣٣	بالتانية	الحجل	٤
دال	٧.٦٨٥	١.٣٠٩	٢٦.٠٠٠	١.١٩٥	٢٣.٠٠٠	العدد	الخطو	٥
دال	٧.٣٢١	٢.٣٢٥	٤٨.١٣٣	٤.٦٢٧	٤١.١٣٣	العدد	الثني والمد	٦
دال	١٣.٠٥٤	٥.٢٩٤	٧٢.٨٠٠	٥.٣٧٨	٦١.٧٣٣	العدد	اللوي	٧
دال	٤.٤٤٠	٤.٠٠٨	٥٢.٠٦٦	٨.٤٧٠	٤٢.٨٠٠	العدد	الدوران	٨
دال	٢٥.١٠٥	٢.٠٢٣	٦٨.٣٣٣	١.٣٧٣	٨٢.٨٠٠	بالتانية	التوازن	٩
دال	٧.٨٩٧	١.٠١٤	٨.٨٠٠	١.١٢٥	٧.٨٦٦	سنتيمتر	الدفع	١٠
دال	٨.٣٢٨	٠.٧٤٣	١٥.٨٦٦	١.٠٨٢	١٣.٨٠٠	العدد	التنطيط	١١
دال	٧.٩٣٧	١.٠٠٠	١٨.٠٠٠	١.٣٠٩	١٥.٠٠٠	سنتيمتر	الرمي	١٢
دال	١٠.٠٢٠	١.٢٤٢	١٤.٤٠٠	١.١٧٥	١٢.٣٣٣	العدد	الاستقبال	١٣

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٠٤

يتضح من جدول (٩) وجود فرق دال إحصائياً بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في غالبية المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لصالح التطبيق البعدي وذلك في كل من متغيرات (المشي، الجري، الوثب، الحجل، الخطو، الثني والمد، اللوي، الدوران، التوازن، الدفع، التنطيط، الرمي، الاستقبال) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية. ويعزى هذا التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح والذي تم تطبيقه على مجموعة البحث بما يشمل من تمارين لتنمية المهارات الحركية الأساسية، مما كان له تأثير إيجابي على مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية لدى أفراد العينة التجريبية .

كما يرى جاليهو (Gallahue, 1996, 6) أن الحركة إحدى الدوافع الأساسية لنمو الطفل، فعن طريقها يبدأ الطفل التعرف على البيئة المحيط به، وهذا الميل الطبيعي للحركة هو إحدى طرق التعليم فالطفل يتعلم من خلال الحركة وهي عبارة عن مدخل وظيفي لعالم الطفولة ووسيط تربوي فعال لتحسن وتطوير النمو الحركي والعقلي والاجتماعي للطفل.

ويؤكد السيد عبد المقصود (١٩٨٥ : ١٧٢) على أن من الخصائص المميزة لهذه المرحلة حركياً الحيوية الواضحة والحركة الدائمة للأطفال، ويعكس ذلك سرور الطفل عند أدائه النشاط الحركي، واستجابة الطفل إلى كافة مثيرات البيئة بأداء نشاط حركي للدرجة التي تجعله في حركة دائمة.

كما يذكر كل من أحمد السرheid، فريدة عثمان (١٩٩٣ : ٦٨) أن النمو الحركي للطفل في هذه المرحلة يتأثر بشكل كبير بالعوامل والمؤثرات الخارجية، وهذا يجعل دور المعلم والمؤسسات التربوية على جانب كبير من الأهمية في هذه المرحلة.

وفيما يخص المهارات الحركية الإنتقالية فيتضح من جدول (٢٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٧.٦٨٥ ، ٢.٨٦٣) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية .

وأما بالنسبة للمهارات الحركية غير الإنتقالية نجد وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث لصالح التطبيق البعدي حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (١٣.٠٥٤ ، ٢٥.١٠٥) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

أما مهارات المعالجة والتناول فهناك فرق ذو دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث لصالح التطبيق البعدي حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (١٠.٠٢٠ ، ٧.٨٩٧) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

ويتضح أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية في جميع اختبارات قياس الأداء لاختبار المهارات الحركية الأساسية ، وهذا يوضح أن الفرق بين متوسطي درجات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في جميع الاختبارات دال إحصائياً لصالح التطبيق البعدي ، الأمر الذي يقود إلي قبول الفرض الأول من فروض البحث والذي ينص علي: أنه يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطي درجات أفراد مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المهارات الحركية الأساسية لصالح التطبيق البعدي.

اختبار صحة الفرض الثاني، وينص على أنه : يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطي درجات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لبطاقة الملاحظة في المهارات الأساسية في التنس لصالح التطبيق البعدي.

فاعلية برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة و أبعادها على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة
أ د / بحرية محمد محمد حسانين أ د / إبراهيم البرعى السيد قابيل أ / السيد جمال هريدي رمضان

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي لأفراد مجموعة البحث في المهارات الأساسية لتنس الطاولة

(ن = ٣٠)

الدالة	قيمة (ت)	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		وحدة القياس	المتغيرات	م
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
دال	٨.١١١	٢.٥٠١	٢١.٤٠٠	١.٦٨٤	١٥.٨٦٦	الاداء	مسك المضرب القبضة	١
دال	٤٥.٦١٠	٦.١٠٨	٩٨.٢٠٠	١.٨٣١	٣٣.٩٣٣	العدد	الضربة الأمامية المستقيمة	٢
دال	١٧.٣٩٣	٠.٨٩٩	٩.٦٦٦	١.٢٣٤	٢.٣٣٣	العدد	الضربة الخلفية المستقيمة	٣
دال	٤٥.٦١٠	٦.١٠٨	٩٨.٢٠٠	١.٨٣١	٣٣.٩٣٣	العدد	الإرسال بدون دوران	٤

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤

يتضح من جدول (١٠) وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في كل المهارات الأساسية لتنس الطاولة قيد البحث لصالح التطبيق البعدي وذلك في كل من متغيرات (مسك المضرب (القبضة) ، الضربة الأمامية المستقيمة، الضربة الخلفية المستقيمة، الإرسال بدون دوران) ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (١٧.٣٩٣، ٨.١١١) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

ويعزي ذلك التحسن في أداء المهارات قيد البحث بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث لصالح التطبيق البعدي إلى تحسن مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية المرتبطة وهي (المشي، الجري، الوثب، الحجل، الخطو، الثني والمد، اللوي، الدوران، التوازن، التنطيط، الرمي، الاستقبال) وهي المهارات التي كانت بها فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث لصالح التطبيق البعدي لهذه المهارات حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة لهذه المهارات (١٠٠.٢٠، ٢٥.١٠٥) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

كما يرجع الباحث الفروق في المهارات الأساسية في رياضة تنس الطاولة قيد البحث بين التطبيقين القبلي والبعدي لمجموعة البحث لصالح التطبيق البعدي إلى تعليم المهارات في ضوء جوانب وأبعاد الحركة وهي مفاهيم الوعي بالجسم "الموجهة للنشاط" وهي تخبرنا بما يفعل الجسم كله أو جزء منه، ومفاهيم الجهد "الموجهة كما وكيفا" وهي تخبرنا بشكل الحركة وماهيتها الديناميكية، ومفاهيم الحيز والمكان "موجهة للمكان"

و يتضح أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية في جميع اختبارات قياس الأداء المهاري في رياضة تنس الطاولة قيد البحث، وهذا يوضح أن الفرق بين متوسطي درجات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في جميع الإختبارات دال إحصائياً لصالح التطبيق البعدي ، الأمر الذي يقود إلي قبول الفرض الأول من فروض البحث والذي ينص علي: " أنه يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطي درجات أفراد مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لبطاقة الملاحظة في المهارات الأساسية في التنس لصالح التطبيق البعدي. وبهذا يكون قد أجيب عن السؤال الثاني للبحث الحالي والذي ينص علي: ما فاعلية البرنامج التدريبي المقترح على مستوي أداء بعض المهارات الأساسية في التنس لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة ؟

نتائج البحث:

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي إطار العينة والمنهج المستخدم والمعالجات الإحصائية وتفسير ومناقشة النتائج تمكن الباحث من استخلاص ما يلي:

١. البرنامج التدريبي المقترح له تأثير ايجابي على الحركات الأساسية (المشي، الجري، الوثب، الحجل، الخطو، الثني والمد، الدوران، التوازن، الدفع، التنطيط، الرمي، الاستقبال) المرتبطة بمهارات تنس الطاولة.
٢. البرنامج التدريبي المقترح له تأثير ايجابي على تعليم بعض المهارات الأساسية في تنس الطاولة في ضوء جوانب وأبعاد الحركة بإستخدام تصنيف Rudolf Laban (مفاهيم الوعي بالجسم، ومفاهيم الجهد، ومفاهيم الحيز والمكان، ومفاهيم العلاقات).
٣. البرنامج التدريبي المقترح له تأثير ايجابي على تعليم بعض المهارات الأساسية في (مسك المضرب القبضة - الضربة الأمامية المستقيمة - الضربة الخلفية المستقيمة- الإرسال بدون دوران) حيث كان الفرق دال إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في المهارات الأساسية لتنس الطاولة.

التوصيات :

- ١- الإهتمام بتنمية الحركات الأساسية للمبتدئين في كل نشاط رياضي.
- ٢- ضرورة تنمية المهارات الأساسية للألعاب بشكل عام وتنس الطاولة بشكل خاص في ضوء جوانب وأبعاد الحركة.
- ٣- عقد دورات تدريبية للقائمين علي تدريب التربية الرياضية قبل الخدمة وفي أثنائها وخاصة للناشئين علي إستخدام برامج التدريب المختلفة في ضوء جوانب الحركة وابعادها في تعليم المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة.

٤- وضع مجموعة من التدريبات للمهارات الأساسية في تنس الطاولة في ضوء جوانب وأبعاد الحركة.

٥- توعية مدربي ومخططي البرامج التعليمية والتدريبية للناشئين بأهمية تنمية الحركات الأساسية المرتبطة بنوع النشاط في ضوء جوانب وأبعاد الحركة.

٦- عمل دليل لمدربي الناشئين في المدارس الرياضية لكيفية تعليم المهارات في تنس الطاولة في ضوء مفاهيم جوانب وأبعاد الحركة وخاصة المبتدئين بحيث تتاح الفرصة للاعب للتعلم حسب سرعته الذاتية وبما يراعي الفروق الفردية بين الطلاب.

المراجع

- ١- إبراهيم البرعي قابيل، ميلاد محمد عقيلة.(٢٠٠٨): تأثير استخدام إستراتيجية مقترحة على تعلم المفاهيم في التربية البدنية ومدى بقاء أثرها لدى تلاميذ الصف الأول بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمدينة مصراتة بالجمهورية العربية الليبية، المؤتمر العلمي السنوي الدولي بقسم علم النفس الرياضي، علم النفس الرياضي وسوق العمل، (التجارب والتحديات - التطلعات)، المنعقد بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، ١٧ أبريل ٢٠٠٨، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، (٥٤)، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان.
- ٢- أحمد عبد الرحمن السرهد، فريدة إبراهيم عثمان(١٩٩٣م): الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية ، الكويت ، دار القلم.
- ٣- أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب (٢٠٠٣): التربية الحركية للطفل، القاهرة، دار الفكر العربي.
- ٤- بسطويسي أحمد محمد (١٩٩٩): أسس ونظريات التدريب الرياضي، القاهرة : دار الفكر العربي.
- ٥- حسن شحاتة وآخرون (٢٠٠٣): معجم المصطلحات التربوية والنفسية، القاهرة ، الدار المصرية اللبنانية.
- ٦- حسن عبد السلام محفوظ، نجلاء فتحي خليفة (٢٠١٣): منظومة التربية الحركية نظريات - تطبيقات، الإسكندرية: منشأة المعارف.
- ٧- محمود عبد الحليم عبد الكريم (٢٠٠٦): ديناميكية تدريس التربية الرياضية، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- ٨- هبة محمد راتب أبو جازية (١٩٩٩): تقويم جوانب الحركة في رياضة الجمباز لدى طلاب كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- 9- David L.Callahue (1982):Understanding motor developoment, hand books.
- 10- Gallahue, D.(1996): Developmental physical education for today's elementary school children. Macmillan Pub. Com. New York.

مستخلص البحث

استهدف البحث إعداد برنامج تدريبي مقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها وتقصي أثره على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة ، وتحددت مشكلة البحث الحالي في إنخفاض مستوى أداء الناشئين من (٩-١٢) سنة للمهارات الأساسية لرياضة التنس ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتصميم المجموعة الواحدة ذات القياسين القبلي والبعدي لأدوات البحث ، وذلك لمناسبته لطبيعة وأهداف البحث الحالي ، وطبق البرنامج علي عينة قوامها ٣٠ تلميذا من المدارس الرياضية باتحاد الشرطة الرياضي بالقاهرة ، وأعد الباحث لجمع البيانات اختباراً لقياس المهارات الأساسية في تنس الطاولة ، ، وكانت أهم النتائج التي توصل إليها البحث أن البرنامج المقترح له تأثير ايجابي في المهارات الأساسية لدي افراد عينة البحث، وتوصل الباحث الي فاعلية البرنامج التدريبي المقترح في رياضة التنس في ضوء جوانب الحركة وأبعادها في تحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى الناشئين من (٩-١٢) سنة.

الكلمات المفتاحية: البرنامج التدريبي رياضة التنس ، جوانب الحركة وابعادها ، المهارات الأساسية.

Abstract

The research aimed to prepare a proposed training program in tennis in light of the aspects of movement and its dimensions, and to investigate its impact on the level of performance of some basic skills among juniors from (9-12) years, and the problem of the current research was identified in the low level of performance of juniors from (9-12) years for basic skills. For tennis, and the researcher used the experimental method and the design of one group with two measurements, tribal and remote, for the research tools, due to its relevance to the nature and objectives of the current research. The most important results of the research were that the proposed program had a positive effect on the basic skills of the research sample members, and the researcher reached the effectiveness of the proposed training program in tennis in light of the aspects of movement and its dimensions in improving the performance level of some basic skills among juniors from (9-12) years old.

Key words: tennis training program, aspects of movement and its dimensions, basic skills, motor innovation, motor satisfaction.