تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية الخاصة لانتقاء براعم الكرة الطائرة في صعيد مصر

[*]أ.د/ محمد احمد محمد الحفناوي

[**]ا..د/ أحمد خضري محمد

[***]ا.م.د/طارق محمد عبدالله

[****]باحث/ عبدالعزيز علي عبدالجليل

مقدمة البحث:

يعد التقدم العلمي من متغيرات عصرنا الحديث ،إذ شمل الحياة كافة بما فيها الجانب الرياضي الذي يتفاعل مع العلوم الإنسانية لإعداد الفرد إعدادا متزنا يمهد للوصول إلى المستويات العليا في الفعاليات الرياضية، إذ إن الوصول إلى البطولات في كافة الفعاليات الرياضية يرتبط بسلسلة متكاملة من القواعد المبنية على أسس علمية لاختيار اللاعب وتعليمة وتدريبه وعلم التدريب هو أحد هذه العلوم التي تسعي من أجل الوصول إلى أعلى المستويات وتحقيق أفضل النتائج.

إن لعبة الكرة الطائرة هي أحدي الالعاب الرياضية الجماعية والتي تمارس بشكل واسع ولديها قاعدة واسعة من الممارسين ، وتتطلب لعبة الكرة الطائرة لياقة بدنية عالية ومواصفات جسمانية مميزة ، كما ان الوصول إلي المستويات العليا في المجال الرياضي التخصصي تصبح ذات فاعلية إذ تمكنا من انتقاء اللاعبين وفقا اسس علمية وتوجيهم إلي النشاط الرياضي الذي يتلائم مع قدراته.

يعد أولي خطوات التفوق للوصول الي البطولة وضع معايير ومحددات انتقاء للبراعم كبداية لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة ولذلك تحث البحوث العلمية في مجال الرياضة إلي دراسة تلك المحددات التي تساعد علي اكتشاف المحددات البدنية والجسمية طبقا للمراحل السنية المختلفة حيث يتم توجيه البراعم لأنواع الرياضة التي تلائم مع استعداداتهم وقدراتهم المتميزة وذلك عن طريق الانتقاء والتنبؤ بمدي تأثير عاملي التدريب الرياضي علي تطوير وتحسين تلك القدرات بفاعلية لتحقيق أفضل الانجازات في النشاط الرياضي المختار اكتشاف البراعم الموهوبة في بداية ممارسة النشاط التخصصي الي الاقتصاد في كثير من الوقت والجهد والمال.(٣:١)

---

[*] أستاذ التدريب الرياضي تدريب الكرة الطائر بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة – كلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.

[**] أستاذ التدريب الرياضي تدريب الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة – كلية التربية الرياضية –جامعة أسيوط.

[***] أستاذ مساعد تدريب الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة – كلية التربية الرياضية–جامعة أسيوط.

[****]باحث بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة– بكلية التربية الرياضية –جامعة أسيوط.

تعد اللياقة البدنية أحد الركائز الأساسية الهامة لتحقيق النجاح والتفوق في الكرة الطائرة ، وتزداد أهميتها النسبية في المراحل المتقدمة من التدريب وفي منافسات المستويات العليا (١٩:٤)

وتعد القدرات البدنية من أهم متطلبات الأداء المهارى في الكـــرة الطـــائرة الحديثـــة، ويرجع هذا إلى كونها العامل الحاسم في كسب المباريات، وتتعاظم هذه الأهمية بصفة خاصة بالنسبة للناشئين، وذلك لكون القدرات البدنية تعد الدعامة الأساسية في أداء مهـــارات الكـــرة الطائرة بصورة مناسبة وسليمة، فلا يمكن الحصول على ضرب هجومي جيد من لاعب ليس لديه القدرة على الوثب العالي، أي أن كل حركة يؤديها اللاعب في الملعب تتطلب كماً ونوعاً وكيفاً محددا من القدرات الحركية يتناسب مع طبيعة الصفات التي يتركب منها الأداء.

(١٨:٣)

ويري الباحثون ان اللياقة البدنية الخاصة بالكرة الطائرة هي المدخل الهام والرئيسي في الانتقاء والارتقاء بمستوي اللاعبين إلي المستويات الرياضية العليا والوصول بهم الي قدرات بدنية بعينها في مراحل التدريب المختلفة .

مشكلة البحث :

مما لاشك فيه أن انتقاء المبتدئين وفقاً لمعايير وأسس علمية ومقننة صحيحة يعد أمراً في غاية الأهمية.

وتعد مشكلة الانتقاء من أكثر المشاكل التي يواجهها العاملون في مجال التربية البدنية والرياضية سواء في قطاع البطولة أو في المدارس عندما تختار فرقها الرياضية وكثيرا ما يتم هذا الاختيار بناء علي معايير ذاتية يكون لها اثرها السيئ علي النتائج المستقبلية كما ان الاختيار الغير الجيد يعتبر إهدار للوقت والجهد والامكانات لذلك يعد الاختيار الجيد من أكثر الضمانات التي تتيح فرصة اكبر للنجاح.(٣:٢)

ومن خلال عمل الباحثون في المجال الرياضي وفي قطاعات مختلفة للكرة الطائرة لاحظوا ان الطريقة التي يتم به انتقاء البراعم في الكرة الطائر تعتمد علي الذاتية والخبرة الشخصية للقائمين بعملية الانتقاء ، وقد تحددت مشكلة البحث في عدم الاعتماد علي معايير علمية وموضوعية لانتقاء البراعم في صعيد مصر أنما الانتقاء يتم علي أساس الملاحظة غير الدقيقة والذاتية والخبرة الشخصية لهؤلاء المدرسين أو المدربين اللذين يفتقرون في بعض الاحيان الي مثل هذه الاسس العلمية في عملية الانتقاء.

ومن خلال الاطلاع علي المراجع والابحاث العلمية والدراسات السابقة وعلي حد علم الباحثون تبين لهم وجود دراسات تناولت تحديد مستويات معيارية لمرحلة الناشئين كما تبين ندرة الدراسات التي تناولت مرحلة البراعم في الكرة الطائرة حيث تعد هذه المرحلة من اهم

مراحل الانتقاء في رياضة الكرة الطائرة ما دفع الباحثون لإجراء هذا البحث محاولة منهم الوصول الي تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية الخاصة لانتقاء براعم في الكرة الطائرة في صعيد مصر.

أهمية البحث :

تكمن أهمية البحث في استخدام الاساليب العلمية والموضوعة المتمثلة في المحددات البدنية الخاصة في انتقاء براعم الكرة الطائرة انطلاق من أن وصول اللاعبين الي المستويات العليا يصبح ذو فاعلية إذ أمكن من البداية انتقاء اللاعب المناسب كما ان الدرجات المعيارية والمستويات المعيارية من العوامل الهامة و الأساسية المساعدة للاختيار الأمثل للاعبين.

هدف البحث :

يهدف البحث الي

تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية لانتقاء البراعم في الكرة الطائرة بصعيد مصر

تساؤل البحث :

ما المعايير البدنية المحددة لانتقاء البراعم في الكرة الطائرة بصعيد مصر؟

الدراسات السابقة :

١- بحث "**فاتن محمد رشيد**" (٢٠١٦م)(٦)، بعنوان "**بناء بطارية للاختبارات البدنية الخاصة لانتقاء اللاعبين الشباب بالكرة الطائرة في محافظة كركوك**"، استهدفت الدراسة بناء بطارية للياقة البدنية الخاصة للاعبي الكرة الطائرة –وضع درجات معيارية مناسبة خاصة بوحدات بطارية اللياقة البدنية الخاصة، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لاعبوا اندية الكرة الطائرة بمحافظة كركرك وبلغت(١٠٠) لاعب يمثلون (٩) اندية، استخدمت الباحثة المنهج لوصفي بالأسلوب المسحي، من أهم النتائج تم الصول الي بطارية الاختبارات البدنية وهي (الرشاقة السرعة الحركية، المرونة، المطاولة العضلية اعتماد بطارية اللياقة البدنة كمحددات لانتقاء لاعبي الكرة الطائرة في محافظة كركوك.

٢- بحث **عزيز كريم وناس واخرون** (٢٠١٣م)(٥)، بعنوان "**أيجاد مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بالكرة الطائرة للناشئين في أندية الفرات الأوسط**" ،وهدف البحث الى: التعرف على مستوي عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة في أندية الفرات الأوسط وتحديد مستويات معيارية لاختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة في أندية الفرات الأوسط ، تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من اندية (بابل – كربلاء- النجف –الديوانية) وبلغ عددها

علي (١٦٨) ناشئ ، واستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، توصلت نتائج الدراسة الي أعلى نسبة حققتها عينة البحث كانت فني المستوي المعياري (جيد) في اختبارات الاعداد والرشاقة والقوة. ٢- أن أعلي نسبة حققتها عينة البحث كانت فني المستوي المعياري(متوسط) في اختبارات السرعة. ٣-أن أقل نسبة حققتها عينة البحث كانت فني المستوي المعياري (ضعيف جدا) في اختبار الضرب الساحق ضرورة الاستفادة من اعتماد الدرجات والمستويات المعيارية التي تتم تحديدها لاختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي(الدراسات المسحية) وذلك لمناسبة لطبيعة البحث

٢/٢ مجالات البحث :

المجال الزمني :

اجريت جميع إجراءات البحث في الفترة من ٢/ ٩ /٢٠١٩م وحتي١٢/١/ ٢٠٢٠م . حيث أجريت الدراسات الاستطلاعية في الفترة من ٢/٩/٢٠١٩م وحتي١٥/٩/ ٢٠١٩م، وأجريت الدراسة الأساسية في الفترة ٢٠ / ٩/٢٠١٩ م وحتي ١٢/١/٢٠٢٠م .

المجال المكاني :

أجريت جميع إجراءات البحث بملاعب الأندية بمحافظتي سوهاج و أسيوط والمنيا الممارسين والمسجلين للبراعم بأندية الكرة الطائرة .

مجتمع البحث:-

يتمثل مجتمع البحث في البراعم الممارسين للعبة الكرة الطائرة وعددهم (٢٣٤) برعم مواليد (٢٠٠٧م، ٢٠٠٨م، ٢٠٠٩م) من أندية محافظة أسيوط وسوهاج والمنيا الممارسين و المسجلين بالأندية

عينة البحث

اجريت الدراسة الاساسية علي عينة قوامها (١٢٠) برعم من براعم الكرة الطائرة (١٠-١٢) سنة بأندية محافظة سوهاج ومحافظة أسيوط ومحافظة المنيا وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية.

اعتدالية العينة:

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفلطح

في (السن، الطول، الوزن) للعينة قيد البحث

(ن=١٢٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح	الدلالة
١	السن		١١.٠٣	٠.٨٩	-٠.٠٥	٠.٧٦	غير دال
٢	الطول	سم	١٤٦.٩٣	٧.٠٨	٠.٢١	٠.٨٠	غير دال
٣	الوزن	كجم	٤٠.٨٥	٤.٩١	٠.١٥	٠.٠٣	غير دال

ضعف الخطأ المعياري للالتواء= ٠.٤٤ ضعف الخطأ المعياري التفلطح= ٠.٨٨

يتضح من نتائج جدول (١) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (-٠.٠٥: ٠.٢١) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفلطح ما بين (٠.٠٣: ٠.٨٠) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفلطح، مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في المتغيرات قيد البحث.

وسائل وأدوات جمع البيانات :

١- استمارة الاستبيان:

أ- استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أنسب القدرات البدنية (قيد البحث) المناسبة لبراعم الكرة الطائرة (١٠-١٢) سنة مرفق (٢)

ب-استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أنسب الاختبارات البدنية للقدرات البدنية المختارة (قيد البحث) المناسبة لبراعم الكرة الطائرة (١٠-١٢) سنة مرفق (٣)

والجدول رقم (٣،٢) يوضح اراء الخبراء حول اهم القدرات البدنية وانسب الاختبارات التي تقيس القدرات البدنية المختارة

جدول(٢)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء للقدرات البدنية المناسبة لانتقاء

براعم الكرة الطائرة التي تتناسب مع المرحلة السنية (١٠-١٢) سنة

(ن=٢٠)

م	الصفات البدنية	راي الخبراء		النسبة المئوية
		موافق	غير موافق	
١	القوة العضلية	٢٠	–	%١٠٠
٢	القوة المميزة بالسرعة	٢٠	–	%١٠٠
٣	السرعة الانتقالية	١٩	١	%٩٥
٤	الرشاقة	٢٠	–	%١٠٠
٥	المرونة	٢٠	–	%١٠٠
٦	التوافق	٢٠	–	%١٠٠
٧	التوازن	١٨	٢	%٩٠

ويوضح الجدول (٢) أراء السادة الخبراء حول أنسب القدرات البدنية الخاصة لانتقاء براعم الكرة الطائرة (١٠-١٢) سنة قد انحصرت ما بين (٩٠- ١٠٠) وقد ارتضي الباحث نسبة موافقة ٩٠ فأكثر مرفق (٢)

الاختبارات المستخدمة في البحث:

بعد ان تم تحديد اهم القدرات البدنية ببراعم الكرة الطائرة وحسب راي الخبراء قام الباحثون باختيار مجموعة من الاختبارات بلغ عددها(٢١) اختبارا تمتاز بالمعاملات العلمية للاختبار الجيد ولأجل تحديد أهم القدرات البدنية عرضت استمارة استطلاع راي علي الخبراء في مجال التربية الرياضية وتدريب الكرة الطائرة والبالغ عددهما (٢٠) خبير مرفق(١) والجدول رقم (٣) يوضح اراء الخبراء لاهم الاختبارات البدنية المختارة

جدول (٣)

النسب المئوية لآراء السادة الخبراء للاختبارات المناسبة للقدرات البدنية لانتقاء براعم الكرة الطائرة التي تتناسب مع المرحلة السنية (١٠-١٢) سنة

(ن= ٢٠)

م	القدرات البدنية	اسم الاختبار	وحدة القياس	رأي الخبراء		النسبة المئوية
				مناسب	غيرمناسب	
١	القوة العضلية	اختبار الانبطاح المائل ثني ومد الذراعين (٣٠ث)	عدد	١٨	٢	%٩٠
٢	القوة المميزة بالسرعة	اختبار دفع الكرة الطبية بيد واحدة	سنتيمتر	٢٠	–	%١٠٠
٣	السرعة الانتقالية	اختبار العدو ٢٠م	ثانية	٢٠	–	%١٠٠
٤	الرشاقة	اختبار الجري المكوكي	ثانية	١٨	٢	%٩٠
٥	المرونة	ثني الجذع أماما أسفل من وضع الوقوف	سنتيمتر	٢٠	–	%١٠٠
٦	التوافق	اختبار الدوائر المرقمة	ثانية	١٨	٢	%٩٠
٧	التوازن	اختبار التوازن المتحرك	ثانية	١٨	٢	%٩٠

يوضح جدول (٣) أن أراء السادة الخبراء حول أنسب الاختبارات المناسبة للقدرات البدنية لانتقاء براعم الكرة الطائر (١٠-١٢)سنة قد انحصرت ما بين (٩٠-١٠٠%) وقد أرتضي الباحثون نسبة موافقة ٩٠% فأكثر مرفق (٣)

الاختبارات المستخدمة في البحث مرفق (٤)

المعاملات العلمية للمتغيرات البدنية قيد البحث .

- **صدق المقارنة الطرفية:**

قام الباحثون بحساب صدق المقارنة الطرفية للاختبارات البدنية في صورته الأولية عن طريق حساب قيمة متوسطات الفروق بين الربيعي الأعلى والربيعي الأدنى لدرجات اللاعبين للمرحلة السنية (١٠-١٢) سنة والبالغ عددهم (١٦) لاعب كرة الطائرة من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث، وذلك في الفترة من ٢ / ٩ / ٢٠١٩م حتى ١٥ / ٩ /٢٠١٩م ، وجدول (٤) يوضحا ذلك

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الربيع الأعلى
والربيع الأدنى في اختبارات عناصر اللياقة البدنية قيد البحث

(ن=١٦)

الاختبارات	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
ثني الذراعين	٢٤.٨٨	٠.٨٣	١٤.٨٨	١.٣٦	١٧.٧٦	دال
دفع الكرة الطبية بيد واحدة	٩.٨٨	٠.٣٥	٥.٨٨	٠.٣٥	٢٢.٦٣	دال
العدو ٢٠م	٣.٣٣	٠.١٤	٦.٤٩	٠.٤٢	٢٠.٠١	دال
ثني الجذع أماما اسفل من الوقوف	٧.٨٨	٠.٣٥	٣.٨٨	٠.٣٥	٢٢.٦٣	دال
الجري المكوكي	١٠.٤٤	٠.١٩	١٣.٨٥	٠.١٥	٣٩.٩٣	دال
الدوائر المرقمة	٣.٤٩	٠.١٥	٨.٤١	٠.٦٠	٢٢.٤٠	دال
التوازن المتحرك	١٢.٢٩	٠.١٥	٦.٤٠	٠.٦٣	٢٥.٧٤	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٥

يتضح من نتائج جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين بين متوسطات درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى في اختبارات عناصر اللياقة البدنية قيد البحث حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (١٧.٧٦: ٣٩.٩٣)، وهي أكبر من قيمتها الجدولية، مما يدل على صدق الاختبارات، وأنها صالحة لما وضعت من أجلها.

ثبات الاختبارات:

لإيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية استخدم الباحثون طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة قوامها (١٦) لاعب من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث " هذا وقد روعي وجود فاصل زمني بين التطبيقين قدره أسبوع، وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين باستخدام معادلة بيرسون وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول واعادة التطبيق

في اختبارات عناصر اللياقة البدنية قيد البحث

(ن=١٦)

المتغيرات	التطبيق الأول		إعادة التطبيق		قيمة "ر" المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
ثني الذراعين	٢١.٤٧	٤.١٨	٢١.٥٧	٤.٢٨	٠.٩٧	دال
دفع الكرة الطبية بيد واحدة	٨.٧٠	١.٧٧	٨.٦٣	١.٧٤	٠.٩٣	دال
العدو ٢٠م	٤.٥١	١.٢٧	٤.٤٩	١.٣٠	٠.٩٤	دال
اثني الجذع أماما اسفل من الوقوف	٦.٧٣	١.٨٠	٦.٦٣	١.٧٥	٠.٩٢	دال
الجري المكوكي	١١.٦٦	١.٣٨	١١.٦٣	١.٤١	٠.٩٠	دال
الدوائر المرقمة	٥.٣٢	١.٩٨	٥.٣٢	١.٩٩	٠.٩٤	دال
التوازن المتحرك	١٠.١٨	٢.٣٩	١٠.٢٠	٢.٤٠	٠.٩٨	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٦

يتضح من الجدول السابق أن هناك معامل ارتباط دال إحصائيا بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق في اختبارات عناصر اللياقة البدنية قيد البحث مما يدل على ثبات الاختبارات، حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠.٩٠: ٠.٩٨) وهو أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥).

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

- المتوسط .
- الانحراف المعياري .
- معامل التفلطح
- معامل الالتواء .
- اختبار T test .
- الدرجة المعيارية
- النسبة المئوية
- معامل الارتباط .
- المستويات المعيارية
- اللوغاريتمات

عرض وتفسير ومناقشة النتائج :

عرض وتفسير ومناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الاول

ما المستويات المعيارية البدنية المحددة لانتقاء براعم الكرة الطائرة بصعيد مصر ؟

و للإجابة علي هذا التساؤل قام الباحثون باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف لمعياري ومعامل الالتواء من اجل التوصل إلي الدرجات والمستويات المعيارية للقدرات البدنية ونتائج الجدول رقم (٦) يوضح ذلك

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

للاختبارات البدنية قيد البحث

(ن=١٢٠)

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحد الأعلى	الحد الأدنى	معامل الالتواء
١	ثني الذراعين	عدد	٢٠.٧٣	٢.٧٢	٢٦.٣٤	١٦.١٢	-٠.٥٣
٢	دفع الكرة الطبية بيد واحدة	متر	٨.٠١	١.٥٠	١٠.٤٨	٥.٩٧	-٠.٠٦
٣	العدو ٢٠م	ثانية	٤.٧٩	٠.٨٢	٣.٥٩	٥.٧٧	٠.٢٩
٤	ثني الجذع اماما اسفل	سم	٦.٠٤	١.٤٦	٨.٤٠	٤.١٠	-٠.١٤
٥	الجري المكوكي	ثانية	١٢.٠٠	٠.٩٥	١٠.٩٥	١٢.٨٧	٠.٢١
٦	الدوائر المرقمة	ثانية	٥.٩٤	١.٣٧	٣.٨٢	٧.٦٩	٠.٠٢
٧	التوازن المتحرك	ثانية	٩.٤٠	١.٥٩	١٢.٧٥	٦.٦٥	٠.٠٢

يتضح من جدول (٦) ما يلى:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البدنية قيد البحث.
- جميع معاملات الالتواء تنحصر بين +٣، -٣ مما يؤكد أن جميع البيانات تتوزع اعتدالياً بالنسبة لعينة الأفراد.
- تراوحت معاملات الالتواء ما بين (-٠.٥٣: ٠.٢٩)

حيث اظهرت نتائج جدول رقم (٦)ان قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وأدنى قيمة واعلى قيمة ومعامل الالتواء للاختبارات البدنية (اختبار ثني ومد الذراعين- اختبار دفع كرة طبية- اختبار العدو ٢٠متر- اختبار ثني الجذع اماما اسفل – اختبار الجري المكوكي – اختبار الدوائر المرقمة – اختبار التوازن المتحرك) براعم الكرة الطائرة في الاندية الرياضية محافظة سوهاج -اسيوط -المنيا حيث كانت قيم المتوسطات الحسابية (٢٠.٧٣

٨.٠١، ٤.٧٩ ، ٦.٠٤ ، ١٢.٠٠، ٥.٩٤، ٩.٤٠) على التوالي وبما ان قيم معامل التواء انحصرت ما بين (±٣) في جميع القدرات مما يدل على تجانس العينة وأن نتائج أفراد العينة تخضع للتوزيع الطبيعي المعتدل وبالتالي يمكن بناء المستويات المعيارية لها

تحديد المستويات المعيارية للاختبارات البدنية :

ليس هناك صعوبة في الحصول علي الدرجات المستخلصة من تطبيق الاختبارات ، ولكن الصعوبة تكمن في مقارنة بمجموع مفردات وفي هذا الصدد يشير "**محمد صبحي حسانين**" (٢٠٠١م) أن الدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الاختبارات ليس لها أي مدلول الا في حالة الرجوع إلي معيار يحدد معني هذه الدرجات، فيدلنا علي هذا المعيار علي مركز الشخص بالنسبة للمجموعة التي ينتمي إليها وما مدي بعده عن متوسط هذه المجموعة ووضعه بالنسبة لإقرانه من عينة التقنين وهل هو متوسط أو فوق المتوسط أو أقل من المتوسط ومن هنا فانه للوصول للمعايير يجب تحويل الدرجات الخام وهي النتيجة الاصلية المشتقة من تطبيق الاختبارات أو أي أداة قياس أخري قبل أن تعالج إحصائيا إلي درجات معيارية وهي درجة يعبر فيها عن درجة كل فرد علي اساس عدد وحدات الانحراف المعياري لدرجته عن المتوسط (١٠: ٣٠) والتي من خلالها نستطيع معرفة مستويات الافراد مقارنة بمستويات أداء المجموعات التي ينتمى اليها

حيث قام الباحثون بتحويل الدرجات الخام للعينة في الاختبارات البدنية الي درجات معيارية مستخدم طريقة التتابع حيث تم اضافة المقدار الثابت تنازليا أو تصاعديا حتي يصل التصاعدي الي درجة(١٠٠) بينما التنازلي الي درجة (صفر) كما هو مبين في جدول (١٣،١٢،١١،١٠،٩،٨،٧)

جدول (٧)

الدرجات المعيارية لاختبار ثني الذراعين ٣٠ ثانية

الدرجة المعيارية	٢	٨	١٥	٢١	٢٨	٣٤	٤٢	٥٣	٦٦	٨٣	١٠٠
الدرجة الخام	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦

يتضح من جدول (٧) الدرجات الخام لاختبار ثني الذراعين ويتضح من الجدول أنه كلما زادت عدد مرات ثني الذراعين كلما ارتفعت الدرجة التي يحصل عليها اللاعب وأن الدرجات الخام تقع ما بين (١٦: ٢٦).

يتضح من جدول رقم (٧) ان الدرجات الخام والدرجات المعيارية لاختبار(ثني الذراعين في ٣٠ثانية) ان الدرجة المعيارية تزاد بزيادة الدرجة الخام أن أعلي درجة خام٢٦ وتقابلها ١٠٠%في حين أقل درجة خام ١٦ . كما يتضح الفارق بين أقل درجة خام١٦ وبين المستوي المتوسط لأفراد العينة ٢٠.٧٣ وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة وتقارب الحد الأدنى من المستوي المتوسط لعينة البحث

جدول (٨)

الدرجات المعيارية لاختبار دفع الكرة الطبية

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
١٠٠	١٠.٤٨	٨٠	١٠.٠٩	٦٠	٩.٤٨	٤٠	٨.٦٩	٢٠	٧.٣٣
٩٩	١٠.٤٦	٧٩	١٠.٠٧	٥٩	٩.٤٤	٣٩	٨.٦٢	١٩	٧.٢٦
٩٨	١٠.٤٤	٧٨	١٠.٠٤	٥٨	٩.٤٠	٣٨	٨.٥٥	١٨	٧.١٩
٩٧	١٠.٤٢	٧٧	١٠.٠٢	٥٧	٩.٣٦	٣٧	٨.٤٨	١٧	٧.١٣
٩٦	١٠.٣٩	٧٦	٩.٩٩	٥٦	٩.٣٢	٣٦	٨.٤٢	١٦	٧.٠٦
٩٥	١٠.٣٧	٧٥	٩.٩٦	٥٥	٩.٢٨	٣٥	٨.٣٥	١٥	٦.٩٩
٩٤	١٠.٣٥	٧٤	٩.٩٣	٥٤	٩.٢٤	٣٤	٨.٢٨	١٤	٦.٩٢
٩٣	١٠.٣٣	٧٣	٩.٩٠	٥٣	٩.٢٠	٣٣	٨.٢١	١٣	٦.٨٥
٩٢	١٠.٣١	٧٢	٩.٨٨	٥٢	٩.١٦	٣٢	٨.١٤	١٢	٦.٧٩
٩١	١٠.٢٩	٧١	٩.٨٥	٥١	٩.١٢	٣١	٨.٠٨	١١	٦.٧٢
٩٠	١٠.٢٦	٧٠	٩.٨٢	٥٠	٩.٠٨	٣٠	٨.٠١	١٠	٦.٦٥
٨٩	١٠.٢٤	٦٩	٩.٧٩	٤٩	٩.٠٤	٢٩	٧.٩٤	٩	٦.٥٨
٨٨	١٠.٢٢	٦٨	٩.٧٦	٤٨	٩.٠٠	٢٨	٧.٨٧	٨	٦.٥١
٨٧	١٠.٢٠	٦٧	٩.٧٣	٤٧	٨.٩٦	٢٧	٧.٨٠	٧	٦.٤٥
٨٦	١٠.١٨	٦٦	٩.٧١	٤٦	٨.٩٣	٢٦	٧.٧٤	٦	٦.٣٨
٨٥	١٠.١٥	٦٥	٩.٦٨	٤٥	٨.٨٩	٢٥	٧.٦٧	٥	٦.٣١
٨٤	١٠.١٣	٦٤	٩.٦٥	٤٤	٨.٨٥	٢٤	٧.٦٠	٤	٦.٢٤
٨٣	١٠.١١	٦٣	٩.٦٢	٤٣	٨.٨١	٢٣	٧.٥٣	٣	٦.١٨
٨٢	١٠.٤٨	٦٢	٩.٥٩	٤٢	٨.٧٧	٢٢	٧.٤٦	٢	٦.١١
٨١	١٠.٤٦	٦١	٩.٥٧	٤١	٨.٧٣	٢١	٧.٤٠	١	٦.٠٤
								٠	٥.٩٧

يتضح من جدول (٨) الدرجات الخام لاختبار **دفع الكرة الطبية** ويتضح من الجدول أنه كلما زادت مسافة دفع الكرة كلما ارتفعت الدرجة التي يحصل عليها اللاعب وأن الدرجات الخام تقع ما بين (٥.٩٧: ١٠.٤٨).

يتضح من جدول (٨) الدرجات المعيارية والدرجات الخام في (اختبار دفع الكرة الطبية) وهناك علاقة طردية بين الدرجتين فكلما زادت الدرجة الخام زادت معها الدرجة المعيارية وأتضح من الجدول أن أعلي درجة خام١٠.٤٨ وتقابلها ١٠٠%في حين أقل درجة خام ٥.٩٧ كما يتضح الفارق بين أقل درجة خام٥.٩٧ وبين المستوي المتوسط لأفراد العينة ٨.٠١ وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة وتقارب الحد الأدنى من المستوي المتوسط لعينة البحث

جدول(٩)

الدرجات المعيارية لاختبار العدو ٢٠متر من البدء العالي

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
١٠٠	٣.٥٩	٨٠	٣.٨٠	٦٠	٤.٠٨	٤٠	٤.٤٦	٢٠	٥.١٢
٩٩	٣.٦٠	٧٩	٣.٨٢	٥٩	٤.١٠	٣٩	٤.٤٩	١٩	٥.١٥
٩٨	٣.٦١	٧٨	٣.٨٣	٥٨	٤.١١	٣٨	٤.٥٣	١٨	٥.١٨
٩٧	٣.٦٢	٧٧	٣.٨٥	٥٧	٤.١٣	٣٧	٤.٥٦	١٧	٥.٢١
٩٦	٣.٦٤	٧٦	٣.٨٦	٥٦	٤.١٥	٣٦	٤.٥٩	١٦	٥.٢٥
٩٥	٣.٦٥	٧٥	٣.٨٧	٥٥	٤.١٧	٣٥	٤.٦٢	١٥	٥.٢٨
٩٤	٣.٦٦	٧٤	٣.٨٩	٥٤	٤.١٩	٣٤	٤.٦٦	١٤	٥.٣١
٩٣	٣.٦٧	٧٣	٣.٩٠	٥٣	٤.٢١	٣٣	٤.٦٩	١٣	٥.٣٥
٩٢	٣.٦٨	٧٢	٣.٩١	٥٢	٤.٢٣	٣٢	٤.٧٢	١٢	٥.٣٨
٩١	٣.٦٩	٧١	٣.٩٣	٥١	٤.٢٥	٣١	٤.٧٦	١١	٥.٤١
٩٠	٣.٧٠	٧٠	٣.٩٤	٥٠	٤.٢٧	٣٠	٤.٧٩	١٠	٥.٤٤
٨٩	٣.٧١	٦٩	٣.٩٥	٤٩	٤.٢٩	٢٩	٤.٨٢	٩	٥.٤٨
٨٨	٣.٧٢	٦٨	٣.٩٧	٤٨	٤.٣١	٢٨	٤.٨٥	٨	٥.٥١
٨٧	٣.٧٣	٦٧	٣.٩٨	٤٧	٤.٣٣	٢٧	٤.٨٩	٧	٥.٥٤
٨٦	٣.٧٤	٦٦	٣.٩٩	٤٦	٤.٣٥	٢٦	٤.٩٢	٦	٥.٥٨
٨٥	٣.٧٥	٦٥	٤.٠١	٤٥	٤.٣٦	٢٥	٤.٩٥	٥	٥.٦١
٨٤	٣.٧٦	٦٤	٤.٠٢	٤٤	٤.٣٨	٢٤	٤.٩٨	٤	٥.٦٤
٨٣	٣.٧٧	٦٣	٤.٠٤	٤٣	٤.٤٠	٢٣	٥.٠٢	٣	٥.٦٧
٨٢	٣.٧٨	٦٢	٤.٠٥	٤٢	٤.٤٢	٢٢	٥.٠٥	٢	٥.٧١
٨١	٣.٧٩	٦١	٤.٠٦	٤١	٤.٤٤	٢١	٥.٠٨	١	٥.٧٤
								٠	٥.٧٧

يتضح من جدول (٩) الدرجات الخام لاختبار العدو٣٠متر من البدء العالي للاعبين ويتضح من الجدول أنه كلما قل الزمن كلما ارتفعت الدرجة التي يحصل عليها اللاعب وأن الدرجات الخام تقع ما بين (٥.٧٧: ٣.٥٩).

يتضح من جدول رقم (٩) (لاختبار العدو ٢٠متر) الحد الادنى للدرجة المعيارية وأيضا الدرجات الخام ويتضح من الجدول أن هناك علاقة عكسية بين كل منهما فكلما زادت الدرجة المعيارية قلت الدرجة الخام أن أعلي درجة خام٣.٥٩ وتقابلها ١٠٠%في حين أقل درجة خام ٥.٧٧ كما يتضح الفارق بين أقل درجة خام ٥.٧٧ وبين المستوي المتوسط لأفراد العينة ٤.٧٩ وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة وتقارب الحد الأدنى من المستوي المتوسط لعينة البحث

جدول (١٠)

الدرجات المعيارية لاختبار ثني الجذع من الوقوف أماماً أسفل للاعبين

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
١٠٠	٨.٤٠	٨٠	٧.٩٨	٦٠	٧.٤٥	٤٠	٦.٧٣	٢٠	٥.٣٩
٩٩	٨.٣٨	٧٩	٧.٩٦	٥٩	٧.٤١	٣٩	٦.٦٩	١٩	٥.٣٣
٩٨	٨.٣٦	٧٨	٧.٩٣	٥٨	٧.٣٧	٣٨	٦.٦٢	١٨	٥.٢٧
٩٧	٨.٣٤	٧٧	٧.٩٠	٥٧	٧.٣٣	٣٧	٦.٥٦	١٧	٥.٢٠
٩٦	٨.٣٢	٧٦	٧.٨٨	٥٦	٧.٢٩	٣٦	٦.٤٩	١٦	٥.١٤
٩٥	٨.٣٠	٧٥	٧.٨٥	٥٥	٧.٢٦	٣٥	٦.٤٣	١٥	٥.٠٧
٩٤	٨.٢٧	٧٤	٧.٨٢	٥٤	٧.٢٢	٣٤	٦.٣٧	١٤	٥.٠١
٩٣	٨.٢٥	٧٣	٧.٨٠	٥٣	٧.١٨	٣٣	٦.٣٠	١٣	٤.٩٤
٩٢	٨.٢٣	٧٢	٧.٧٧	٥٢	٧.١٤	٣٢	٦.٢٤	١٢	٤.٨٨
٩١	٨.٢١	٧١	٧.٧٤	٥١	٧.١١	٣١	٦.١٧	١١	٤.٨١
٩٠	٨.١٩	٧٠	٧.٧١	٥٠	٧.٠٧	٣٠	٦.١١	١٠	٤.٧٥
٨٩	٨.١٧	٦٩	٧.٦٩	٤٩	٧.٠٣	٢٩	٦.٠٤	٩	٤.٦٨
٨٨	٨.١٥	٦٨	٧.٦٦	٤٨	٦.٩٩	٢٨	٥.٩٨	٨	٤.٦٢
٨٧	٨.١٣	٦٧	٧.٦٣	٤٧	٦.٩٥	٢٧	٥.٩١	٧	٤.٥٥
٨٦	٨.١١	٦٦	٧.٦١	٤٦	٦.٩٢	٢٦	٥.٨٥	٦	٤.٤٩
٨٥	٨.٠٩	٦٥	٧.٥٨	٤٥	٦.٨٨	٢٥	٥.٧٨	٥	٤.٤٢
٨٤	٨.٠٧	٦٤	٧.٥٥	٤٤	٦.٨٤	٢٤	٥.٧٢	٤	٤.٣٦
٨٣	٨.٠٥	٦٣	٧.٥٣	٤٣	٦.٨٠	٢٣	٥.٦٥	٣	٤.٢٩
٨٢	٨.٠٢	٦٢	٧.٥٠	٤٢	٦.٧٦	٢٢	٥.٥٩	٢	٤.٢٣
٨١	٨.٠٠	٦١	٧.٤٧	٤١	٧.٤٥	٢١	٥.٥٢	١	٤.١٦
								٠	٤.١٠

يتضح من جدول (١٠) الدرجات الخام لاختبار ثني الجذع من الوقوف أماماً أسفل ويتضح من الجدول أنه كلما زادت المسافة كلما ارتفعت الدرجة التي يحصل عليها اللاعب وأن الدرجات الخام تقع ما بين (٤.١٠: ٨.٤٠).

يتضح من جدول رقم (١٠) كلا من الدرجات المعيارية والدرجات الخام لاختبار(ثني الجذع اماما اسفل) ويتضح أن هناك علاقة طردية بين الدرجتين فكلما زادت الدرجة الخام ذات معها الدرجة المعيارية ويتضح من الجدول أن أعلي درجة خام ٨.٤٠ وتقابلها ١٠٠% في حين أقل درجة خام ٤.١٠ كما يتضح الفارق بين أقل درجة خام ٤.٠١ وبين المستوي المتوسط لأفراد العينة ٦.٠٤ وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة وتقارب الحد الأدنى من المستوي المتوسط لعينة البحث

جدول (١١)

الدرجات المعيارية لاختبار الجري المكوكي

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
١٠٠	١٠.٩٥	٨٠	١١.١٤	٦٠	١١.٣٨	٤٠	١١.٧١	٢٠	١٢.٢٩
٩٩	١٠.٩٦	٧٩	١١.١٥	٥٩	١١.٣٩	٣٩	١١.٧٤	١٩	١٢.٣٢
٩٨	١٠.٩٧	٧٨	١١.١٦	٥٨	١١.٤١	٣٨	١١.٧٧	١٨	١٢.٣٥
٩٧	١٠.٩٨	٧٧	١١.١٧	٥٧	١١.٤٣	٣٧	١١.٨٠	١٧	١٢.٣٨
٩٦	١٠.٩٩	٧٦	١١.١٨	٥٦	١١.٤٤	٣٦	١١.٨٣	١٦	١٢.٤١
٩٥	١١.٠٠	٧٥	١١.٢٠	٥٥	١١.٤٦	٣٥	١١.٨٦	١٥	١٢.٤٤
٩٤	١١.٠١	٧٤	١١.٢١	٥٤	١١.٤٨	٣٤	١١.٨٩	١٤	١٢.٤٧
٩٣	١١.٠٢	٧٣	١١.٢٢	٥٣	١١.٥٠	٣٣	١١.٩٢	١٣	١٢.٥٠
٩٢	١١.٠٢	٧٢	١١.٢٣	٥٢	١١.٥١	٣٢	١١.٩٥	١٢	١٢.٥٢
٩١	١١.٠٣	٧١	١١.٢٤	٥١	١١.٥٣	٣١	١١.٩٨	١١	١٢.٥٥
٩٠	١١.٠٤	٧٠	١١.٢٦	٥٠	١١.٥٥	٣٠	١٢.٠٠	١٠	١٢.٥٨
٨٩	١١.٠٥	٦٩	١١.٢٧	٤٩	١١.٥٦	٢٩	١٢.٠٣	٩	١٢.٦١
٨٨	١١.٠٦	٦٨	١١.٢٨	٤٨	١١.٥٨	٢٨	١٢.٠٦	٨	١٢.٦٤
٨٧	١١.٠٧	٦٧	١١.٢٩	٤٧	١١.٦٠	٢٧	١٢.٠٩	٧	١٢.٦٧
٨٦	١١.٠٨	٦٦	١١.٣٠	٤٦	١١.٦١	٢٦	١٢.١٢	٦	١٢.٧٠
٨٥	١١.٠٩	٦٥	١١.٣٢	٤٥	١١.٦٣	٢٥	١٢.١٥	٥	١٢.٧٣
٨٤	١١.١٠	٦٤	١١.٣٣	٤٤	١١.٦٥	٢٤	١٢.١٨	٤	١٢.٧٦
٨٣	١١.١١	٦٣	١١.٣٤	٤٣	١١.٦٦	٢٣	١٢.٢١	٣	١٢.٧٨
٨٢	١١.١٢	٦٢	١١.٣٥	٤٢	١١.٦٨	٢٢	١٢.٢٤	٢	١٢.٨١
٨١	١١.١٣	٦١	١١.٣٦	٤١	١١.٧٠	٢١	١٢.٢٦	١	١٢.٨٤
								٠	١٢.٨٧

يتضح من جدول (١١) الدرجات الخام لاختبار الجري المكوكي ويتضح من الجدول أنه كلما قل الزمن كلما ارتفعت الدرجة التي يحصل عليها اللاعب وأن الدرجات الخام تقع ما بين (١٢.٨٧: ١٠.٩٥).

يتضح من جدول (١١) الدرجات المعيارية والدرجات الخام لاختبار (الجري المكوكي٤×١٠) ويتضح من الجدول انها كلما قلت الدرجة الخام كلما زادت الدرجة المعيارية واتضح من الجدول أن أعلي درجة خام ١٠.٩٥ وتقابلها ١٠٠% في حين أقل درجة خام ١٢.٨٧ كما يتضح الفارق بين أقل درجة خام ١٢.٨٧ وبين المستوي المتوسط لأفراد العينة ١٢.٠٠ وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة وتقارب الحد الأدنى من المستوي المتوسط لعينة البحث

جدول (١٢)

الدرجات المعيارية لاختبار الدوائر المرقمة للاعبين

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
١٠٠	٣.٨٢	٨٠	٤.١٩	٦٠	٤.٦٨	٤٠	٥.٣٦	٢٠	٦.٥٣
٩٩	٣.٨٤	٧٩	٤.٢٢	٥٩	٤.٧١	٣٩	٥.٤٢	١٩	٦.٥٨
٩٨	٣.٨٦	٧٨	٤.٢٤	٥٨	٤.٧٥	٣٨	٥.٤٨	١٨	٦.٦٤
٩٧	٣.٨٨	٧٧	٤.٢٧	٥٧	٤.٧٨	٣٧	٥.٥٣	١٧	٦.٧٠
٩٦	٣.٨٩	٧٦	٤.٢٩	٥٦	٤.٨١	٣٦	٥.٥٩	١٦	٦.٧٦
٩٥	٣.٩١	٧٥	٤.٣٢	٥٥	٤.٨٥	٣٥	٥.٦٥	١٥	٦.٨٢
٩٤	٣.٩٣	٧٤	٤.٣٤	٥٤	٤.٨٨	٣٤	٥.٧١	١٤	٦.٨٧
٩٣	٣.٩٥	٧٣	٤.٣٦	٥٣	٤.٩٢	٣٣	٥.٧٧	١٣	٦.٩٣
٩٢	٣.٩٧	٧٢	٤.٣٩	٥٢	٤.٩٥	٣٢	٥.٨٣	١٢	٦.٩٩
٩١	٣.٩٩	٧١	٤.٤١	٥١	٤.٩٩	٣١	٥.٨٨	١١	٧.٠٥
٩٠	٤.٠١	٧٠	٤.٤٤	٥٠	٥.٠٢	٣٠	٥.٩٤	١٠	٧.١١
٨٩	٤.٠٣	٦٩	٤.٤٦	٤٩	٥.٠٥	٢٩	٦.٠٠	٩	٧.١٧
٨٨	٤.٠٤	٦٨	٤.٤٨	٤٨	٥.٠٩	٢٨	٦.٠٦	٨	٧.٢٢
٨٧	٤.٠٦	٦٧	٤.٥١	٤٧	٥.١٢	٢٧	٦.١٢	٧	٧.٢٨
٨٦	٤.٠٨	٦٦	٤.٥٣	٤٦	٥.١٦	٢٦	٦.١٨	٦	٧.٣٤
٨٥	٤.١٠	٦٥	٤.٥٦	٤٥	٥.١٩	٢٥	٦.٢٣	٥	٧.٤٠
٨٤	٤.١٢	٦٤	٤.٥٨	٤٤	٥.٢٢	٢٤	٦.٢٩	٤	٧.٤٦
٨٣	٤.١٤	٦٣	٤.٦١	٤٣	٥.٢٦	٢٣	٦.٣٥	٣	٧.٥٢
٨٢	٤.١٦	٦٢	٤.٦٣	٤٢	٥.٢٩	٢٢	٦.٤١	٢	٧.٥٧
٨١	٤.١٨	٦١	٤.٦٥	٤١	٥.٣٣	٢١	٦.٤٧	١	٧.٦٣
								٠	٧.٦٩

يتضح من جدول (١٢) الدرجات الخام لاختبار الدوائر المرقمة ويتضح من الجدول أنه كلما قل الزمن كلما ارتفعت الدرجة التي يحصل عليها اللاعب وأن الدرجات الخام تقع ما بين (٣.٨٢ :٧.٦٩).

يتضح من جدول (١٢)الدرجات المعيارية والدرجات الخام لاختبار (الدوائر المرقمة) وان هناك علاقة عكسية يسن كل منهما فكلما قات الدرجات الخام فكلما زادت الدرجات المعيارية ويتضح من الجدول أن أعلي درجة خام ٣.٨٢ وتقابلها ١٠٠% في حين أقل درجة خام ٧.٦٩، كما يتضح الفارق بين أقل درجة خام ٧.٦٩ وبين المستوي المتوسط لأفراد العينة ٥.٩٤ وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة وتقارب الحد الأدنى من المستوي المتوسط لعينة البحث

جدول (١٣)

الدرجات المعيارية لاختبار التوازن المتحرك

الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
١٠٠	٦.٥٨	٨٠	٧.٠٨	٦٠	٧.٧٣	٤٠	٨.٦٣	٢٠	١٠.١٨
٩٩	٦.٦١	٧٩	٧.١٢	٥٩	٧.٧٧	٣٩	٨.٧١	١٩	١٠.٢٦
٩٨	٦.٦٣	٧٨	٧.١٥	٥٨	٧.٨٢	٣٨	٨.٧٩	١٨	١٠.٣٤
٩٧	٦.٦٦	٧٧	٧.١٨	٥٧	٧.٨٦	٣٧	٨.٨٦	١٧	١٠.٤١
٩٦	٦.٦٨	٧٦	٧.٢١	٥٦	٧.٩١	٣٦	٨.٩٤	١٦	١٠.٤٩
٩٥	٦.٧١	٧٥	٧.٢٤	٥٥	٧.٩٥	٣٥	٩.٠٢	١٥	١٠.٥٧
٩٤	٦.٧٣	٧٤	٧.٢٨	٥٤	٨.٠٠	٣٤	٩.١٠	١٤	١٠.٦٥
٩٣	٦.٧٦	٧٣	٧.٣١	٥٣	٨.٠٤	٣٣	٩.١٧	١٣	١٠.٧٢
٩٢	٦.٧٨	٧٢	٧.٣٤	٥٢	٨.٠٩	٣٢	٩.٢٥	١٢	١٠.٨٠
٩١	٦.٨١	٧١	٧.٣٧	٥١	٨.١٣	٣١	٩.٣٣	١١	١٠.٨٨
٩٠	٦.٨٣	٧٠	٧.٤٠	٥٠	٨.١٨	٣٠	٩.٤١	١٠	١٠.٩٦
٨٩	٦.٨٦	٦٩	٧.٤٤	٤٩	٨.٢٢	٢٩	٩.٤٨	٩	١١.٠٣
٨٨	٦.٨٨	٦٨	٧.٤٧	٤٨	٨.٢٧	٢٨	٩.٥٦	٨	١١.١١
٨٧	٦.٩١	٦٧	٧.٥٠	٤٧	٨.٣١	٢٧	٩.٦٤	٧	١١.١٩
٨٦	٦.٩٣	٦٦	٧.٥٣	٤٦	٨.٣٦	٢٦	٩.٧٢	٦	١١.٢٧
٨٥	٦.٩٦	٦٥	٧.٥٧	٤٥	٨.٤١	٢٥	٩.٧٩	٥	١١.٣٤
٨٤	٦.٩٨	٦٤	٧.٦٠	٤٤	٨.٤٥	٢٤	٩.٨٧	٤	١١.٤٢
٨٣	٧.٠١	٦٣	٧.٦٣	٤٣	٨.٥٠	٢٣	٩.٩٥	٣	١١.٥٠
٨٢	٧.٠٣	٦٢	٧.٦٦	٤٢	٨.٥٤	٢٢	١٠.٠٣	٢	١١.٥٨
٨١	٧.٠٦	٦١	٧.٦٩	٤١	٨.٥٩	٢١	١٠.١٠	١	١١.٦٥
								٠	١١.٧٣

يتضح من جدول (١٣) الدرجات الخام لاختبار التوازن المتحرك ويتضح من الجدول أنه كلما زاد الزمن كلما قلت الدرجة التب يحصل عليها اللاعب وأن الدرجات الخام تقع ما بين (١١.٧٣: ٦.٥٨).

يتضح من جدول (١٣) (التوازن المتحرك) أن أعلي درجة خام ٣.٨٢ وتقابلها ١٠٠% في حين أقل درجة خام ٧.٦٩ أي أن الفارق بين أقل درجة وأعلي درجة يقل عن % من الدرجة الكلية وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة في هذا الاختبار وتقارب مستوي البراعم . كما يتضح الفارق بين أقل درجة خام ٧.٦٩ وبين المستوي المتوسط لأفراد العينة ٥.٩٤ وهذا يدل علي ارتفاع مستوي العينة وتقارب الحد الأدي من المستوي المتوسط لعينة البحث

جدول (١٤)

توزيع مستويات الاداء لمتغيرات الدراسة

جدول (١٤) يوضح الدرجات المعيارية والدرجات الخام المقابلة لها لاختبا رات عناصر اللياقة البدنية الخاصة لعينة البحث

المستويات المعيارية		ضعيف	متوسط	جيد	جيد جدا
الدرجات المعيارية		٤٠-٠	٦٠-٤١	٨٠-٦١	١٠٠-٨١
الاختبارات البدنية	وحدة القياس	الدرجات الخام			
ثني ومد الذراعين	عدد	٢١-١٦ فما دون	٢٣-٢٢	٢٤	٢٦-٢٥ فما فوق
دفع كرة طبية	م	٨.٦٩-٥.٩٧ فما دون	٩.٤٨-٨.٧٣	٩.٥- ١٠.٠٤	١٠.٤٨-١٠.٠٧ فما فوق
العدو ٢٠م	ثانية	٤.٤٦-٥.٧٧ فما دون	٤.٠٨-٤.٤٤	٤.٠٦- ٣.٨٠	٣.٥٩-٣.٧٩ فما فوق
ثني الجذع اماما اسفل	سم	٦.٦٩-٤.١٠ فما دون	٧.٤٥-٦.٧٣	٧.٤٧- ٧.٩٨	٨.٤٠-٨.٠٠ فما فوق
الجري المكوكي	ثانية	١٢.٨٧- ١١.٧١	١١.٧٠- ١١.٣٨	١١.٣٦- ١١.١٤	١٠.٩٥-١١.١٣ فما فوق
الدوائر المرقمة	ثانية	٧.٦٩-٥.٣٦ فما دون	٥.٣٣-٤.٦٨	٤.٦٥- ٤.١٩	٣.٨٢-٤.١٨ فما فوق
التوازن	ثانية	١٠.٣٢-٦.٦٥ فما دون	١٠.٣٨- ١١.٤٠	١١.٤٣- ١٢.١٦	١٢.٧٥-١٢.١٩ فما فوق

يوضح جدول (١٤) الدرجات المعيارية والمستويات المعيارية المقابلة له حسب التوزيع في الاختبارات البدنية قيد البحث

يتضح من الجدول رقم (١٤) الخاص بالمستويات المعيارية لاختبار ثني الذراعين فالبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (١٦-٢١) فأقل تقابلها الدرجة المعيارية من (٤٠:٠) يكون مستواه ضعيف ، و من يحصل علي درجة خام ما بين (٢٢-٢٣) تقابلها الدرجة المعيارية (٦٠:٤١) يكون مستواه متوسط ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٢٤) تقابلها الدرجة المعيارية (٨١:٦١)يكون مستواه جيد ، والبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٢٥-٢٦) فأكثر تقابلها الدرجة المعيارية (١٠٠:٨١) يكون مستواه جيد جدا

يتضح من الجدول رقم (١٤)الخاص بالمستويات المعيارية لاختبار(دفع كرة طبية) ، فالبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٥.٩٧-٨.٦٩) فأقل تقابلها الدرجة المعيارية من (٤٠:٠) يكون مستواه ضعيف ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٨.٧٣-٩.٤٨) تقابلها الدرجة المعيارية (٦٠:٤١) يكون مستواه متوسط، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٩.٥١-١٠.٤) تقابلها الدرجة المعيارية (٨١:٦١) يكون مستواه جيد، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (١٠.٧-١٠.٤٨) فأكثر تقابلها الدرجة المعيارية (١٠٠:٨١) يكون مستواه جيد جدا

يتضح من الجدول رقم (١٤) الخاص بالمستويات المعيارية لاختبار الجري المكوكي فالبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٥.٧٧-٤.٤٦) فأكثر تقابلها الدرجة المعيارية من (٤٠:٠) يكون مستواه ضعيف واللاعب الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٤.٤٤-٤.٠٨) تقابلها الدرجة المعيارية (٤١-٦٠) يكون مستواه متوسط ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٤.٠٦-٣.٨٠) يكون مستواه جيد ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٣.٧٩:٣.٥٩) فاقل تقابلها الدرجة المعيارية (١٠٠:٨١) يكون مستواه جيد جدا

يتضح من الجدول رقم (١٤)الخاص بالمستويات المعيارية لاختبار ثني الجذع امام اسفل فللاعب الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٦.٦٩:٤.١٠) فأقل تقابلها الدرجة المعيارية من (٤٠:٠) يكون قد حقق مستوي ضعيف واللاعب الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٧.٤٥:٦.٧٣) تقابلها الدرجة المعيارية (٦٠:٤١) يكون قد حقق مستوي متوسط واللاعب الذ يحصل علي درجة خام ما بين (٧.٩٨:٧.٤٧) تقابلها الدرجة المعيارية (٨١:٦١) يكون مستواه جيد واللاعب الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٨.٤٠:٨.٠٠) فأكثر تقابلها الدرجة المعيارية (١٠٠:٨١) يكون مستواه جيد جدا

يتضح من الجدول (١٤)الخاص بالمستويات المعيارية لاختبار الجري المكوكي فالبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (١١.٧١-١٢.٨٧) فأقل تقابلها الدرجة المعيارية من (٤٠:٠) يكون مستواه ضعيف ، والبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (١١.٧٠-١١.٣٨) تقابلها الدرجة المعيارية (٦٠:٤١) يكون مستواه متوسط ، والبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (١١.٣٦-١١.١٤) تقابلها الدرجة المعيارية (٨١:٦١)يكون مستواه جيد ، والبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (١١.١٣-١٠.٥٩) فاقل تقابلها الدرجة المعيارية (١٠٠:٨١) يكون مستواه جيد جدا

يتضح من الجدول رقم (١٤)الخاص بالمستويات المعيارية لاختبار الدوائر المرقمة فالبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٧.٦٩-٥.٣٦) فأكثر تقابلها الدرجة المعيارية من (٤٠:٠) يكون قد حقق مستوي ضعيف ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٥.٣٣-

٤.٦٨) تقابلها الدرجة المعيارية (٤١:٦٠) يكون قد حقق مستوي متوسط ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٤.٦٥-٤.١٩) تقابلها الدرجة المعيارية (٦١:٨١) يكون مستواه جيد، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٤.١٨-٣.٨٢) فاقل تقابلها الدرجة المعيارية (٨١:١٠٠) يكون مستواه جيد .

يتضح من الجدول (١٤) الخاص بالمستويات المعيارية لاختبار التوازن المتحرك فالبرعم الذي يحصل علي درجة خام ما بين (١١.٧٣-٨.٦٣) فأكثر تقابلها الدرجة المعيارية من (٠:٤٠) يكون قد حقق مستوي ضعيف و ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٨.٥٩-٧.٧٣) تقابلها الدرجة المعيارية (٤١:٦٠) يكون قد حقق مستوي متوسط ، ومن يحصل علي درجة خام ما بين (٧.٦٩-٧.٠٨) تقابلها الدرجة المعيارية (٦١:٨١)يكون مستواه جيد واللاعب الذي يحصل علي درجة خام ما بين (٧.٠٦-٦.٥٨) فاقل تقابلها الدرجة المعيارية (٨١:١٠٠) يكون مستواه جيد جدا .

ويتفق العديد من الخبراء إن القدرات البدنية من الأسس التي يتوقف عليها نجاح المستوى المهارى ، وفي حال افتقار اللاعب إلى القدرات البدنية فإنه لن يستطيع إتقان المهارات الأساسية للعبة ولابد توجيه البرعم حسب امكاناته البدنية التي تؤهله الي الوصول الي المستويات العليا مستقبلا .

ويري الباحثون ان جمع نتائج الاختبارات وهى الدرجات الخام التي من الصعب تفسيرها ووضع دلالات لها فالأرقام المجردة لا تعطى صورة حقيقية لتقييم حالة ما وانجاز معين، اذن لابد من تقويم تلك الارقام والخروج بدلالات من خلال وجود معيار محدد يمكن ان تقارنه به ، وهذا ما توصل اليه الباحثون. وما يؤكده "**محمد صبحى حسانين، حمدي عبد المنعم**" (١٩٩٧م)، انه للحصول على نتائج جيدة للاختبارات ينصح المدربين بوضع معايير ومستويات خاصة لفرقهم على وحدات الاختبار اذا لم تكن المعايير المرفقة بالاختبار مناسبة لهم وهذا امر وارد.(١١:١٦١)

وتتفق هذا البحث مع بحث **فاتن محمد رشيد(٢٠١٦م)(٦) ، ومع دراسة امنية عادل عبدة(٢٠١٣م)(٢) في (الرشاقة ، المرونة ، التوازن ، والسرعة ، والتوافق)**

ويري الباحثون ان عملية الانتقاء الجيد والقائم علي اسس علمية سليمة يعد شرطا اساسيا للوصول الي المستويات العليا وتتفق هذه الدراسة مع دراسة **كريم عزيز وآخرون** (٢٠١٣م)(٥) في امكانية بناء مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة في الكرة الطائرة التي تمثلت في (السرعة ، الرشاقة ، المرونة).

وراي قاسم لزام صبر (٢٠٠٥م) أن الدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الاختبارات تعتبر ليس لها مدلول أو دلالة الا أذا رجعنا الي معيار يحدد معني هذه الدراجات فيدلنا علي

مركز الشخص بالنسبة للمجموعة وهل هو متوسط او فوق المتوسط اواقل من المتوسط وما بعدها عن متوسط المجموعة التي ينتمي اليها وما هو وضعة بالنسبة لأقرانه من افراد عينة التقنين.(٢٩:٧)

ويجب علي المدربين والمدرسين استخدام المعايير العليمة عند اختيار البرعم للممارسة أي نشاط رياضي ويجب توجيه علي حسب قدراته البدنية التي تمكنه من التفوق والوصول الي المستويات الرياضية العليا

ويشير(Baco, (2011 أن الاختبارات البدنية هي أفضل وسيلة لإجراء التقييم ومقارنة الأفراد مع بعضهم البعض وبالتالي تم تقنين هذه الاختبارات على العينة المدروسة واستخلاص المعايير على شكل درجات وتحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية لها القيمة ومعنى (٢٣:١٢-٢٦)

ويتفق رأي الباحثون مع ما ذكره (brahim, 2004) & (Taha, 2004) أن عملية اختيار اللاعبين الناشئين يتم بالدرجة الأولى من خلال الاختبارات البدنية وتكون وفق منهج علمي صحيح يضمن الوصول إلى المستوى العالي واختيار أفضل الناشئين وفق هذه المحددات لممارسة اللعبة التخصصية بما يتناسب مع مراعاة الفروق الفردية وقدراتهم لتحقيق الإنجاز والعمل على تذليل الصعوبات التي تعترض تقدمهم وتوفير الإمكانات المادية اللازمة لغرض تحسين الأداء وبما يتلاءم مع استعداداتهم وقدراتهم البدنية. (٧٨:١٤) (٢٥:١٣)

بعد عرض النتائج ومناقشته توصل الباحثون إلى استخلاص بطارية اختبار خاصة مكونة من سبع اختبارات خاصة بالقوة العضلية والقوة المميزة بالسرعة و الرشاقة، والتوافق والتوازن ، كما وضعت مستويات معيارية للاختبارات السابقة مقسمة تلك المستويات إلى اربعة (ضعيف، متوسط، جيد ، جيد جد)، وبالتالي تمكنت من الإجابة على اشكالية البحث وتساؤل البحث.

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات :

١- التوصل إلي أهم القدرات البدنية لانتقاء براعم الكرة الطائرة (١٠-١٢) سنة تتمثل في (القوة العضلية ، القوة المميزة بالسرعة ، المرونة ، التوافق ، الرشاقة ، التوازن) والاختبارات المتمثلة لها والتي امتازت بمعاملاتها العلمية .

٢- تم التوصل الي تحديد الدرجات المعيارية ومستويات معيارية في جميع اختيارات متغيرات البحث.

التوصيات :

١- استخدام المستويات المعيارية للقدرات البدنية في عملية اختيار وانتقاء براعم الكرة الطائرة وتوجيه المدربين بضرورة استخدامها.

٢- ضرورة اطلاع مدربي الكرة الطائرة وبناء البرامج التدريبية بالاعتماد علي نتائج المعايير والمستويات المعيارية والاعتماد عليه في عملية الانتقاء وتقيم المستوي البدني للبراعم.

المراجع

اولا المراجع العربية:

١- **أشرف محمد جمعة نعيم:** "محددات ومعايير انتقاء الناشئين في رياضة كرة الماء بجمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٧م.

٢- **إيهاب محمد فوزي البديوي:** "وضع مجموعة من اختبارات بدنية وفسيولوجية ونفسية كأساس لانتقاء ناشئ المصارعة"، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ١٩٩٥م

٣- **حنان خضر:** تأثير التدريب الفتري منخفض الشدة على تحسين بعض القدرات الحركية الخاصة بمهاراتي التمرير ولإرسال للناشئين في الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٧م.

٤- **عبدالعاطي السيد عبدالفتاح:** "الكرة الطائرة للجميع(تدريب – تنظيم –إدارة)"،، ط١، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ١٩٩٩م.

٥- **عزيز كريم وناس، أياد ناصر حسين العزاوي، نبيل كاظم هريبد:**" أيجاد مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة والمها رات الأساسية بالكرة الطائرة للناشئين في أندية الفرات الأوسط، العراق، ٢٠١٣م

٦- **فاتن محمد رشيد، كارزان نجاة خالد:**" بناء بطارية للاختبارات البدنية الخاصة لانتقاء اللاعبين الشباب بالكرة الطائرة في محافظة كركوك"،:لية التربية الرياضية، بغداد، ٢٠١٦م

٧- **قاسم لزام صبر** : أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم ، بغداد ، العراق، ٢٠٠٥م.

٨- **محمد حازم أبو يوسف :** " أسس اختيار الناشئين في كرة القدم ،ط١ ، دار الفكر الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الاسكندرية ،٢٠٠٥م.

٩- **محمد صبحي حسانين :** " القياس والتقويم في التربية الرياضية " ،ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠٤م

١٠- **محمد صبحي حسانين :**القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1 ، ط ٤، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠١م

١١- **محمد صبحى حسانين، حمدي عبدالمنعم أحمد:** الأسس العلمية للكرة الطائرة، (بدنى- مهارى- معرفي- نفسى- تحليلي)، مركز الكتاب، القاهرة، ١٩٩٧م.

ثانيا المراجع الاجنبية :

12- Baco, B.. www.netSportsoman.com/ar/aRTiclede

tailsasp,2011.
13-Ibrahim, Marwan.. Testing and Measurement in Physical Education: Dar thought Printing, Publishing and Distribution .2004.
14-Taha, Mahmoud. :Test and measurement volleyball, Dar Arab Thought for printing and publishing, 2nd Floor, Cairo, Egypt2004

المرفقات

مرفق (١)

قائمة بأسماء السـادة الخبـراء (*)

الخبراء المتخصصون في مجال الكرة الطائرة.

م	اسم الخبير	الوظيفة
١	أ. د / أحمد خضري محمد	أستاذ تدريب الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، جامعة أسيوط
٢	أ .م . د / أحمد محمد عبدالله	أستاذ مساعد الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، جامعة سوهاج ، ومدرب منتخب مصر للكرة الشاطئية .
٣	أ . د / أشرف محمد عبدالله زرد	أستاذ تدريس الكرة الطائرة بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية ، جامعة دمياط
٤	أ.م . د / اشرف محمد سليمان خلاف	أستاذ مساعد ومدرب تخصص الكرة الطائرة قسم تدريب الالعاب بكلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الاسكندرية (دكتوراه تدريب الكرة الطائرة)
٥	أ . د / أمجد زكريا أحمد	أستاذ التدريب الرياضي ورئيس قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق
٦	أ . م . د / إيمان سيد احمد	أستاذ مساعد الكرة الطائرة بقسم مناهج وتدريس التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط
٧	أ . د / ايمن عبده محمد محمد	استاذ تدريس الكرة الطائرة بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط
٨	د / بكر أنور تهامي	مدرس ومدرب الكرة الطائرة بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط
٩	ك / جابر عبدالسلام	مدرب كرة الطائرة بقطاع الناشئين مدرب عام ومدير فني انسات النادي الاهلي ومدير فني منتخب مصر الاولمبي رجال سابقا
١٠	أ . د / حنان خضر	أستاذ تدريب الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية
١١	أ . د / سعد الشربيني الشربيني	استاذ التدريب الرياضي كرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا
١٢	أ . .م .د / طارق محمد عبدالله	أستاذ مساعد ومدرب تدريب الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط
١٣	أ . د عادل ابراهيم	أستاذ تدريب كرة اليد ورئيس قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، جامعة أسيوط
١٤	أ. د / عادل جلال حامد جلال	استاذ تدريب الكرة الطائرة بقسم الرياضيات الجماعية والعاب المضرب ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا
١٥	أ.م.د / عبدالرحمن حسين إبراهيم	أستاذ مساعد الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، كلية التربية الرياضة ، جامعة أسيوط
١٦	ك / محمد احمد فرويز	مدر الكرة الطائرة بمركز شباب درنكة ، محافظة أسيوط
١٧	أ . د / محمد أحمد محمد الحفناوي	أستاذ تدريب الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط
١٨	أ . م . د / مروة رمضان	أستاذ مساعد الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط
١٩	ك / مصطفي محمد طه	مدرب الكرة الطائرة بمركز شباب ناصر ، أسيوط
٢٠	أ . د / وليد محمد حسن عمر	أستاذ ومدرب الكرة الطائرة بقسم الالعاب الجماعية والعاب المضرب ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الفيوم

تم ترتيب السادة الخبراء ترتيب ابجديا

مرفق(٢)

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد القدرات البدنية الخاصة المناسبة في رياضة الكرة الطائرة لانتقاء براعم الكرة الطائرة

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة

استمارة استطلاع رأي الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور / .....

تحية طيبة وبعد.....

يقوم الباحث /عبدالعزيز علي عبدالجليل معلم تربية رياضية بإجراء دراسة تحت عنوان" تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية الخاصة لانتقاء براعم الكرة الطائرة في صعيد مصر"للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية .

ويتشرف الباحث أن يستعين بآراء سيادتكم العلمية في تحديد أنسب ما يلي :

أهم القدرات البدنية المناسبة لانتقاء البراعم في الكرة الطائرة بصعيد مصر

شكرا لسيادتكم صادق تعاونكم

وتفضلوا بقبول فائق الشكر والتقدير

البيانات الشخصية

الاسم :.....

الدرجة العلمية :.....

الوظيفة :.....

سنوات الخبرة:.....

الباحث

الرجاء من سيادتكم تحديد أهم القدرات البدنية المناسبة لانتقاء براعم الكرة الطائرة في صعيد مصر وذلك من خلال وضع علامة() أمام القدرات البدنية المناسبة (موافق - غير موافق)

م	القدرات البدنية الخاصة بالكرة الطائرة	مناسب	غير مناسب
١	القوة العضلية		
٢	القوة المميزة بالسرعة		
٣	القوة الانفجارية		
٤	السرعة الانتقالية		
٥	سرعة الاستجابة		
٦	السرعة الحركية		
٧	تحمل القوة		
٨	تحمل الاداء		
٩	المرونة		
١٠	الرشاقة		
١١	الدقة		
١٢	التوافق		
١٣	التوازن		

أضافة ما ترونه سيادتكم مناسبا

.....

.....

.....

مرفق (٣)

استمارة استطلاع راي السادة الخبراء حول انسب الاختبارات المناسبة للقدرات البدنية الخاصة لانتقاء براعم الكرة في صعيد مصر (١٠-١٢)سنة

م	القدرة البدنية	الاختبارات المقترحة	وحدة القياس	ابداء الراي	
				مناسب	غيرمناسب
١	القوة العضلية	١-اختبار الانبطاح المائل ثني ومد الذراعين(٣٠ث)	ثانية		
		٢-اختبار الانبطاح المائل قذف الرجلين	عدد		
		٣-اختبار قوة القبضة	درجة		
٢	القوة المميزة بالسرعة	٤-اختبار دفع الكرة الطبية بيد واحدة	متر		
		٥-اختبار الحجل على رجل واحدة لمسافة ٣٠ م	ثانية		
		٦-اختبار الجلوس من وضع الرقود (٣٠ث)	ثنية		
٣	السرعة الانتقالية	٧-اختبار العدو ٢٠م	ثانية		
		٨-اختبار العدو ٣٠م	ثانية		
		٩-اختبار العدو ٤٠	ثانية		
٤	المرونة	١٠-ثني الجذع أماما أسفل من وضع الوقوف	سم		
		١١- اختبار ثني الجذع خلفا من الانبطاح	سم		
		١٢-اختبار ثني الجذع خلفاً من الوقوف	سم		
٥	الرشاقة	١٣- اختبار الجري بين الشواخص	ثانية		
		١٤-اختبار الجري المكوكي	ثانية		
		١٥-اختبار الجري المتعرج لبارو	ثانية		
		١٦-اختبار ٩-٣-٦-٣-٩	ثانية		
٦	التوافق	١٧-اختبار الدوائر المرقمة	ثانية		
		١٨-رمي ولقف واستقبال كرة التنس	ثانية		
		١٩-اختبار رمي الكرات علي الحائط	ثانية		
٧	التوازن	٢٠-اختبار التوازن الثابت	ثانية		
		٢١-اختبار التوازن المتحرك	ثانية		

مرفق(٤)

الاختبارات البدنية المستخدمة في البحث

١-اختبار الانبطاح المائل (ثني ومد الذراعين ٣٠ث)

الهدف من الاختبار : قياس قوة عضلات الذراعين

الأدوات المستخدمة :

مرتبة أو سطح مستوي

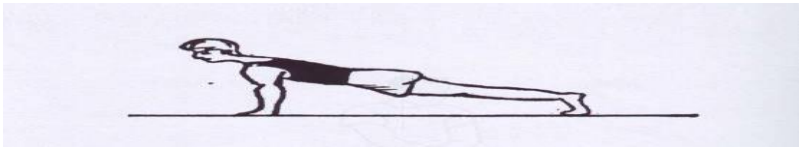
وصف الاختبار : من وضع الوقوف الحلوس علي أربع قذف القدمين خلفا للوصول لوضع الانبطاح المائل والذراعين باتساع الصدر ، وعند سماع الإشارة يبدا الاعب بثني ومد الذراعين في خلال ٣٠ ث.

شروط الاختبار :

- الاحتفاظ باستقامة الجسم أثناء الأداء
- ثني ومد المرفقين كاملا ومدهما إلي أقصي مدي .
- ملامسة الصدر للأرض

التسجيل : يحسب عدد المرات الصحيحة فقط في خلال ٣٠ث.

(٨١:٩)



٢-اختبار دفع الكرة الطبية بيد واحدة:

هدف الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للذراع المميزة.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس، كرة طبية٢ ك، تحديد قطاع الرمي برسم خطوط عرضية على الأرض المسافة بينهما (٥سم)

وصف الأداء: يقف المختبر خلف خط الرمي ثم يقوم برمي الكرة الطبية إلى أقصى مسافة ممكنة.

شروط الاختبار: يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات .

طريقة التسجيل : تقاس المسافة عمودياً بين خط الرمي إلى مكان سقوط الكرة **(٢٠٩:١٠)**

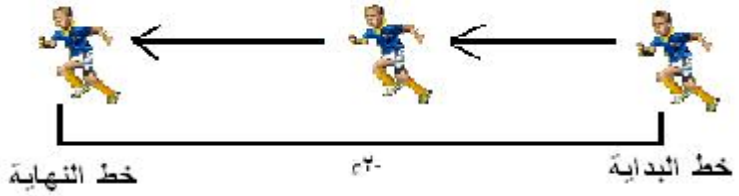
٣-اختبار جري ٢٠متر من الوقوف

الهدف من الاختبار : قياس السرعة الانتقالية.

الأدوات :ساعة إيقاف، خطين متوازيين مرسومين على الأرض المسافة بينهما ٢٠ م.

مواصفات الأداء :يقف المختبر خلف الخط الأول، عند سماع إشارة البدء يقوم بالعدو إلى أن يتخطى الخط الثاني، يعطي للمختبر محاولتين وتحتسب الأفضل.

التسجيل :يسجل للمختبر الزمن الذي استغرق في قطع مسافة ٢٠ م (. ، (١٧٦:١٠)



٤-اختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف

الهدف من الاختبار : قياس المرونة

الأدوات المستخدمة : مقعد بدون ظن ارتفاعه من الارض ٥٠سم ،مسطرة غير مرنة مقسمة بالسنتيمتر تثبت رأسيا علي المقعد بحيث يبدأ التدرج من أعلي لأسفل.

وصف الاختبار :

يقف المختبر فوق المقعد والقدمان مضمومتان مع تثبيت اصابع القدمين علي حافة المقعد ، مع الاحتفاظ بالركبتين مفرودتين ، يقوم المختبر بثني الجذع أماما أسفل بحيث يهبط بأطراف أصابعه علي جانب المقعد موازيا للمسطرة إلي أعمق مسافة ممكنة.

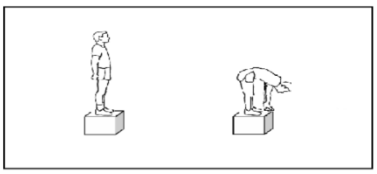
شروط الاختبار :

- عدم ثني الركبتين .
- الثبات عند أقصي مسافة يصل إليها المختبر.

طريقة التسجيل :

تسجل للمختبر المسافة التي حققها في المحاولتين و تحسب له المسافة الأكبر.

(٥٤٦:٩)



٥-اختبار الجري المكوكي ٤*١٠

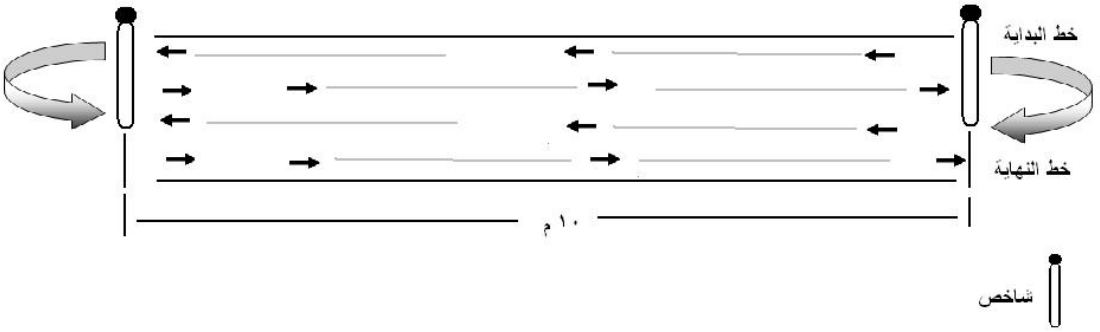
الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة

الأدوات : ساعة ايقاف خطان متوازيان المسافة بينهما (١٠) امتار .

مواصفات الاداء : يقف المختبر خلف خط البداية ، عند سماع إشارة البدء يقوم بالجري بأقصي سرعة الي الخط المقابل ليتجاوزه بكلا قدميه ثم يستدير ليعود مرة أخري ليتخطي خط البداية بالأسلوب نفسه ، ثم يكرر هذا العمل مرة أخري ، أي ان المختبر يقطع مسافة (٤٠) متراً ذهابا وعودة أنظر إلي الشكل

توجيهات : يجب أن يتخطي المختبر خط البداية والخط المقابل له بكلا القدمين

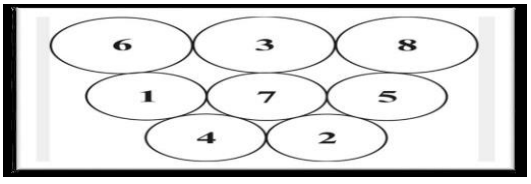
التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يقطعه في جري المسافة المحددة (٤*١٠م) من لحظة اشارة البدء حتي تجاوزها الخط بعد أن يكون قطع مسافة ٤٠ متر ذهابا وأيابا . (٢٨٣-٢٨٤)



٦-اختبار الدوائر المرقمة

الغرض من الاختبار :قياس توافق الرجلين والعينين.

الأدوات :ساعة ايقاف، يرسم على الأرض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منها ستين 60) سم(، ترقم الدائرة كما هو وارد **بالشكل**



مواصفات الاداء :

يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة رقم (2) ثم إلى الدائرة رقم (3) ثم الدائرة رقم (4) وهكذا حتى الدائرة رقم(8) ، ويتم ذلك بأقصى سرعة.

حساب الدرجات: يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني داوائر) .

٧- أختبار التوازن المتحرك

أختبار التوازن المتحرك

اختبار المشي على العارضة

الهدف من الاختبار: قياس التوازن من خلال الحركة

الأدوات: عارضة توازن بعرض (١٠)سم وطول (٤)م وسمك (٣-٥)سم ، ارض مستوية ، ساعة توقيت .

مواصفات الاختبار:

عند سماع الإشارة بالبدء يقوم المختبر بالمشي على العارضة إلى النهاية ثم الدوران والرجوع مرة أخرى إلى نقطة البداية بأقصى سرعة وبدون لمس أي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة .

التسجيل:

يحسب الزمن المستغرق في المشي على العارض إلى اقل ١/١٠ ثانية عند ملامسة أي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة تضاف ثانية للوقت المستغرق (٩:٢٠١)