

## الدرجات المعيارية لاختبارات اللياقة البدنية الخاصة للاعبين الكوميتية

أ.د/ محمد عبد العزيز عني

أ.د/ أحمد سعيد زهران

م.د/ حسام عاطف حسني

الباحث/ عادل ربيعي محمد على

### المقدمة ومشكلة البحث :

اتجهت جهود الإنسان منذ القدم نحو تنظيم بيئته و التحكم فيها، و استمرت تلك الجهود علي مدى تطور مراحل حضاراته المختلفة، و قد نتج عن ذلك أن توصل الإنسان إلي ابتكار الكثير من المقاييس و الاختبارات ، و كان معظمها نتيجة تجاربه و محاولاته المستمرة و نجاحه مرة و فشله مرات كثيرة، و قد كانت وسيلته الأساسية في ذلك هي الحكم المنطقي علي الأدوات المختلفة التي يستخدمها في تجاربه. و في الوقت الحالي نجد أن الأسلوب العلمي الحديث او الاسلوب التجريبي قد اسفر عن ابتكار و تصميم وسائل متعددة للقياس في مجالات العلوم المختلفة تتميز بالدقة المتناهية كما تطورت رياضة الكاراتيه في الفترة الاخيرة و خاصتا بعد إدراج رياضة الكاراتيه ضمن البرنامج الاولمبي بأولمبيات الشباب ٢٠١٨م و اولمبياد طوكيو ٢٠٢٠ و حققت رياضة الكاراتيه ميدالية ذهبية واخرى برونزية وقد لاحظ الباحث بصفته لاعب و مدرب كاراتيه أهمية اللياقة البدنية الخاصة للاعبين الكاراتيه و التي تلعب دورا هام في تحقيق النتائج المتقدمة كما لاحظ أهمية وجود درجات معيارية لاختبارات اللياقة البدنية الخاصة بالكوميتية و ايضا إعداد سجلات للياقة البدنية الخاصة لكل لاعب بالإضافة الى بطاقات أو استمارات تسجيل لرصد مستوى الأداء البدني لما له من تأثير كبير علي مستوى الاداء و الانجاز الرياضي ، اضافة إلي قلة الابحاث العلمية التي تتناول الدرجات المعيارية لاختبارات اللياقة البدنية الخاصة للاعبين الكوميتية، مما يدفع الباحث لصياغة مشكلة البحث في الدرجات المعيارية لاختبارات اللياقة البدنية الخاصة للاعبين الكوميتية.

ويري كمال عبدالحميد و عبدالمحسن مبارك (٢٠١١م) نقلاً عن خاطر، والبيك، أن

الاختبار في مفهومه أعم و اشمل من القياس، حيث أن الاختبار يستخدم طرق البحث العلمي المختلفة، و بصورة أخرى محاولة لفهم الظواهر و العمليات و استنتاج فاعليتها.

كما يري شلتوت، معوض أن الاختبار يتطلب أن يتفاعل الشخص الذي يجري عليه

الاختبار مع مادة الاختبار، فالممتحن له دور إيجابي، أما القياس فلا يتطلب أي تفاعل بين

الشخص الذي تأخذ قياساته و بين عملية القياس، فدور المختبر هنا سلبي، إلا أن هذا الرأي

يحاول أن يقرب بين الاختبارات بمعناها العام و القياسات بمعناها الخاص كما في القياسات الجسم(١:١٨)

يري كمال عبدالحميد و عبدالمحسن مبارك(٢٠١١م) نقلاً عن وجيه شمندی (٢٠٠٢م) أنه في مجال رياضة الكاراتيه ترتبط مصادر الاعداد البدني والاعداد المهاري للاعب بشكل واضح. ولذلك فالصفات والقدرات البدنية ومكونات الاداء الفني الجيد ودرجة اتقانه تبرز في صورته مركبة ومتراصة. حيث ترتبط فعالية التحسن المهاري للاعب اساسا بعملية التناسق لاتقان فن الاداء مع طرق تدريب القدرات البدنية او طرق الاعداد البدني للاعبين(٣:١٦)

ويذكر وجيه شمندی ولطفي طه (١٩٩٥م) أن نشاط المنازلات بصفة عامة يعتمد على مقاومة المنافس والتغلب على أشكال مختلفة ومتنوعة من استجابات مع ضرورة مراعاة ومسايه خصائص تلك الاستجابات ليس فقط من الناحية المهارية أو الخططية وإنما أيضا من الناحية البدنية حيث مقدار القوة والسرعة والمرونة والرشاقة حتى تتسم استجابات اللاعب بالفاعلية والدقة المطلوبة. (٨: ١٤-١٦)

ويوضح وجيه شمندی(٢٠٠٢م) الى ان الاداء الحركي في رياضة الكاراتيه له جانبان محسوسان هما المهارات والصفات او القدرات، فالالاتجاه الخاص بتعلم الحركة هو ما يرتبط بالمهارة ويطلق على العملية ذاتها: الاعداد المهاري، بينما الصفات او القدرات نجدها تتعلق بالاتجاه الخاص بالتدريب ويطلق عليها عملية " الاعدادالبدني ". (٨: ٧)

#### هدف البحث :

يهدف البحث إلى حساب الدرجات المعيارية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي الكوميتية.

#### الاهمية العلمية :

١- تكمن اهمية الدرجات المعيارية لاختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة في تحديد مستوى اللاعبين.

٢- المساعدة في تطوير برامج التدريب للاعبي الكوميتية.

٣- يعتبر هذا البحث ضمن الأبحاث الأولى التي تهتم بالدرجات المعيارية لاختبارات اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي الكوميتية رجال.

#### الاهمية التطبيقية :

١- توفير أداة مقننة لتقويم البرامج التي تهدف الى رفع مستوى اللياقة البدنية للاعبي الكوميتية رجال.

٢- تلك الدرجات المعيارية سوف تسهم في تحديد مدى امكانيات وقدرات اللاعبين حتى يتم

وضع البرامج المناسبة لهم ومعدل تقدمهم .

الدراسات السابقة :-

اولا : الدراسات العربية :

١ . دراسة مصطفى احمد السيد محمد ٢٠١٨ م دكتوراة

عنوان الدراسة البروفيل البدني للاعبى الكاراتيه (كوميديه) المنهج المستخدم استخدم الباحث المنهج الوصفي مجتمع و عينة البحث يتمثل مجتمع البحث في لاعبي منطقة الجيزة للكاراتيه الناشئين المرحلة السنية من ١٦:١٣ سنة و قوامها ٢٧٥ لاعب وفقا لآخر إحصائيات الاتحاد المصري للكاراتيه فرع الجيزة و قد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الكاراتيه الناشئين المرحلة السنية من ١٦:١٣ سنة بمنطقة الجيزة للكاراتيه و كان قوامها ١٠٨ لاعب قسمت الي ٣٠ لاعب كعينة استطلاعية و ٧٨ لاعب كعينة أساسية أهم النتائج تم تحديد القدرات البدنية و الاختبارات الخاصة بلاعبى الكاراتيه ( كوميديه ) ١- التوازن و يقيسها اختبار الوقوف علي مشط القدم ٢-القوة العضلية و يقيسها اختبار قوة القبضة ٣-القدرة العضلية و يقيسها اختبار الوثب العمودي ٤-الرشاقة.

٢ . دراسة محمد صلاح امين داود ٢٠١٧ م دكتوراة

عنوان الدراسة تأثير بعض القدرات البدنية الخاصة بالاسلوب المركب علي مستوى اداء المباريات للاعبى الكاراتيه كوميديه. المنهج المستخدم استخدم الباحث المنهج التجريبي، المنهج التجريبي مجموعة و احدة مجتمع و عينة البحث يتكون مجتمع البحث من ٢٠ لاعب من لاعبي الانتاج الحربي للمرحلة السنية ١٥-١٦ سنة و المسجلين بالاتحاد المصري للكاراتيه للموسم الرياضي ٢٠١٥ أهم نتائج البحث وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي و البعدي في القدرات البدنية الخاصة لدي عينة البحث و في اتجاه القياس البعدي وجود نسب تحسن (معدلات التغير) بين القياسات القبلي و البعدي في القياسات البدنية الخاصة قيد البحث.

٣ . دراسة وليد علي يحيى نهطاي ٢٠١٦ م دكتوراة

عنوان الدراسة البروفيل البيولوجي للاعبى المستويات العليا رجال في رياضة الكاراتيه المنهج المستخدم استخدم الباحث المنهج الوصفي مجتمع و عينة البحث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتخب مصر القومي للكاراتيه و الدرجة الاولى بالاندية المشاركين في بطولة الجمهورية للموسم الرياضي ٢٠١٤/٢٠١٥ و الموسم الرياضي ٢٠١٥ / ٢٠١٦ أهم نتائج البحث بطارية مصغرة لقياس الخصائص البدنية للاعبى الكوميديه الوزن الخفيف بطارية مصغرة لقياس الخصائص البدنية للاعبى الكوميديه الوزن المتوسط.

٤ . دراسة محمد مجدي عمارة ٢٠١٠ م ماجستير

عنوان الدراسة القدرات التوافقية للاعبين رياضة التايكوندو المنهج المستخدم استخدم الباحث المنهج الوصفي . مجتمع و عينة البحث يتكون عينة البحث من ٦٠ لاعب أهم نتائج البحث - ١. استخلاص وسيلة قياس موضوعية مقننة ( بطارية ) للقدرات التوافقية للاعبين رياضية التايكوندو ٢. تحديد المستويات المعيارية لاختبارات البطارية المستخلصة.

ثانيا : الدراسات الأجنبية :

##### ٥. دراسة كان انجلوس Kalan Anglos ٢٠١٧ م

عنوان الدراسة إنشاء بطارية اختبار لياقة بدنية موحده لممارسي رياضة الكاراتيه، المنهج المستخدم استخدم الباحث المنهج الوصفي ، مجتمع و عينة البحث تم رصد خمسة رياضيين ذوي خبرة في مجال الكاراتيه باستخدام المواد الفعلية ومعدل ضربات القلب مراقبين خلال منافسة محاكاة للمساعدة في تحديد المتطلبات الفسيولوجية للكاراتيه.، اهم النتائج تم تطوير بطارية اختبار للياقة باستخدام اختبارات ميدانية تقيس قوة (الوثب العمودي ) والجزء العلوي من الجسم (وضع كرة طبية) ، مرونة الحوض ، توازن الساق الفردية ، القدرة اللاهوائية (اختبار مكوك معدل ٣٠٠ متر) ، والسرعة الحركة (T- اختبار) ، فضلاً عن الأداء الهوائي (اختبار تشغيل المكوك Leger 20m). في حين تقدم هذه الدراسة بعض الأدلة على معايير التمييز الفسيولوجي واختبار اللياقة البدنية للرياضيين الكاراتيه ، فإن بطارية اختبار اللياقة البدنية المقترحة توفر أداة أولية للخطوات المناسبة لتحليل تدريب الكاراتيه وأدائه ، وإنشاء بيانات معيارية للرياضيين في جميع مراحل التطوير و تجربة وتحديد معايير اللياقة البدنية للكاراتيه.

##### ٦. دراسة مريم جولير ٢٠١٧ م

عنوان الدراسة تقييم أداء التوازن لرياضة الكاراتيه لنخبة الذكور بعد التعب المنهج المستخدم المنهج التجريبي مجتمع و عينة البحث ١٦ لاعب من الذكور بالمنتخب القومي للتركيا اهم النتائج وتكشف تقييمات اختبارات التوازن الديناميكي في حدود الاستقرار أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين قيم الاختبار القبلي والاختبار البعدي (من الرصيد الكلي، والحق في الاتجاه الأمامي، وبيانات اليسار إلى اليسار).

##### ٧. دراسة دابجي نيكوكهسلت dabbagh nikookheslat ٢٠١٦ م

عنوان الدراسة البروفيل البدني و النفسي للاعبين منتخب ايران للكاراتيه ، المنهج المستخدم استخدم الباحث المنهج الوصفي ، مجتمع و عينة البحث اختيرت بالطريقة العمدية من منتخب ايران المشارك في بطولة العالم بالمانيا ٢٠١٤ م ، اهم النتائج جاءت القيم الاكبر دلالة احصائية في البروفيل البدني عند المتغيرات التالية (انقاع الطول - كتلة الجسم - طول الذراع - الجري المكوكي - معدل الكفاءة - سرعة رد الفعل - عدو ٤٠ يارده -الوثب العمودي - الوثب الطويل

- المعدل اللاهوائي).

#### ٨. دراسة جوليان Juliano ٢٠١٥ م

عنوان الدراسة اللياقة البدنية المتعلقة بالصحة في فنون القتال وممارسي الرياضة القتالية ، المنهج المستخدم استخدم الباحث المنهج الوصفي ، مجتمع و عينة البحث تم تقييم ٩٣٥ من البالغين والممارسين الذكور من jiu jitsu البرازيلي ، والجودو ، والكاراتيه ، والكونغ فو ، والتايكوندو باستخدام اختبارات تقييم اللياقة البدنية التي اقترحتها كلية Amer-ican للطب الرياضي. ، اهم النتائج كان لدى معظم الأشخاص مؤشر كتلة الجسم بين زيادة الوزن (الكاراتيه ، وجيو جيتسو البرازيلية والجودو) والعاديين (الكونغ فو والتايكوندو). وأشارت نسبة الدهون في الجسم مخاطر معتدلة لجميع الفئات. بالنسبة إلى VO 2 max ، أظهرت مجموعة الكونغ فو درجات أقل مقارنةً بمجموعات الجيو جيتسو والجودو البرازيلية.

#### منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي لملاءمته لتحقيق أهداف

البحث .

#### مجتمع وعينة البحث :-

مجتمع البحث لاعبي رياضة الكاراتيه علي مستوى الجمهورية ، وسيتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي الكوميتيه رجال والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري للكاراتيه.

وبلغت عينة البحث الحالي (١٠٤) لاعب في الكوميتيه بالأندية الرياضية، بواقع تصنيفي (٨٠) لاعب كوميتيه (رجال) بالأندية الرياضية بالأندية الرياضية حيث تم اختيارهم بالطريقة العمدية من الاندية الرياضية، حيث تم سحب عدد (٢٤) لاعب من العدد الاجمالي للاشتراك في الدراسة الاستطلاعية وتم استبعاده من العينة الاساسية للدراسة:

وتم اختيار العينة من العديد من الاندية من محافظة الجيزة والقاهرة وهم ( نادى الطالبية الرياضي ونادى حدائق الاهرام والنادى الاهلي المصري و نادى البنك الاهلي و المركز الخدمي بكلية التربية الرياضية ) وتم الاقتصار على ذلك فقط نتيجة لصعوبة دخول باقي الاندية نظرا للأعداد المتزايدة من المصابين لانتشار جائحة كورونا.

الجدول رقم (١) يوضح الاندية التي تم اختيار العينة منها . ( كوميتية )

العينة		المجتمع	الأندية
المجموع	الأساسية		
٢٦	٢٠	٦	نادى الطالبية الرياضي

١٩	١٥	٤		نادى حدائق الاهرام
١٥	١٠	٥		النادي الاهلي المصري
٢٠	١٥	٥		المركز الخدمي بكلية التربية الرياضية
٢٤	٢٠	٤		نادي البنك الاهلي
١٠٤	٨٠	٢٤		المجموع

جدول ( ٢ ) توصيف عينة البحث فى متغيرات النمو للاعبى الكوميته

المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء	معامل التفلطح	اقل قيمة	أكبر قيمة
السن	سنة	24.688	24.000	3.422	0.278	0.694-	19.000	32.000
الطول	سم	178.750	178.000	6.357	0.187	1.023-	167.000	192.000
الوزن	كجم	79.188	79.000	8.265	0.362	2.848	60.000	113.000

تشير نتائج الجدول إلى المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء للمتغيرات النمو ، كما يتضح من الجدول تجانس أفراد العينة فى هذه المتغيرات حيث يتراوح معامل الإلتواء بين (  $3 \pm$  ) .  
الخطوات التنفيذية للبحث:

#### ١- تحديد عناصر اللياقة البدنية الخاصة والاختبارات المرشحة للتطبيق:

لغرض تحديد عناصر اللياقة البدنية والواجب توافرها لدى للاعبى الكاراتيه (رجال) ، قام الباحث بتصميم استمارة مستعينا بالمصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة والمقابلات الشخصية وخبرات الباحث، حيث عرضت الاستمارة على عدد من الخبراء والمختصين مرفق (١)، لتحديد أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبى الكاراتيه (رجال)، بالإضافة الى أهم الاختبارات الخاصة بكل عنصر من هذه العناصر، مع إعطاء الحرية للمختصين بالإضافة أو الإزالة أو التعديل للعناصر واختباراتها كما هو موضح في مرفق (٢) وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات تم حساب درجة كل عنصر بدني والدرجة الخاصة باختباراته، حيث اعتمدت جميع العناصر والاختبارات التي حصلت على موافقة ما نسبته ( ٦٠ %) فأكثر من المحكمين، وقد تم تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية الواجب توافرها لدى الافراد عينة البحث وأهم الاختبارات الخاصة بكل عنصر وفقاً لآراء ( ١٠ ) خبير والمختصين في مجال الكاراتيه واللياقة البدنية بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان وكلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة وكلية التربية الرياضية جامعة بورسعيد وكلية التربية الرياضية جامعة السادات وكلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق وكلية التربية الرياضية جامعة طنطا و ايضا بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ، كما يتضح من بيانات جدول رقم (٣)،

الجدول رقم (٤).

## جدول رقم (٣)

الأهمية النسبية لآراء الخبراء في عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين الكوميتيه (رجال)

(ن = ١٠)

م	عناصر اللياقة البدنية	أوافق	لا أوافق	النسبة المئوية
١	القدرة	10	-	100%
٢	سرعة رد الفعل	10	-	100%
١	الرشاقة	10	-	100%
٤	المرونة	9	١	90%
٥	التوافق	8	٢	80%
٦	التوازن	7	٣	70%
٧	تحمل السرعة	1٠	-	100%
٨	تحمل قدرة	8	٢	80%
٩	تحمل دوري تنفسي	8	٢	80%
١٠	تحمل اداء	9	١	90%
١١	الدقة	8	٢	80%
١٢	سرعة حركية	10	-	100%
١٣	دقة القدرة	4	٦	40%

يتضح من جدول رقم (٣) إن النسبة المئوية لآراء الخبراء لتحديد أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين الكوميتيه (رجال) بالأندية الرياضية ما بين (٤٠٪ : ١٠٠٪) وعليه فقد أرتضى الباحث بالاختبارات التي حصلت على ٦٠٪ فأكثر و عددهم ١٢ عنصر.

## جدول (٤)

الأهمية النسبية لآراء الخبراء في اختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة

للاعبين الكوميتيه (رجال)

(ن = ١٠)

م	الاختبارات	النسبة المئوية	أوافق	لا اوافق
-١	القدرة	٥٠٪	١٠	٠
-٢	القدرة	٨٠٪	٨	٢

م	الاختبارات	النسبة المئوية	أوافق	لا أوافق
٣-	ثني ومد الذراعين ١٥ ث		٤	٦
٤-	الوثبات المتتالية في المكان		٥	٥
٥-	الوثب العمودي من الثبات		٦	٤
٦-	المسطرة المدرجة باليدين		٨	٢
٧-	زمن رد الفعل الانفعالي		٤	٦
٨-	لون الاتجاه		٧	٣
٩-	تسمية الالوان		٥	٥
١٠-	المسطرة المدرجة بالرجلين		٩	١
١١-	الجري المكوكي		٧	٣
١٢-	الجري اللولبي		٥	٥
١٣-	حرف T		٤	٦
١٤-	الجري الزجاجي		٧	٣
١٥-	جري متعدد الاتجاهات		٦	٤
١٦-	ثني الجزع للامام من الجلوس طولا		٦	٤
١٧-	ثني الجزع للامام من الوقوف		٣	٧
١٨-	لمس المستطيلات الاربعة		٤	٦
١٩-	فتح الرجل		٩	١
٢٠-	دوران الجزع		٧	٣
٢١-	الدوائر المرقمة		١٠	٠
٢٢-	الجري في شكل ٨		٦	٤
٢٣-	النقر على المسطحات		٣	٧
٢٤-	الاشكال الهندسية		٤	٦
٢٥-	نط الحبل		٧	٣
٢٦-	الوقوف على الكرة		٧	٣
٢٧-	بلنك		٨	٢
٢٨-	الاتزان المقلوب		٥	٥
٢٩-	الشكل الثماني		٤	٦
٣٠-	الوقوف بقدم طولية على العارضة		٦	٤
٣١-	الجري في المكان دقيقة		٨	٢
٣٢-	الجري مسافة ٤٠٠ متر		٣	٧
٣٣-	الجري ٣٠ م و الراحة ٣٠ ث		٤	٦
٣٤-	لكمة الكياجي زوكي لمدة ٤٥ ث		٧	٣
٣٥-	لكمة الكزامي زوكي لمدة ٤٥ ث		٧	٣
٣٦-	الانبطاح المائل (جياكوزوكي)		٦	٤
٣٧-	رمي الكرة الطبية على الحائط لمدة ٣٠ ث		٤	٦
٣٨-	الوثب العريض		٣	٧
٣٩-	كزامي		٨	٢
٤٠-	الجري ٣ دقيقة		٧	٣
٤١-	التعب لكارلسون		٣	٧
٤٢-	كوبير (١٢ دقيقة جري)		٤	٦
٤٣-	رباعي دقيقة		٧	٣
٤٤-	اداء لكومات - ركلات لمدة ٣ دقائق		٦	٤
٤٥-	ركلة الكزامي مواثي لمدة دقيقة		١٠	٠



م	الاختبارات	النسبة المئوية	أوافق	لا أوافق
٤٦-	لكمة الكياجي زوكي لمدة دقيقة		١٠	٠
٤٧-	لكمة اوي زوكي لمدة دقيقة		٢	٨
٤٨-	ركلة يوكو لمدة دقيقة		٣	٧
٤٩-	لكمة الكزامي زوكي لمدة دقيقة		١٠	٠
٥٠-	لكمة كزامي زوكي هدف ثابت		٨	٢
٥١-	التصويب بالقدم على المستطيلات المتدخلة		٤	٦
٥٢-	ثبات اليد الثقوب		٣	٧
٥٣-	ركلة كزامي مواشي هدف ثابت		٨	٢
٥٤-	لكمة كياجي زوكي هدف ثابت		٦	٤
٥٥-	سرعة حركة الرجل في الاتجاه الافقي		٨	٢
٥٦-	الجري في المكان ٣٠ ث		٣	٧
٥٧-	سرعة قبض و بسط مفصل الفخذ		٤	٦
٥٨-	لكمة الكياجي زوكي		٧	٣
٥٩-	لكمة الكزامي زوكي		٦	٤

يتضح من جدول (٤) إن النسبة المئوية لأراء الخبراء لتحديد أهم الاختبارات البدنية للاعبين الكوميتية ما بين (٣٠٪ : ١٠٠٪) وعليه فقد أرتضى الباحث بالاختبارات التي حصلت على ٦٠٪ فأكثر.

#### ١- الصدق

#### جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في الاختبارات المستخدمة قيد البحث لعينة البحث من لاعبي الكوميتية

$$n = 12$$

الاختبار	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	الدلالة
عنصر القدرة اختبار : رمي كرة طبية ٥ ك لأكبر مسافة	المميزة	12	18.50	222.00	4.209*	0.000
	غير المميزة	12	6.50	78.00		
	المجموعة	24				
عنصر القدرة اختبار : الوثب العريض	المميزة	12	18.50	222.00	4.197*	0.000
	غير المميزة	12	6.50	78.00		
	المجموعة	24				
عنصر القدرة اختبار : الوثب العمودي من الثبات	المميزة	12	18.42	221.00	4.125*	0.000
	غير المميزة	12	6.58	79.00		
	المجموعة	24				
المسطرة	يمين	12	15.67	188.00	2.202*	0.028

		112.00	9.33	12	غير المميزة	باليدين
				24	المجموعة	
0.037	2.088*	114.00	9.50	12	المميزة	يسار
		186.00	15.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.091*	219.50	18.29	12	المميزة	لون الاتجاه الزمن : ١٦ ث عدد الاستجابات الصحيحة
		80.50	6.71	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	3.487*	90.00	7.50	12	المميزة	المسطرة المدرجة بالرجلين
		210.00	17.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	3.583*	88.00	7.33	12	المميزة	اختبار عنصر الرشاقة : الجري المكوكي
		212.00	17.67	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.169*	78.00	6.50	12	المميزة	عنصر الرشاقة اختبار : الجري الزجزاجي
		222.00	18.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.162*	78.00	6.50	12	المميزة	عنصر الرشاقة اختبار : جري متعدد الاتجاهات
		222.00	18.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.162*	78.00	6.50	12	المميزة	عنصر التوافق اختبار : الدوائر المرقمة
		222.00	18.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.350*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر التوافق اختبار : الجري في شكل ٨
		78.00	6.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.159*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر التوافق اختبار : نط الحبل
		78.00	6.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.173*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر التوازن اختبار : الوقوف علي الكرة
		78.00	6.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.215*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر يمين

		78.00	6.50	12	غير المميزة	التوازن الكور - البلنك
				24	المجموعة	
0.000	4.250*	222.00	18.50	12	المميزة	يسار
		78.00	6.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.182*	78.00	6.50	12	غير المميزة	عنصر التوازن الوقوف بقدم طولية علي العارضة
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.165*	78.00	6.50	12	غير المميزة	عنصر تحمل اداء اختبار ركلة الكزامي مواشي لمدة دقيقة
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.172*	78.00	6.50	12	غير المميزة	عنصر تحمل اداء اختبار لكمة الكياجى زوكي لمدة دقيقة
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.194*	78.00	6.50	12	غير المميزة	عنصر تحمل اداء اختبار لكمة الكزامي زوكي لمدة دقيقة
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.192*	78.00	6.50	12	غير المميزة	عنصر سرعة حركية اختبار : سرعة حركة الرجل في الاتجاه الافقي ٢٠ ث
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.236*	78.00	6.50	12	غير المميزة	لكمة الكياجى زوكي
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.290*	78.00	6.50	12	غير المميزة	لكمة الكزامي زوكي
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.175*	78.00	6.50	12	غير المميزة	عنصر تحمل قدرة اختبار : الانبطاح المائل ٣٠ ث
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.234*	78.00	6.50	12	غير المميزة	الاختبار الخاص لأداء اللكمة المستقيمة الأمامية المعاكسة GYAKU ZUKI (جياكوزوكي)
				24	المجموعة	
		222.00	18.50	12	المميزة	
0.000	4.215*	222.00	18.50	12	المميزة	الاختبار الخاص لأداء اللكمة

		78.00	6.50	12	غير المميزة	المستقيمة الأمامية (كيزامي		
				24	المجموعة	زوكي) ZUKIkezame		
0.000	4.171*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر تحمل السرعة اختبار : الجري في المكان دقيقة		
		78.00	6.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.168*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر تحمل السرعة اختبار : لكمة الكياجى زوكي لمدة ٥ ث		
		78.00	6.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.175*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر تحمل السرعة اختبار : لكمة الكزامى زوكي لمدة ٥ ث		
		78.00	6.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.213*	222.00	18.50	12	المميزة	عنصر المرونة اختبار : ثني الجزع للامام من الجلوس طولا		
		78.00	6.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.273*	78.00	6.50	12	المميزة	الحوض		
		222.00	18.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.176*	78.00	6.50	12	المميزة	يمين	دوران الجزع	
		222.00	18.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.180*	78.00	6.50	12	المميزة	يسار		دوران الجزع
		222.00	18.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.166*	222.00	18.50	12	المميزة	تحمل دوري تنفسي الجري ٣ دقيقة		
		78.00	6.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.191*	222.00	18.50	12	المميزة	تحمل دوري تنفسي رباعي دقيقة		
		78.00	6.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.172*	222.00	18.50	12	المميزة	تحمل دوري تنفسي اداء لكمات - ركلات لمدة ٣ دقائق		
		78.00	6.50	12	غير المميزة			
				24	المجموعة			
0.000	4.250*	222.00	18.50	12	المميزة	دقة اللكمه ( كزامى زوكي ) علي		

		78.00	6.50	12	غير المميزة	هدف ثابت - هدف متحرك
				24	المجموعة	
0.000	4.287*	222.00	18.50	12	المميزة	دقة اللكمة ( كزاميي مواشي ) علي هدف ثابت - هدف متحرك
		78.00	6.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	
0.000	4.248*	222.00	18.50	12	المميزة	دقة اللكمة ( كياجى زوكى ) علي هدف ثابت - هدف متحرك
		78.00	6.50	12	غير المميزة	
				24	المجموعة	

\*قيمة " ذ " الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ هي ١.٩٦

تشير نتائج الجدول إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة فى الاختبارات المستخدمة قيد البحث لعينة البحث من لاعبي الكوميتية ، مما يدل على صدق الاختبارات المستخدمة .

- الثبات :

جدول ( )

معامل الإرتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق فى الاختبارات المستخدمة

قيد البحث لعينة البحث من لاعبي الكوميتية

ن = ١٢

معامل الثبات	إعادة التطبيق		التطبيق		الاختبار	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.966*	0.985	10.667	1.084	10.583	عنصر القدرة : رمي كرة طبية هك لأكبر مسافة	
*0.984	8.107	267.083	8.118	267.500	عنصر القدرة اختبار : الوثب العريض	
*0.827	7.217	280.417	7.487	281.667	عنصر القدرة اختبار : الوثب العمودي من الثبات	
*0.860	4.345	19.167	5.089	18.417	يمين	المسطرة باليدين
*0.938	1.749	14.833	1.782	15.083	يسار	
0.953*	0.900	6.917	0.953	7.000	لون الاتجاه الزمن : ١٦ ث عدد الاستجابات الصحيحة	
*0.956	1.758	15.000	1.946	14.833	السطرة المدرجة بالرجلين	

*0.969	0.312	10.567	0.314	10.544	عنصر الرشاقة اختبار : الجري المكوكي	
*0.878	0.542	9.917	0.602	9.833	عنصر الرشاقة اختبار : الجري الزججاني	
*0.993	0.469	9.726	0.481	9.709	عنصر الرشاقة اختبار : جري متعدد الاتجاهات	
*0.604	0.332	3.512	0.323	3.428	عنصر التوافق اختبار :الدوائر المرقمة	
*0.845	0.522	3.500	0.515	3.583	عنصر التوافق اختبار : الجري في شكل ٨	
*0.752	10.715	81.500	10.586	83.667	عنصر التوافق اختبار : نط الحبل	
*0.846	22.342	59.667	23.363	56.000	عنصر التوازن اختبار : الوقوف علي الكرة	
*0.980	1.422	14.250	1.435	14.333	يمين	عنصر التوازن الكور - البلنك
*0.684	1.832	14.583	1.801	14.167	يسار	
0.993*	4.459	51.333	4.629	51.167	عنصر التوازن الوقوف بقدم طولية علي العارضة	
*0.930	3.927	35.833	3.579	35.417	عنصر تحمل أداء اختبار :ركلة الكزامي مواشي لمدة دقيقة	
*0.993	2.491	48.250	2.462	48.333	عنصر تحمل أداء اختبار : لكمة الكياجى زوكي لمدة دقيقة	
*0.946	1.537	62.000	1.749	62.167	عنصر تحمل أداء اختبار : لكمة الكزامي زوكي لمدة دقيقة	
*0.921	2.902	34.333	2.923	34.000	عنصر سرعة حركية اختبار : سرعة حركة الرجل في الاتجاه الافقي ٢٠ ث	
*0.766	0.835	20.167	0.853	20.000	لكمة الكياجى زوكي	
*0.930	0.754	21.250	0.778	21.333	لكمة الكزامي زوكي	
*0.980	1.379	27.917	1.267	27.833	عنصر تحمل قدرة اختبار : الانبطاح المائل ٣٠ ث	
*0.814	0.953	25.000	0.937	24.833	الاختبار الخاص لأداء اللكمة المستقيمة الأمامية المعاكسة (جياكوزوكي) GYAKU ZUKI	
*0.843	0.793	28.417	0.669	28.417	الاختبار الخاص لأداء اللكمة المستقيمة الأمامية ZUKIkezame (كيزامي زوكي)	

*0.989	7.255	158.417	7.280	158.500	عنصر تحمل السرعة اختبار : الجري في المكان دقيقة
*0.964	3.260	37.083	3.200	37.333	عنصر تحمل السرعة اختبار : لكمة الكياجي زوكي لمدة ٥ ث
*0.778	1.165	47.583	1.371	47.333	عنصر تحمل السرعة اختبار : لكمة الكزامي زوكي لمدة ٥ ث
*0.994	2.610	14.583	2.640	14.667	عنصر المرونة اختبار : ثني الجرع للامام من الجلوس طولا
*0.937	1.614	0.667	1.642	0.833	الحوض
*0.898	1.954	11.000	1.865	11.250	يمين
*0.908	2.065	7.583	1.899	7.833	يسار
0.909*	47.506	1012.500	47.450	1018.333	تحمل دوري تنفسي الجري ٣ دقيقة
*0.867	1.960	37.250	2.167	37.167	تحمل دوري تنفسي رباعي دقيقة
*0.944	5.202	134.167	4.716	134.667	تحمل دوري تنفسي اداء لكما - ركلات لمدة ٣ دقائق
*0.941	0.853	7.000	0.793	7.083	دقة اللكمة (كزامي زوكي) علي هدف ثابت - هدف متحرك
*0.902	0.603	7.000	0.669	6.917	دقة اللكمة (كزامي مواشي) علي هدف ثابت - هدف متحرك
*0.885	0.835	6.833	0.739	7.000	دقة اللكمة (كياجي زوكي) علي هدف ثابت - هدف متحرك

\*قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ هي ٠.٥٧٦

تشير نتائج الجدول إلى أنه توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في الاختبارات المستخدمة قيد البحث لعينة البحث من لاعبي الكوميتية ، مما يدل على ثبات الاختبارات المستخدمة قيد البحث للاعبي الكوميتية.

جدول ( ٧ ) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعينة لاعبي الكوميتية

ن = ٨٠

م	الاختبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	عنصر القدرة اختبار : رمي كرة طبية هك لأكبر مسافة	8.663	1.800

25.680	243.625	عنصر القدرة اختبار : الوثب العريض	2
11.379	274.913	عنصر القدرة اختبار : الوثب العمودي من الثبات	3
5.924	17.475	المسطرة باليدين	4
1.359	6.025	لون الاتجاه الزمن : ١٦ ث عدد الاستجابات الصحيحة	5
6.595	17.488	السطرة المدرجة بالرجلين	6
0.639	11.062	عنصر الرشاقة اختبار : الجري المكوكي	7
0.816	10.492	عنصر الرشاقة اختبار : الجري الزجراجي	8
0.751	10.609	عنصر الرشاقة اختبار : جري متعدد الاتجاهات	9
0.686	3.883	عنصر التوافق اختبار : الدوائر المرقمة	10
0.925	3.075	عنصر التوافق اختبار : الجري في شكل ٨	11
17.362	71.038	عنصر التوافق اختبار : نط الحبل	12
25.164	32.413	عنصر التوازن اختبار : الوقوف علي الكرة	13
3.202	9.450	عنصر التوازن الكور - البلنك يمين	14
3.280	9.338	عنصر التوازن الكور - البلنك شمال	15
14.395	29.138	عنصر التوازن الوقوف بقدم طويلة علي العارضة	16
6.411	28.625	عنصر تحمل اداء اختبار :ركلة الكرامي مواشي لمدة دقيقة	17
8.203	38.475	عنصر تحمل اداء اختبار : لكمة الكياجى زوكى لمدة دقيقة	18
7.708	53.000	عنصر تحمل اداء اختبار : لكمة الكرامي زوكى لمدة دقيقة	19
4.921	27.963	عنصر سرعة حركية اختبار : سرعة حركة الرجل في الاتجاه الافقي ٢٠ ث	20
2.154	17.363	لكمة الكياجى زوكى	21
2.115	18.925	لكمة الكرامي زوكى	22
4.090	22.450	عنصر تحمل قدرة اختبار : الانبطاح المائل من الوقوف ٣٠ ث	23
2.907	20.563	الاختبار الخاص لأداء اللكمة المستقيمة الأمامية المعاكسة (جياكوزوكي) GYAKU ZUKI	24
3.381	24.200	الاختبار الخاص لأداء اللكمة المستقيمة الأمامية (كيزامي زوكي) ZUKIkezame	25
18.846	130.688	عنصر تحمل السرعة اختبار : الجري في المكان دقيقة	26
5.477	31.863	عنصر تحمل السرعة اختبار : لكمة الكياجى زوكى لمدة ٤٥ ث	27
6.479	39.338	عنصر تحمل السرعة اختبار : لكمة الكرامي زوكى لمدة ٤٥ ث	28
4.076	7.638	عنصر المرونة اختبار : ثني الجزع للامام من الجلوس طولا	29
7.776	12.388	الحوض	30



3.872	15.938	دوران الجزع يمين	31
5.204	14.863	دوران الجزع شمال	32
120.021	817.250	تحمل دوري تنفسي الجري ٣ دقيقة	33
5.097	28.238	تحمل دوري تنفسي رباعي دقيقة	34
12.612	110.913	تحمل دوري تنفسي اداء لكلمات - ركلات لمدة ٣ دقائق	35
1.396	4.975	دقة اللكمه ( كزامي زوكي ) علي هدف ثابت - هدف متحرك يمين	36
1.465	5.138	دقة اللكمه ( كزامي مواشي ) علي هدف ثابت - هدف متحرك يمين	37
1.360	5.350	دقة اللكمه ( كياجي زوكي ) علي هدف ثابت - هدف متحرك يمين	38

تشير نتائج الجدول إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعبارات المقياس لدى

العينة ككل

### جدول ( ٨ )

العوامل المستخلصة من التحليل العاملي ( العامل الأول ) للعينة لاعبي الكوميتيه

العامل الأول	الاختبارات	م
0.845	تحمل دوري تنفسي الجري ٣ دقيقة	١
0.829	عنصر المرونة اختبار : ثني الجزع للامام من الجلوس طولا	٢
0.82	تحمل دوري تنفسي اداء لكلمات - ركلات لمدة ٣ دقائق	٣
0.808	عنصر التوازن الوقوف بقدم طولية علي العارضة	٤
0.808	الاختبار الخاص لأداء اللكمة المستقيمة الأمامية المعاكسة (جياكوزوكي) GYAKU ZUKI	٥
0.806	تحمل دوري تنفسي رباعي دقيقة	٦
0.798	الحوض	٧
0.797	عنصر التوازن الكور - البلنك يمين	٨
0.794	عنصر التوازن الكور - البلنك شمال	٩
0.77	عنصر سرعة حركية اختبار : سرعة حركة الرجل في الاتجاه الافقي ٢٠ ث	١٠
0.743	دوران الجزع يمين	١١
0.731	دقة اللكمه ( كزامي مواشي ) علي هدف ثابت - هدف متحرك يمين	١٢
0.719	ZUKIkezame الاختبار الخاص لأداء اللكمة المستقيمة الأمامية (كيزامي زوكي)	١٣
0.717	عنصر تحمل اداء اختبار : لكمة الكزامي زوكي لمدة دقيقة	١٤
0.707	لكمة الكزامي زوكي	١٥
0.704	دقة اللكمه ( كزامي زوكي ) علي هدف ثابت - هدف متحرك يمين	١٦
0.704	دقة اللكمه ( كياجي زوكي ) علي هدف ثابت - هدف متحرك يمين	١٧
0.696	دوران الجزع شمال	١٨

0.69	اختبار : الجري في المكان دقيقة	عنصر تحمل السرعة	١٩
0.687	اختبار : الانبساط المائل من الوقوف ٣٠ث	عنصر تحمل قدرة	٢٠
0.681	اختبار : لكمة الكرامي زوكي لمدة ٤٥ث	عنصر تحمل السرعة	٢١
0.675	لكمة الكياجي زوكي		٢٢
0.673	اختبار : لكمة الكياجي زوكي لمدة دقيقة	عنصر تحمل اداء	٢٣
0.607	اختبار : لكمة الكياجي زوكي لمدة ٤٥ث	عنصر تحمل السرعة	٢٤
0.569	اختبار : الوقوف علي الكرة	عنصر التوازن	٢٥

تشير نتائج الجدول إلى أعلى تشبعات للاختبارات على العامل الأول حيث جاءت الاختبارات على ( ٢٥ ) اختبارات تشبعت على هذا العامل . ويرى الباحث أن أكثر الاختبارات تشبعا على هذا العامل هي أختبارات التحمل الدوري التنفسي والرشاقة والتوافق والتوازن وكلها تحتاج إلى كفاءة الجهاز التنفسي ومن خلال هذه الاختبارات يمكن تسمية هذا العامل بعامل التحمل ويمثل هذا العامل اختبار تحمل دوري تنفسي جرى لمدة ٣ دقائق .

#### جدول ( ٩ )

العوامل المستخلصة من التحليل العاملي ( العامل الثاني ) للعينة لاعبي الكوميتة

العامل الثاني	الاختبارات	م
0.782	اختبار : رمي كرة طبية ٥ك لأكبر مسافة	١
0.753	اختبار : الوثب العريض	٢
0.704	اختبار : الوثب العمودي من الثبات	٣
0.595	اختبار : ركلة الكرامي مواشي لمدة دقيقة	٤

تشير نتائج الجدول إلى أعلى تشبعات للاختبارات على العامل الثاني حيث جاءت الاختبارات على ( ٤ ) اختبارات تشبعت على هذا العامل . ويرى الباحث أن أكثر الاختبارات تشبعا على هذا العامل هي أختبارات القدرة العضلية ومن خلال هذه الاختبارات يمكن تسمية هذا العامل بعامل القدرة العضلية ويمثل هذا العامل اختبار رمي كرة طبية ٥ كجم لأكبر مسافة .

#### جدول ( ١٠ )

العوامل المستخلصة من التحليل العاملي ( العامل الثالث ) للعينة لاعبي الكوميتة

العامل الثالث	الاختبارات	م
0.806	اختبار : الجري في شكل ٨	1
-0.769	اختبار :الدوائر المرقمة	2

0.568	اختبار : نط الحبل	عنصر التوافق	3
-------	-------------------	--------------	---

تشير نتائج الجدول إلى أعلى تشبعت للاختبارات على العامل الثالث حيث جاءت الاختبارات على ( ٣ ) اختبارات تشبعت على هذا العامل . ويرى الباحث أن أكثر الاختبارات تشبعا على هذا العامل هي اختبارات التوافق ومن خلال هذه الاختبارات يمكن تسمية هذا العامل بعامل التوافق ويمثل هذا العامل اختبار الجري في شكل 8 .

### جدول ( ١١ )

العوامل المستخلصة من التحليل العاملي ( العامل الرابع ) للعينة لاعبي الكوميتة

العامل الرابع	الاختبارات	م
-0.770	المسطرة باليدين	١
-0.630	اختبار : الجري الزجراجي	٢
0.543	لون الاتجاه الزمن : ٦ اث عدد الاستجابات الصحيحة	٣

تشير نتائج الجدول إلى أعلى تشبعت للاختبارات على العامل الرابع حيث جاءت الاختبارات على ( ٣ ) اختبارات تشبعت على هذا العامل . ويرى الباحث أن أكثر الاختبارات تشبعا على هذا العامل هي اختبارات سرعة الاستجابة والرشاقة ومن خلال هذه الاختبارات يمكن تسمية هذا العامل بعامل سرعة الاستجابة ويمثل هذا العامل اختبار سرعة مسك المسطرة باليدين .

### إعداد جداول المعايير:

### جدول ( ١٢ )

الدرجات المعيارية للأختبارات البطارية المستخلصة لاعبي الكوميتة العامل الاول

الاختبارات	تحمل دوري تنفسي الجري ٣ دقيقة	عنصر المرونة اختبار : ثني الجزع للامام من الجلوس طولا	تحمل دوري تنفسي اداء لكمات - ركلات لمدة ٣ دقائق
	متر	سم	عدد
الدرجة المعيارية		الدرجة الخام	
١	٦٥٠	٢	٩٥
٢	٧٣٠	٥	١٠٠
٣	٧٥٠	٦	١٠٤
٤	٧٨٠	٧	١٠٦
٥	٨٠٠	٨	١٠٨

١١٠	٩	٨٢٠	٦
١١٤	١٠	٨٥٠	٧
١١٦	١١	٩٠٠	٨
١٣٤	١٥	١٠٠٠	٩
١٤٠	١٩	١١٠٠	١٠

تشير نتائج الجدول إلى الدرجات المعيارية المقابلة للدرجات الخام للأختبارات المستخلصة من بطارية الاختبارات للاعبين الكوميتة العامل الأول .

### جدول ( ١٣ )

الدرجات المعيارية للأختبارات البطارية المستخلصة لاعبي الكوميتة العامل الثاني

الاختبارات	عنصر القدرة اختبار : رمي كرة طبية ٥ ك لأكبر مسافة	عنصر القدرة اختبار : الوثب العريض	عنصر القدرة اختبار : الوثب العمودي من الثبات
	متر	سم	سم
الدرجة المعيارية	الدرجة الخام		
١	٤	٢٠٠	٢٥.٥٠
٢	٥	٢١٥	٢٦.٠٠
٣	٦	٢٢٠	٢٦.٥٠
٤	٧	٢٣٠	٢٧.٠٠
٥	٨	٢٤٠	٢٧.٥٠
٦	٩	٢٥٠	٢٨.٠٠
٧	١٩	٢٦٠	٢٨.٥٠
٨	١١	٢٦٥	٢٩.٠٠
٩	١٢	٢٨٠	٢٩.٥٠
١٠	١٣	٢٩٠	٣٠.٠٠

تشير نتائج الجدول إلى الدرجات المعيارية المقابلة للدرجات الخام للأختبارات المستخلصة من بطارية الاختبارات للاعبين الكوميتة العامل الثاني .

## جدول ( ١٤ )

الدرجات المعيارية للأختبارات البطارية المستخلصة لاعبي الكوميتة العامل الثالث

الاختبارات	عنصر التوافق اختبار : الجري في شكل ٨	عنصر التوافق اختبار : الدوائر المرقمة	عنصر التوافق اختبار : نط الحبل
	ث	ث	عدد
الدرجة المعيارية			
١	٥.٠٠	٥.٢٠	٤٦
٢	٤.٥٠	٤.٩٥	٥٦
٣	٤.٠٠	٤.٦٢	٦٤
٤	٣.٥٠	٤.٢٥	٧٠
٥	٣.٠٠	٤.٢٣	٧٣
٦	٢.٥٠	٤.٠١	٧٨
٧	٢.٠٠	٣.٨٨	٨٢
٨	١.٥٠	٣.٣٦	٨٥
٩	١.٠٠	٣.١١	٩٣
١٠	٠.٩٠	٣.٠٣	٩٨

تشير نتائج الجدول إلى الدرجات المعيارية المقابلة للدرجات الخام للأختبارات المستخلصة من بطارية الاختبارات للاعبين الكوميتة العامل الثالث .

## جدول (١٥)

الدرجات المعيارية للأختبارات البطارية المستخلصة لاعبي الكوميتة العامل الرابع

الاختبارات	المسطرة باليدين	عنصر الرشاقة اختبار : الجري الزجراجي	لون الاتجاه الزمن : ١٦ ث عدد الاستجابات الصحيحة
	عدد	ث	عدد
الدرجة المعيارية			
١	٩	١٢.٣٥	١
٢	١١	١١.٩٨	٢
٣	١٣	١١.٠٦	٣

٤	١٠.٩٧	١٥	٤
٥	١٠.٦٠	١٦	٥
٦	١٠.٤٠	١٧	٦
٧	١٠.١٠	٢٠	٧
٨	١٠.٠٠	٢٤	٨
٩	٩.٨٢	٢٦	٩
١٠	٩.٦٠	٢٩	١٠

تشير نتائج الجدول إلى الدرجات المعيارية المقابلة للدرجات الخام للأختبارات المستخلصة من بطارية الاختبارات للاعبى الكوميته العامل الرابع .

#### - الاستنتاجات:

فى ضوء أهداف البحث وفى حدود العينة وخصائصها وأسلوب التحليل الاحصائى المتبع وبعد عرض ومناقشة النتائج أمكن للباحث التوصل للاستنتاجات الآتية وفقاً للتحليل العاملى للاختبارات اللياقة البدنية الخاصة قيد البحث:

استنتاج الدرجات المعيارية المقابلة للدرجات الخام للأختبارات المستخلصة من بطارية الاختبارات للاعبى الكوميته لكلا من العوامل الأربعة و التي تضم ١٢ اختبار للياقة البدنية الخاصة.

#### - التوصيات :

- ١- استخدام الدرجات المعيارية للبطارية المستخلصة من البحث فى تقويم اللاعبين .
- ٢- يجب على المدربين إعداد سجلات للياقة البدنية الخاصة لكل لاعب بالإضافة الى بطاقات أو استمارات تسجيل لرصد مستوى الأداء البدني .
- ٣- توعية المدربين لتصنيف الافراد والمجموعات طبقاً لإمكانياتهم وقدراتهم البدنية مما يوفر فرصة النجاح للعملية التدريبية حيث ان نتائج الاختبارات تساعد على تحسين الأداء وزيادة فاعليته.

#### المراجع

#### اولا : المراجع العربية:-

١. أحمد محمود إبراهيم : موسوعة محددات التدريب الرياضى النظرية والتطبيقية لتخطيط البرامج التدريبية برياضة الكاراتيه - الأسكندرية - منشأة المعارف (٢٠٠٥م) .
٢. أحمد سعيد زهران: الخصائص البدنية والمهارية والفسولوجية للاعبى المستوي العالمى فى

- رياضة التايكوندو - رسالة دكتوراة - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان (٢٠٠٢م).
٣. شيماء عبد الكريم علي (٢٠١٥م) : " إستخدام التدريب المركب لتطوير بعض القدرات الحركية الخاصة و مستوى الاداء للركلات الاكثر استخداما لدي لاعبي رياضة التايكوندو " ، رسالة دكتوراه غير منشوره .
٤. محمد صلاح أمين داود (٢٠١٢م) : "تأثير استخدام الهجوم المباشر و غير المباشر للكلمة المستقيمة العكسية في منطقتي الشودان و الجودان علي فاعلية الاداء المهاري للاعبي الكاراتية " ، رسالة ماجستير غير منشوره .
٥. محمد مجدي عمارة ٢٠١٠م : القدرات التوافقية للاعبي رياضة التايكوندو، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
٦. مصطفى احمد السيد محمد (٢٠١٨م) : " البروفيل البدني للاعبي الكاراتية (كوميثية) " ، رسالة دكتوراة غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
٧. وليد علي يحيى نهطاي (٢٠١٦م) : " البروفيل البيولوجي للاعبي المستويات العليا رجال في رياضة الكاراتية " ، رسالة دكتوراة غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
٨. وجية احمد شمندي ٢٠٠٢ : إعداد لاعب الكاراتية للبطولات بين النظرية و التطبيق، القاهرة ، مطبعة الخطاب.