

تأثير الأدوات التنافسية المرحلية على بعض السمات الإرادية والمستوى البدنى والفنى والرقمى لطلاب التخصص فى بعض مسابقات الميدان والمضمار

أ.م.د. نبيل محمد خطاب

أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

جامعة دمياط

مشكلة البحث وأهميتها

إن تقدم دولة ما في الأنشطة الرياضية المختلفة ما هو إلا دليل واضح على تقدمها العلمي ، ففي ظل التقدم العلمي والتكنولوجي المذهل اتجهت أنظار الدول المتقدمة إلى آفاق جديدة من التحديات ، ومن بين هذه التحديات المجال الرياضي كأحد الوسائل التي تعبر عن التقدم والسيادة .

وفى ضوء الاتجاه إلى التخصصية فى اختيار التمرينات التعليمية او التدريبية المشابهة لمواقف اللعب وزيادة حجم أدائها بشكل كبير وبمستويات متباينة من الجهد المبذول منها، شاع استخدام التمرينات التنافسية كمحتوى وهدف باعتبارها أكثر الأشكال فاعلية فى ترقية وتحسين الأداء البدني والمهارى والخططي لما تتميز به من محاكاة المنافسة من حيث التركيب والضغط على الممارس من النواحي النفسية .

ويشير **بدير السيد بدير** ٢٠٠٦ م الى ان التمرينات التنافسية هو نشاط يحاول فيه الفرد أو الجماعة إحراز الفوز والتفوق على غيره من أفراد أو جماعات باستخدام كافة إمكانياته وقدراته البدنية والمهارية في ظل مواقف متعددة تتميز بقوتها وتغيرا لارتباطها باختلاف مواقف الفوز والهزيمة فالفرد لا يصل إلى الهدف إلا ببذل الجهد (١٠ : ٥٠)

ويوضح **عصام عبد الخالق** ١٩٩٤ م أن للأداء التنافسى دوراً هاماً في الفترة الإعدادية وفترة المنافسات لمختلف الأنشطة وأن تأثيرها يكون فعالاً عندما ترتبط مع متطلبات المنافسات لأنها وسيلة هامة ذات متطلبات متعددة للناحية الجسمية والحركية والفنية والنفسية (١٩ : ٢٠)

ويؤكد **السيد عبد المصود** ١٩٩٤ م على أهمية الأداء التنافسى وخاصة عند نهاية فترة الإعداد فتحتمل هذه التمرينات مكانا في التدريب ويزداد تأثيرها بصفة مستمرة على استخدام وسائل التدريب الاخرى ، وفى نفس الوقت عند أداء تمرينات المنافسة يتضح كل جوانب الحالة التدريبية للرياضى ولذلك لا يمكن الاستعاضة عنها بأية وسيلة من وسائل التدريب الأخرى وبالذات أثناء مرحلة البناء المباشر للفورمة الرياضية (٨ : ٣٤٩)

وتعرف الإرادة نقلا عن **جهاد نبيه محمود** ٢٠٠٢ م " بأنها قدرة المتسابق على توجيه سلوكه بوعى وهادفية للتغلب على الموانع والصعوبات أثناء التدريب والمنافسة لتحقيق أهدافه " .

(١٢ : ١٧)

ويضيف محمد حسن علاوي ١٩٩٨م أن السمات الإرادية من أهم السمات النفسية التي تلعب دوراً رئيسياً في تشكيل الشخصية الرياضية وتسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدرات الرياضي واستعداداته لتحقيق أفضل إنجاز رياضي ممكن. (٢٦ : ١٦٧)

كذلك يتفق كل من يوهانس ريه وآخرين ١٩٨٨م وشومينكوف.ل.س Chomenkov.L.S ١٩٩٠م وبسطويسي أحمد ١٩٩٧م على أهمية السمات الإرادية لمتسابقى سباقات الميدان والمضمار في اكتساب وإتقان النواحي الفنية (التكنيك). (٣٨ : ٨٤)(٤٠ : ٤٣-٦٨) (١١ : ٩٢)

ويؤكد عزت محمود كاشف ١٩٩٤م على أن تنمية السمات الإرادية لدى متسابقى مسابقات الميدان والمضمار تعتبر من أهم الأهداف التي يجب أن تهتم بها كافة المؤسسات الرياضية العاملة في مجال التدريب الرياضي، والمدرّب بالتبعية عليه أن يوجه اهتمامه الخاص لتطوير تلك السمات لدى متسابقيه، حتى يمكنهم تحقيق الإنجازات الرقمية المتوقعة في السباقات. (٢١ : ١٩)

وقد لاحظ الباحث وجود فروق في أداء طلاب تخصص مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية ، جامعة دمياط عند الاشتراك في المنافسات او أداء المسابقات المختلفة في شكل مسابقات ، كما لاحظ عدم ثبات الحالة النفسية للطلاب عند المواجهة والتنافس مما يؤدي الى إختلاف في المستوى المهارى والرقمى وكذلك وضوح مظاهر التعب سريعاً ، هذا ما دفع الباحث إلى محاولة التعرف على تأثير التمرينات التنافسية خلال تنمية المراحل الفنية للمسابقات على بعض السمات الارادية والمستوى البدني والمستوى الفني والرقمى لمسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثى ورمى الرمح ، فمن خلال التمرينات التنافسية قد يستطيع المؤدى من اكتساب إيقاع التنافس أثناء الأداء وكذلك الأداء في بيئة مشابهة للمنافسة من حيث تطبيق القوانين والمسافات والأدوات القانونية وكذلك ضغط الزميل أثناء المنافسة وخاصة ان بطولات مسابقات الميدان والمضمار لا تتم الا على فترات متباعدة.

هدف البحث

يهدف البحث إلى دراسة تأثير الأداءات التنافسية المرحلية على بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمى لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية فى بعض مسابقات الميدان والمضمار وذلك من خلال التعرف على :

١. تأثير الأداءات التنافسية المرحلية على بعض الصفات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمى لمسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثى ورمى الرمح .

٢. المقارنة بين القياسين البعدي لكل من المجموعة التجريبية والضابطة في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني والرقمي لمسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح .
- ٣ . المقارنة بين نسبة التغير لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني والرقمي لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية في مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح .

فروض البحث

في ضوء أهداف البحث .:

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني والرقمي لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية في مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح .
٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني والرقمي لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية في مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح .
٣. توجد فروق في نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني والرقمي لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية في مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح .

المصطلحات المستخدمة في البحث

- . **الأداء التنافسية** : أنها موقف اختباري ذو شدة عالية تبرز فيها جميع خبرات ومهارات اللاعب على منازل آخر أو فريق في لقاء تحكمه القواعد والقوانين المحلية و الدولية . (٣٢ : ٤٢١)

- **الإرادة** : أنها قدرة الفرد في التغلب على المقاومات الداخلية والخارجية التي تعترض سبيل

تحقيق هدف مقصود. (١٦ : ٤٦٦)

- . **السمات الارادية** : أنها تلك الصفات التي تجعل الفرد قادراً على التغلب على ما يصادفه من عقبات للوصول إلى أعلى مستوى ممكن في نوع النشاط الرياضي التخصصي . (٢ : ٦)

الدراسات السابقة

الدراسة الأولى (٣٧)

قام بها وليد سيد حسين ابراهيم ٢٠١٨ م **بعنوان** : تأثير تدريبات المنافسة علي تطوير القدرات البدنية الخاصة ومستوي الأداء لبعض المهارات الهجومية للاعب الملاكمة استهدفت **الدراسة** : التعرف على تأثير تدريبات المنافسة علي تطوير القدرات البدنية الخاصة ومستوي

الأداء لبعض المهارات الهجومية للاعب الملاكمة **واتبع المنهج** : التجريبي **على** (٢٤) لاعب ملاكمة من منتخب جامعة سوهاج للملاكمة . **وكانت أهم النتائج** أدى البرنامج التدريبي باستخدام تدريبات المنافسة إلى تحسن الاداء الهجومي لعينة البحث نتيجة الاستخدام للبرنامج التدريبي.

الدراسة الثانية (١٤)

قام بها خالد أبو السعود عبد الله عبد المتطلب ٢٠١٧ م **بعنوان** : برنامج تعليمي باستخدام العاب المباريات المصغرة وتأثيره على الأداء الخططي والمعرفي لبعض خطط اللعب الهجومية في الهوكي **استهدفت الدراسة** : التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام العاب المباريات المصغرة وتأثيره على الأداء الخططي والمعرفي لبعض خطط اللعب الهجومية في الهوكي. **واتبع المنهج** : التجريبي **على عينة من** : طلاب كلية التربية الرياضية جامعة اسبوط **وكانت أهم النتائج** البرنامج التعليمي باستخدام العاب المباريات المصغرة أثر على الأداء الخططي والمعرفي لبعض خطط اللعب الهجومية في الهوكي .

الدراسة الثالثة (٢٣)

قام بها عماد رفعت محمد على شومان ٢٠١٧ م **بعنوان** : تأثير التمرينات التنافسية على مستوى الأداء الفني لناشئ المصارعة خلال الموسم التدريبي **استهدفت الدراسة** : التعرف على تأثير التمرينات التنافسية على مستوى الأداء الفني لناشئ المصارعة خلال الموسم التدريبي **واتبع المنهج** : التجريبي **على عينة من** ناشئ المصارعة **وكانت أهم النتائج** تفوق المجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني .

الدراسة الرابعة (٣٢)

قام بها محمد محمود محمد محمود النقيب ٢٠١٤ م **بعنوان** : تأثير برنامج تدريبي باستخدام التمرينات التنافسية في تنمية الأداءات المهارية الهجومية المركبة لدى ناشئ كرة القدم الخماسية **استهدفت الدراسة** : التعرف على تأثير برنامج تدريبي باستخدام التمرينات التنافسية في تنمية الأداءات المهارية الهجومية المركبة لدى ناشئ كرة القدم الخماسية. **واتبع المنهج** : التجريبي **على عينة من** : ناشئ كرة القدم الخماسية **وكانت أهم النتائج** تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج التمرينات التنافسية .

الدراسة الخامسة (٤٢)

قامت بها جاكى لارو و زملاءها " Larue et al ١٩٩٩ م بعنوان : أثر المنافسة علي الأداء والتنشيط المعرفي استهدفت الدراسة : التعرف على تأثير تدريبات خاصة بأداء مهارة حركية باستخدام الأصابع للرد علي مثير معين مرة بدون منافسة وأخري منافسة مع خصم أخر. واتبعوا المنهج : التجريبي على عينة من : (١٢) رياضيا و(١٢) رياضية وكانت أهم النتائج تفوقت المجموعة التجريبية تحسین زمن رد الفعل ولكنها أدت إلى زيادة الأخطاء

إجراءات البحثمنهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) نظرا لمناسبتها لطبيعة البحث .

مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع البحث طلاب التخصص في مسابقات الميدان والمضمار في سباق ٢٠٠ م / عدو ومسابقة الوثب الثلاثي ورمي الرمح بكلية التربية الرياضية ، جامعة دمياط والمقيدون للدراسي (٢٠١٨ م . ٢٠١٩ م) وعدددهم (٤٨) طالب ، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية وشملت عينة البحث الأساسية (٢٤) طالباً تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية وعددها (١٢) طالباً ، والأخرى ضابطة عددها (١٢) طالباً و(٢٠) للدراسات الاستطلاعية .

إعتدالية توزيع قيم المتغيرات لمجموعتي البحث الأساسية .

جدول (١) إعتدالية توزيع قيم المتغيرات الأساسية لدى لمجموعتي البحث الأساسية. ن = ٢٤

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	انحراف معياري	معامل الالتواء
١.	الطول	سم	١٧٨.٠٨	٤.٥٣	- ٠.٠١
٢.	الوزن	كجم	٧٨.٧٩	٤.٢٤	٠.٢٢
٣.	السن	سنة	٢٠.٨٣	٠.٤٤	١.١٩
٤.	مدة الممارسة	سنة	٢.٥٢	٠.٢٢	٠.١٢

يتضح من الجدول (١) أن جميع قيم معامل الالتواء في المتغيرات الأساسية للبحث تراوحت ما بين (- ٠.٠١ ، ١.١٩) وجميع هذه القيم تشير إلى اعتدالية توزيع هذه القيم لدى أفراد مجتمع البحث .

جدول (٢) إعتدالية توزيع قيم المتغيرات التجريبية لمجموعتي البحث الأساسية ن = ٢٤

المتغيرات التجريبية	أجزاء المتغيرات	الاختبار	وحدة القياس	المتوسط	انحراف معياري	معامل الالتواء
السمات الارادية	الشجاعة	مقياس السمات الارادية	درجة	٢٩.٤٥	٣.٧٦	٠.٣٣
	ضبط النفس	مقياس السمات الارادية	درجة	٣١.٤١	٣.٥٩	٠.٠٨
	التصميم	مقياس السمات الارادية	درجة	٢٩.٤٥	٢.٦٦	٠.٢٥

٠.٣٣	٣.٠٢	٢٩.٢٥	درجة	مقياس السمات الارادية	الثقة بالنفس	
٠.٠٧	٢.٥١	٣٠.٠٠	درجة	مقياس السمات الارادية	دافعية الانجاز	
٠.٣٩	٢.٧٦	٢٦.٠٦	درجة	مقياس السمات الارادية	التركيز	
١.٣٦	٣.٧٩	٢٥.٩١	درجة	مقياس السمات الارادية	الهادفية	
- ٠.٠٤	١.٨٥	٢٠.٨٣	درجة	مقياس السمات الارادية	الاستقلالية	
٠.٣٠	٢.٢١	٢٠.٨٧	درجة	مقياس السمات الارادية	المبادأة	
- ٠.٣٢	١.٧٤	١٨.٨٣	درجة	مقياس السمات الارادية	اتخاذ القرار	
٠.١٩	١.٦٢	١٩.٠٤	درجة	مقياس السمات الارادية	تحمل المسؤولية	
٠.١٤	١.٩٧	٤٠.٧٥	المتر	رمي كرة هوكي	قوة الذراع الرامية	المستوى البدني
٠.٠٢	١٢.٩٩	٢٠٧.٧٥	السم	الوثب العريض	قدرة الرجلين	
- ١.٠٤	٠.٣٩	٤.٢٠	الثانية	٣٠ م طائر	السرعة الانتقالية	
٠.٠٥	٣.٣٩	٢٢.١٢	السم	اللف واللمس	مرونة العمود الفقري	
- ٠.٥٩	٢.٦٥	٢٠.٥٤	وثبة	وثبة رياضية	الرشاقة	
٠.٤٣	٥.٠٤	٧٤.٥٨	درجة	باس المعدل	التوازن	
٠.٧٥	٣.٤٥	٢٥.٧٩	درجة	الأداء الفني للسباق	سباق ٢٠٠ م عدو	
٠.٢٦	٢.٧٩	٤٠.٥٤	درجة	الأداء الفني للمسابقة	مسابقة الوثب الثلاثي	
٠.٤٠	٢.٥٤	٤٠.٧٥	درجة	الأداء الفني للمسابقة	مسابقة رمي الرمح	
- ٠.٣٨	٠.٨١	٢٨.١٩	الثانية	قياس زمن السباق	سباق ٢٠٠ م عدو	المستوى الرقمي
- ٠.٢٥	٠.٤٦	١٠.٠٩	المتر	قياس مسافة الوثب	مسابقة الوثب الثلاثي	
١.١٧	١.٥٠	٣١.٣٤	المتر	قياس مسافة الرمي	مسابقة رمي الرمح	

يتضح من الجدول (٢) أن جميع قيم معامل الالتواء في السمات الارادية والبدنية والمستوى الفني والرقمي لأفراد العينة حيث تراوحت ما بين (١.٠٤ ، - ١.٣٦) وهذا يدل على اعتدالية توزيع القيم الخاصة بالمتغيرات التجريبية الخاصة بالبحث .

تكافؤ العينة الأساسية في القياس القبلي للمتغيرات قيد البحث

جدول (٣) دلالة الفروق بين القياسين القبلي . القبلي لمجموعتي البحث في متغيرات النمو الأساسية ن = ١٢

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس القبلي للضابطة		الفرق	قيمة (ت)
		ع	م	ع	م		
الطول	سم	١٧٨.٥٠	٥.١٩	١٧٥.٧٥	٦.٧٨	٢.٧٥	٠.٢٧
الوزن	كجم	٧٩.٥٠	٥.٠٠	٧٨.٢٥	٣.٩٠	١.٢٥	٠.٥٠
السن	سنة	٢٠.٥٨	٠.٥٠	٢٠.٥٧	٠.٣٥	٠.٠٣	٠.٩٨
مدة الممارسة	سنة	٢.٥٠	٠.٢٣	٢.٤١	٠.٢٠	٠.٠٨	٠.٣٥

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٢.١٠

يتضح من الجدول (٣) أن قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٢) مما يدل على أن المجموعتين ليس بينهما فروق دالة إحصائية في المتغيرات الأساسية .

جدول (٤) دلالة الفروق بين القياسيين القبلي . القبلي لمجموعتي البحث في المتغيرات التجريبية قيد البحث ن = ١٢

المتغيرات التجريبية	الاختبار	وحدة القياس	القبلي للتجريبية		القبلي للضابطة		الفرق	قيمة (ت)
			ع	م	ع	م		
السمات الارادية	الشجاعة	الدرجة	٣٠.٦	٤.١١	٢٨.٢٥	٣.٠٧	٢.٤١	١.١١
	ضبط النفس	الدرجة	٣٢.١	٣.٠٧	٣٠.٦٦	٤.٠٥	١.٥٠	١.٣١
	التصميم	الدرجة	٣٠.٠	٢.٦٢	٢٨.٩١	٢.٧١	١.٠٨	١.٣٣
	الثقة بالنفس	الدرجة	٢٩.٨	٢.٦٥	٢٨.٦٦	٣.٣٦	١.١٦	٠.٤٥
	دافعية الانجاز	الدرجة	٣٠.٤	٢.١٥	٢٩.٥٨	٢.٨٧	٠.٨٣	٠.٤٣
	التركيز	الدرجة	٢٦.٠	٢.٩٩	٢٦.٢٥	٢.٦٣	٠.١٦	٠.٨٨
	الهادفة	الدرجة	٢٥.٠	٢.٨٩	٢٦.٧٥	٤.٤٣	١.٦٦	١.٢٩
	الاستقلالية	الدرجة	٢٠.٩	١.٧٢	٢٠.٧٥	٢.٠٥	١.٦٦	٠.٨٣
	المبادأة	الدرجة	٢٠.٥	٢.١٠	٢١.١٦	٢.٣٦	٠.٥٨	٠.٥٦
	اتخاذ القرار	الدرجة	١٨.١	١.٦٤	١٨.٨٣	١.٨٥	٠.٦٦	١.٣٦
تحمل المسؤولية	الدرجة	١٩.٢	١.٤٢	١٩.٧٣	١.٧٥	٠.٤١	٠.٧١	

تابع دلالة الفروق بين القياسيين القبلي . القبلي لمجموعتي البحث في المتغيرات التجريبية قيد البحث

المتغيرات التجريبية	الاختبار	وحدة القياس	القبلي للتجريبية		القبلي للضابطة		الفرق	قيمة (ت)
			ع	م	ع	م		
الصفات البدنية	رمي كرة هوكي	المتر	٤٠.٩	٢.٣٤	٤٠.٥٣	١.٥٩	٠.٤٥	٠.٨٥
	الوثب العريض	السم	٢٠.٩	١٤.٤٩	٢٠.٦١	١١.٦٨	٣.٤١	٠.٥٣
	عدو ٣٠ م طائر	الثانية	١٤.١	٠.٢٧	٤.٢١	٠.٤٩	٠.٠٢	٠.٨٩
	اللف واللمس	السم	٢٣.٠	٤.١٤	٢١.١٦	٢.٢٠	١.٩١	١.١٧
	وثبة رباعية	وثبة	٢٠.٠	٢.٨٩	٢١.٠٨	٢.٣٩	١.٠٨	٠.٣٢
	باس المعدل	درجة	٧٧.٥	٣.٩٨	٧١.٥٥	٤.٤٠	٦.٠٠	٠.٠١
الاداء الفنى	سباق ٢٠٠ م عدو	الدرجة	٢٦.٤	٢.٣٩	٢٦.١٦	٢.٢٤	١.٢٥	٠.٥٩
	مسايقه الوثب	الدرجة	٤٠.٧	٢.٩٨	٤٠.٣٣	٢.٧٠	٠.٤١	٠.٦٣
	مسابقة رمي الرمح	الدرجة	٤١.٢	٢.٩٥	٤٠.٢٥	٢.٠٥	١.٠٠	٠.٥٨
المستوى الرقمى	سباق ٢٠٠ م عدو	الثانية	٢٨.٣	٠.٨٣	٢٨.٠٨	٠.٦٢	٠.٢٢	٠.٣٩
	مسايقه الوثب	المتر	١٠.٠	٠.٤٧	١٠.١٤	٠.٤٧	٠.١٠	٠.٥٩
	مسابقة رمي الرمح	المتر	٣١.٤	١.٧٩	٣١.١٩	١.٢٧	٠.٣٠	٠.٦٣

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٢.٠٧

ينتضح من الجدول (٤) أن قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٢) مما يدل على أن المجموعتين ليس بينهما فروق دالة إحصائياً في السمات الارادية والبدنية والمستوى الفنى والرقمى في سباق ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثى ورمى الرمح .

وسائل جمع البيانات : لجمع البيانات استخدام الباحث الأدوات والأجهزة التالية :

الأجهزة والأدوات: الرستامير ، ميزان طبي ، ساعات إيقاف ، شريط قياس ٥٠ م ، كرات طبية ، أقماع ، صولجانات ، ارماع مختلفة الاوزان وبارات حديدية ، دامبلز ، سلاسل قفز .
مقياس السمات الإرادية.

قام الباحث بالاضطلاع على الكتب والمراجع والدراسات التي تناولت السمات الإرادية والدراسات وكذلك المقاييس التي استخدمت في قياس هذه السمات في المجال الرياضي مثل (أسامة كامل راتب ١٩٩٠ م (٧) و محمود عبدالفتاح عنان (٣٤) و عبد العزيز نصر عبد العزيز ١٩٩٨م (١٨) و السيد محمد عيسى وإبراهيم عبد العزيز ١٩٩٨م (٩) محمود عبدالفتاح عنا ١٩٩٥ (٣٤) و جهاد نبيه محمود ٢٠٠٢ م (١٢) وأحمد البيومي علي البيومي ٢٠٠٣ م (٤) ومحمد حسين بكر سلم ٢٠٠٥ م (٢٨) ومحمد مصطفى محمد غلاب ٢٠٠٩ م (٣٣) و احمد عبد الرحمن اسماعيل عبد الرحمن ٢٠١٨ م (٥) وعمرو زغلول محمد عبد السلام : ٢٠١٩ م (٢٤). وقام الباحث باستخدام مقياس السمات الإرادية في مسابقات الميدان والمضمار من بناء جهاد نبيه محمود ٢٠٠٢ م (١٢) قد شمل على مائة عبارة مقسمة تبعاً للجدول التالي .

جدول (٥) أرقام العبارات الإيجابية والسلبية الخاصة بكل سمة داخل مقياس الصفات الإرادية

م	السمات الإرادية	أرقام العبارات الإيجابية	أرقام العبارات السلبية
١	الشجاعة.	٥٥-٤٥-٣٥-٢٥-١٥-٥	٥٠-٤٠-٣٠-٢٠-١٠
٢	ضبط النفس.	٥١-٤١-٣١-٢١-١١-١	١٠٠-٩٠-٨٠-٧٠-٦٠
٣	التصميم	٩٢-٨٢-٧٢-٦٢-٥٢	٤٢-٣٢-٢٢-١٢-٢
٤	الثقة بالنفس	٤٤-٣٤-٢٤-١٤-٤	٩٤-٨٤-٧٤-٦٤-٥٤
٥	دافعية الإنجاز	٤٨-٣٨-٢٨-١٨-٨	٩٨-٨٨-٧٨-٦٨-٥٨
٦	التركيز	٤٦-٣٦-٢٦-١٦-٦	٩٩-٨٩-٧٩-٦٩
٧	الهادفية	٩٦-٨٦-٧٦-٦٦-٥٦	٩١-٨١-٧١-٦١
٨	الاستقلالية	٩٣-٨٣-٧٣-٦٣	٥٩-٤٩-٣٩-٢٩
٩	المبادأة	٩٥-٨٥-٧٥-٦٥	٣٧-٢٧-١٧-٧
١٠	اتخاذ القرار	٧٧-٦٧-٥٧-٤٧	٢٣-١٣-٣
١١	تحمل المسؤولية	٩٧-٨٧- ١٩ - ٩	٥٣-٤٣-٣٣

وقد قام الباحث بتعديل بعض العبارات لتلائم المسابقات الثلاثة ثم قام الباحث بإعادة عرض المقياس على السادة الخبراء (مرفق رقم ٢ ، ٣) لإبداء الرأي فيها . حيث كانت نتيجة ابداء الرأي الموافقة على العبارات الجديدة ١٠٠ % ، كما هم موضح بالجدول التالي .

جدول (٦) النسب المئوية لآراء السادة الخبراء العبارات الخاصة بالسمات الإرادية المرتبطة بالمسابقات قيد البحث

م	السمات الإرادية	عدد العبارات لكل سمة	عدد العبارات الموافق عليها	العدد الكلي للخبراء	نسبة الموافقة على العبارات
١	الشجاعة.	١١	١١	٤	%١٠٠
٢	ضبط النفس.	١١	١١	٤	%١٠٠
٣	التصميم	١٠	١٠	٤	%١٠٠
٤	الثقة بالنفس	١٠	١٠	٤	%١٠٠
٥	دافعية الإنجاز	١٠	١٠	٤	%١٠٠
٦	التركيز	٩	٩	٤	%١٠٠
٧	الهادفية	٩	٩	٤	%١٠٠
٨	الإستقلالية	٨	٨	٤	%١٠٠
٩	المبادأة	٨	٨	٤	%١٠٠
١٠	اتخاذ القرار	٧	٧	٤	%١٠٠
١١	تحمل المسؤولية	٧	٧	٤	%١٠٠
١١	الاجمالي	١٠٠	١٠٠	٤	%١٠٠

قياس المستوى البدني

قام الباحث بتحديد أهم الصفات البدنية الخاصة بطلاب التخصص في المسابقات قيد البحث من خلال الإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في مسابقات الميدان والمضمار مثل بسطويسي احمد (١١) خيرية السكري وسليمان على حسن (١٥) وهي كالاتي (قدرة الذراع الرامية . قدرة الرجلين . السرعة الانتقالية . مرونة العمود الفقري . الرشاقة . التوازن) ثم قام الباحث بالإطلاع على عدد من الدراسات والمراجع العلمية التي تناولت الصفات البدنية والاختبارات الخاصة بهذه الصفات لـ محمد علاوى ومحمد نصر الدين (٢٥) ومحمد صبحي حسانين (٣٠)، (٣١)، إبراهيم سلامة (١). وتوصل إلى الاختبارات البدنية التالية :

١. رمى كرة هوكي لقياس قوة الذراع الرامية . (٢٥ : ١١٤)
 ٢. الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة العضلية للرجلين (٢٩٢ : ٣١)
 ٣. العدو ٣٠ م من البدء الطائر لقياس السرعة الانتقالية (٣٠ : ٣٨١)
 ٤. اللف واللمس لقياس مرونة العمود الفقري (١ : ١٣٧)
 ٥. الوثبة الرباعية لقياس الرشاقة (٢٥ : ٢٩٢ . ٢٩٥)
 ٦. باس المعدل لقياس التوازن الحركي (٣٩ : ١٦٦)
- ثم قام بعرضها على السادة الخبراء من خلال استمارة استطلاع رأى الخبراء حول أهم الصفات البدنية الخاصة بالمسابقات قيد البحث وكذلك الاختبارات التي تقيسها وكان متوسط نتيجة الموافقة (٩٥.٨٣ %) على الصفات التي حددها الباحث (مرفق ٤)

جدول (٧) النسب المئوية لآراء السادة الخبراء في الاختبارات البدنية المرتبطة بالمسابقات قيد البحث ن = ٤

م	المتغيرات	الاختبار	وحدة القياس	العدد الكلي	عدد الموافقات	نسبة الموافقة
١	قوة الذراع الرامية	رمى كرة	المتر	٤	٤	١٠٠ %
٢	قدرة الرجلين	الوثب	السم	٤	٤	١٠٠ %
٣	السرعة الانتقالية	٣٠ م طائر	الثانية	٤	٤	١٠٠ %
٤	مرونة العمود الفقري	اللف واللمس	السم	٤	٣	٧٥ %
٥	الرشاقة	وثبة رباعية	وثبة	٤	٤	١٠٠ %
٦	التوازن	باس المعدل	درجة	٤	٢	١٠٠ %

يتضح من الجدول (٧) قيم النسبة المئوية لموافقة السادة الخبراء على الاختبارات التي تقيس أهم الصفات البدنية الخاصة بالمسابقات قيد البحث وقد اتضت نسبة ٧٥% لقبول الصفة والاختبار .

مستوى الأداء الفني : تم قياس مستوى الأداء الفني عن طريق التصوير الرقمي لكل طالب أثناء أداء أحسن محاولة في المسابقات قيد البحث وإعطاء درجة للأداء الفني باستخدام قائمة المهام والمعايير الخاصة بالمسابقة قيد البحث من تصميم الباحث مرفق (٥) . (٣٥)

المستوى الرقمي : تم قياس المستوى الرقمي عن طريق أداء كل طالب ثلاث محاولات لمسابقة رمى القرص واحتساب أحسن محاولة .

خطوات البحث

البرنامج الزمني لتنفيذ الدراسات الاستطلاعية القياسية والتجربة والبعدي للبحث

- أولاً : تجربة استطلاعية أولى في الفترة من ٦ / ٢ / ٢٠١٩ م إلى ٧ / ٢ / ٢٠١٩ م
- ثانياً : تجربة استطلاعية ثانية في الفترة من ٩ / ٢ / ٢٠١٩ م إلى ١٣ / ٢ / ٢٠١٩ م .
- ثالثاً : تجربة استطلاعية ثالثة يوم ٩ / ٢ / ٢٠١٩ م إلى ١٣ / ٢ / ٢٠١٩ م .
- رابعاً : تجربة استطلاعية رابعة يوم ١٤ / ٢ / ٢٠١٩ م .
- خامساً : القياس القبلي يوم ١٢ إلى ١٤ / ٢ / ٢٠١٩ م .
- سادساً : التجربة الأساسية من ١٦ / ٢ إلى ١٦ / ٥ / ٢٠١٩ م
- سابعاً : القياس البعدي للتجربة الأساسية يوم ١٨ إلى ٢٠ / ٥ / ٢٠١٩ م .

الدراسات الاستطلاعية

الدراسة الاستطلاعية الأولى : قام الباحث بحساب صدق المقياس الخاص بقياس السمات الارادية في المسابقات قيد البحث عن طريق المقارنة الطرفين للمقياس .

جدول (٨) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (U) لمكونات مقياس السمات الارادية ن = ٥

المكون	الاختبار	الربيعي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)
السمات	الشحاعة	الأدنى	٥	٢٦.٠٠	١.٢٢	٣	١٥	...

المكون	الاختبار	الربيعي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)
الارادية	ضبط النفس	الأعلى	٥	٣٣.٨٠	١.٧٩	٨	٤٠	٠.٠٠
		الأدنى	٥	٢٦.٦٠	١.٢٢	٣	١٥	
		الأعلى	٥	٣٦.٢٠	١.٠٩	٨	٤٠	
	التصميم	الأدنى	٥	٢٦.٢٠	٠.٨٤	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٣٣.٠٠	١.٠٠	٨	٤٠	
	الثقة بالنفس	الأدنى	٥	٢٥.٦٠	١.٠١٤	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٣٣.٨٠	٠.٨٣	٨	٤٠	
	دافعية الانجاز	الأدنى	٥	٢٧.٠٠	١.٧٣	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٣٢.٠٠	١.٢٧	٨	٤٠	
	التركيز	الأدنى	٥	٢٣.٠٠	١.٢٢	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٣٠.٢٠	١.٣٥	٨	٤٠	

تابع جدول (٨) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (U) لمكونات مقياس السمات الارادية

المكون	الاختبار	الربيعي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)
السمات الارادية	الهادفية	الأدنى	٥	٢٢.٠٠	١.٢٢	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٣١.٤٠	٣.٧٨	٨	٤٠	
	الاستقلالية	الأدنى	٥	١٨.٢٠	٠.٧٤	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٢٣.٤٠	٠.٥٤	٨	٤٠	
	المبادأة	الأدنى	٥	١٨.٢٠	٠.٨٤	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٢٤.٢٠	٠.٩٥	٨	٤٠	
	اتخاذ القرار	الأدنى	٥	١٦.٠٠	١.٧٠	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٢٠.٤٠	١.٥٤	٨	٤٠	
	تحمل المسؤولية	الأدنى	٥	١٧.٠٠	٠.٧٠	٣	١٥	٠.٠٠
		الأعلى	٥	٢٠.٨٠	٠.٨٣	٨	٤٠	

قيمة (U) الدرجة = (١)

يتضح من الجدول (٨) أن أقل قيمة لـ (U) المحسوبة (٠.٠٠) وهي أقل من قيمة (U) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) (١) وهذا يشير إلى أن المقياس يتميز بدرجة صدق عالية

. حساب الثبات : تم حساب ثبات المقياس الخاص بقياس السمات الارادية في المسابقات قيد البحث عن طريق حساب معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار.

جدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) للسمات الارادية في المسابقات قيد البحث ن = ٢٠

قيمة (ر)	القياس الثاني		القياس الأول		وحدة القياس	الاختبار	المكون
	ع	م	ع	م			
٠.٩٣	٣.٢٧	٣٠.٣٠	٣.٢٠	٢٩.٦٥	الدرجة	الشجاعة	الصفات الارادية
٠.٩٢	٣.٨٥	٣١.٢٠	٣.٨٥	٣١.٣٠	الدرجة	ضبط النفس	
٠.٩٤	٢.٧٠	٢٩.٤٠	٢.٧٣	٢٩.٢٥	الدرجة	التصميم	
٠.٩٢	٢.٩٢	٣٠.٧٠	٣.٢٢	٢٩.١٠	الدرجة	الثقة بالنفس	
٠.٩٠	٢.٥١	٣٠.٢٥	٢.٤٨	٢٩.٩٠	الدرجة	دافعية الانجاز	
٠.٩٣	٢.٦٩	٢٦.٩٥	٢.٩٧	٢٦.٣٠	الدرجة	التركيز	
٠.٨٩	٣.٢٦	٢٧.٤٠	٤.٠٨	٢٦.٢	الدرجة	الهادفة	
٠.٨١	٢.١٨	٢٢.١٥	١.٩٨	٢٠.٩٥	الدرجة	الاستقلالية	
٠.٨٨	٢.٢٣	٢٢.٤٠	٢.٢٩	٢١.١٠	الدرجة	المبادأة	
٠.٩٠	١.٧٠	١٩.٢٠	١.٧٧	١٨.٢٥	الدرجة	اتخاذ القرار	
٠.٨٩	٢.٠١	١٩.٤٠	١.٥٦	١٨.٨٥	الدرجة	تحمل المسؤولية	

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤ دالة

يتضح من الجدول (٩) أن قيم (ر) المحسوبة أكبر قيمة (ر) الجدولية حيث تراوحت قيم (ر) المحسوبة بين (٠.٨١ و ٠.٩٤) مما يدل على أن الاختبارات تتميز بدرجة مقبولة من الثبات .

الدراسة الاستطلاعية الثانية : قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية ثانية ، وذلك لحساب معاملات الصدق والثبات لأوراق المهام والمعايير الخاصة بتقييم الأداء الفني للمسابقات قيد البحث .

حساب الصدق والثبات لأوراق المهام والمعايير الخاصة بالمسابقات قيد البحث .

حساب الصدق : استخدم الباحث طريقة المقارنة الطرفية لحساب صدق أوراق المهام والمعايير .
جدول (١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (U) للربيعي الأعلى والأدنى ن = ٥

قيمة (U)	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الربيعي	المتغير
٠.٠٠٠	١٥	٣	٠.٨٩	٢٣.٤٠	٥	الأدنى	٢٠٠ م
	٤٠	٨	٠.٨٩	٢٩.٤٠	٥	الأعلى	عدو
٠.٠٠٠	١٥	٣	١.٣٠	٣٦.٨٠	٥	الأدنى	الوثب
	٤٠	٨	١.٠٠	٤٤.٠٠	٥	الأعلى	الثلاثي
٠.٠٠٠	١٥	٣	١.٧٦	٣٧.٤٠	٥	الأدنى	رمى الرمح
	٤٠	٨	٠.٨٣	٤٣.٨٠	٥	الأعلى	

قيمة (U) الحرجة = (١)

يتضح من الجدول (١٠) أن أقل قيمة لـ (U) المحسوبة (٠.٠٠٠) وهي أقل من قيمة (U) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) (١) وهذا يشير إلى أن أوراق التقييم تتميز بدرجة صدق

عالية

حساب الثبات : تم حساب أوراق التقييم عن طريق حساب معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار.

جدول (١١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ر) للتقييم وإعادة التقييم ن = ٢٠

معامل الارتباط (ر)	إعادة التقييم		التقييم الأول		وحدة القياس	المتغير
	ع	م	ع	م		
٠.٩٠	٤.١٣	٢٧.٦٠	٢.٥١	٢٦.٠٠	الدرجة	٢٠٠ م عدو
٠.٨٦	٣.٣٦	٤٢.٣٥	٤.٩٤	٤٠.٦٠	الدرجة	الوثب الثلاثي
٠.٨٩	٢.٧٣	٤٢.١٠	٣.٦٦	٤٠.٨٥	الدرجة	رمى الرمح

قيمة (ر) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤ * دالة

يتضح من الجدول (١١) أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية وهذا يدل على أن أوراق التقييم ذات معاملات ثبات مقبولة .
الدراسة الاستطلاعية الثالثة : قام بها الباحث لحساب صدق وثبات الاختبارات البدنية الخاصة بالمسابقات

حساب صدق اختبارات الصفات البدنية قيد البحث . عن طريق المقارنة الطرفية على عينة قوامها (٢٠) طالب ، وتم تحديد الربيعي الأعلى والأدنى (٥) طلاب وتم حساب دلالة الفروق بينهما .

جدول (١٢) المتوسط والانحراف المعياري وقيمة (U) للاختبارات البدنية الخاصة بالمسابقات قيد البحث ن = ٥٠

الاختبار	الربيعي	العدد	المتوسط	انحراف معياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)
رمى كرة هوكي	الأدنى	٥	٣٨.٦٨	٠.٩٠	٣	١٥	٠.٠٠
	الأعلى	٥	٤٢.٠٠	٠.٦٨	٨	٤٠	
الوثب العريض	الأدنى	٥	١٩٤.٠٠	٣.٥٣	٣	١٥	٠.٠٠
	الأعلى	٥	٢٢٤.٦٠	٦.٦٥	٨	٤٠	
٣٠ م طائر	الأدنى	٥	٣.٥٨	٠.٣٠	٣	١٥	٠.٠٠
	الأعلى	٥	٤.٦١	٠.٢٠	٨	٤٠	
اللف واللمس	الأدنى	٥	١٧.٦٠	١.٥١	٣	١٥	٠.٠٠
	الأعلى	٥	٢٦.٠٠	١.٧٣	٨	٤٠	
وثبة رباعية	الأدنى	٥	١٦.٦٠	١.٥١	٣	١٥	٠.٠٠
	الأعلى	٥	٢٣.٤٠	١.١٤	٨	٤٠	
باس المعدل	الأدنى	٥	٦٨.٢	٢.٨٦	٣	١٥	٠.٠٠
	الأعلى	٥	٨٠.٠٠	٠.٧٠	٨	٤٠	

قيمة (U) الحرجة = (١)

يتضح من الجدول (١٢) أن أكبر قيمة لـ (U) المحسوبة = (٠.٠٠) وهي أقل من قيمة (U) الحرجة عند مستوى (٠.٠٥) = (١) وهذا يشير إلى أن هذه الاختبارات تتميز

بدرجة صدق عالية

حساب ثبات اختبارات المستوى البدني: وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار.

جدول (١٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) للاختبارات البدنية ن = ٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس الأول		القياس الثاني	
			ع	م	ع	م
١	رمى كرة هوكي	المتر	٤٠.٦٧	١.٩٦	٤٠.٩٧	١.٨٥
٢	الوثب العريض	السم	٢٠٩.٨٠	١٢.٢٤	٢١٠.٦٥	١٤.٢٤
٣	٣٠ م طائر	الثانية	٤.١٦	٠.٤١	٤.١٩	٠.٥٠
٤	اللف واللمس	السم	٢١.٦٥	٣.٣٧	٢٢.٦٠	٢.٨٩
٥	وثبة رباعية	وثبة	٢٠.٢٠	٢.٧٦	٢١.٠٥	٣.١٠
٦	باس المعدل	درجة	٧٥.٠٠	٤.٨٩	٧٥.٦٠	٤.٦٣

* قيمة (ر) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤ دالة *

يتضح من الجدول (١٣) أن قيم (ر) المحسوبة أكبر قيمة (ر) الجدولية حيث تراوحت قيم (ر) المحسوبة بين (٠.٨٨ و ٠.٩٢) مما يدل على أن الاختبارات تتميز بدرجة عالية من الثبات .

الدراسة الاستطلاعية الرابعة . قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية رابعة على عدد (٥) الممارسين للمسابقة وخارج عينة البحث بالكلية ، بهدف معرفة مدى ملائمة التمرينات ، ومكان إجراء التجربة والأدوات

القياس القبلي

قام الباحث بإجراء القياس القبلي للمجموعة التجريبية والضابطة من ١٢ إلى ١٤ / ٢ /

٢٠١٩ م .

تنفيذ التجربة الأساسية

تم تنفيذ التمرينات المقترحة ، في الفترة من ١٧ / ٢ إلى ١٢ / ٥ / ٢٠١٩ م ولمدة (١٢) أسبوع مقسمة كالاتي : (٣) اسابيع لمسابقة ٢٠٠ م عدو و(٤) اسابيع للوثب الثلاثي و(٥) اسابيع لرمى الرمح (٥) اسابيع و بواقع وحدتين أسبوعياً زمن الوحدة (ساعتان) حيث شملت الوحدة على الإحماء عام (١٥ ق) والإعداد البدني (٢٠ ق) النشاط التطبيقي بالتمرينات التنافسية لكل مرحلة فنية (٨٠ ق) (مرفق ٧) والختام (٥ ق) وكان محتوى البرنامج التطبيقي العملي للتمرينات التنافسية على مرحلتين :

١. اداء المؤدى للتمرين ٣ مرات بشدة متوسطة مع اعطاء تنبهات لنواحي القصور ومحاولة تصحيحها .

٢. اداء التمرين في شكل تنافسي كما هو مخطط له بمرفق (٧). كما راعى الباحث العوامل التي يمكن أن تؤثر في نتائج البحث .
الأدوات التنافسية المستخدمة .

قام الباحث بتصميم الأدوات المستخدمة في تنمية ورفع المستوى الفني والرقمي للمسابقات قيد البحث في شكل منافسات بين طلاب التخصص وذلك لتحقيق حل للمشكلة التي عرضها الباحث .

جدول (١٤) نموذج لبعض الأدوات التنافسية المستخدمة أثناء المراحل الفنية للمسابقات قيد البحث

المسابقة	المرحلة الفنية	التمرين	قواعد المنافسة
٢٠٠ م عدو	جري المنحنى	(الوقوف) العدو في المنحنى في الحارة الخامسة والسادسة والسابعة والثامنة	<u>قواعد المنافسة</u> عدد اللاعبين ٤ لاعبين . سباق العدو لمسافة ٥٠ م . <u>* حساب الدرجات .</u> الفائز اقل زمن في العدو لمسافة ٥٠ م
		(الوقوف) العدو في المنحنى في الحارة الاولى و الثانية والثالثة والرابعة	<u>قواعد المنافسة</u> عدد اللاعبين ٤ لاعبين . سباق العدو لمسافة ٥٠ م . <u>* حساب الدرجات .</u> الفائز اقل زمن في العدو لمسافة ٥٠ م في
		(الوقوف) العدو في دائرة مركز ملعب كرة القدم .	<u>*قواعد المنافسة</u> عدد اللاعبين ٢ لاعب . يقف كل لاعب على التقاء خط المنتصف بالدائرة وعند البدء يحاول كل لاعب الحاق بالزميل لمدة ٢ لفة على الدائرة على حافتي الدائرة . <u>* حساب الدرجات .</u> الفائز اللاعب الذي يقلل المسافة بينه

تابع جدول (١٤) نموذج لبعض الأدوات التنافسية المستخدمة أثناء المراحل الفنية للمسابقات

المسابقة	المرحلة الفنية	التمرين	قواعد المنافسة
الوثب الثلاثي	الارتقاء	(الوقوف) الجري السريع لمسافة ٣٠ م والارتقاء بقدم الارتقاء من على سلم القفز والنزول على قدم الارتقاء في حفرة الوثب	<u>* قواعد المنافسة</u> عدد اللاعبين ٦ لاعبين . الجري بأقصى سرعة . مسافة الجري ٣٠ متر . . يكرر الاداء ٣ محاولات . <u>* حساب الدرجات .</u> حساب أكبر مسافة الوثب.
		(الوقوف) الجري السريع لمسافة ٣٠ م والارتقاء بقدم الارتقاء من على سلم القفز والنزول على القدم الحرة في حفرة الوثب .	<u>* قواعد المنافسة</u> عدد اللاعبين ٦ لاعبين . الجري بأقصى سرعة . مسافة الجري ٣٠ متر . . يكرر الاداء ٣ محاولات . <u>* حساب الدرجات .</u> حساب أكبر مسافة الوثب.
		(الوقوف) الجري السريع والارتقاء بالقدم الحرة من على سلم القفز والنزول على القدين معا في حفرة الوثب .	<u>* قواعد المنافسة</u> عدد اللاعبين ٦ لاعبين . الجري بأقصى سرعة . مسافة الجري ٣٠ متر . . يكرر الاداء ٣ محاولات . <u>* حساب الدرجات .</u> حساب أكبر مسافة الوثب . بطاقة قواعد

المسابقة	المرحلة الفنية	التمرين	قواعد المنافسة
رمي الرمح	وضع الرمي الرمي	. الوقوف بوضع الرمي	* قواعد المنافسة . عدد اللاعبين ٦ لاعبين . الاداء باقصى سرعة . يكرر الاداء ٣ محاولات . . يطبق قواعد المسابقة من حيث ترتيب الادوار والمحاولات الفاشلة * حساب الدرجات . تقييم الاداء الفني للاداء . . الفانزالحاصل على الدرجة الكبيرة في الاداء الفني
			* قواعد المنافسة . عدد اللاعبين ٦ لاعبين . الاداء باقصى سرعة . يكرر الاداء ٣ محاولات . . يطبق قواعد المسابقة من حيث ترتيب الادوار والمحاولات الفاشلة
			* قواعد المنافسة . عدد اللاعبين ٦ لاعبين . الاداء باقصى سرعة . يكرر الاداء ٣ محاولات . . يطبق قواعد المسابقة من حيث ترتيب الادوار والمحاولات الفاشلة * حساب الدرجات

القياس البعدى

قام الباحث بإجراء القياس البعدى للمجموعة التجريبية والضابطة للمسابقات من يوم ١٨

إلى ٢٠ / ٥ / ٢٠١٩ م .

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحث المعاملات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي
- اختبار (U) لمان . وتتى
- معامل الارتباط
- معامل الالتواء
- اختبار (ت)
- نسبة التحسن

عرض ومناقشة النتائج

. عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول .

جدول (١٥) دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني والرقمي لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية في مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي و رمي الرمح .

ن = ١٢

المتغيرات التجريبية	الاختبار	وحدة القياس	القبلي للتجريبية		البعدي للتجريبية		الفرق	قيمة (ت)
			ع	م	ع	م		
الصفات الارادية	الشجاعة	الدرجة	٤.١١	٣٠.٦٦	٤٦.٠٨	٢.٨٧	١٥.٤١	* ٩.٨٤
	ضبط النفس	الدرجة	٣.٠٦	٣٢.١٦	٤٧.٠٨	٣.٢٨	١٤.٩١	* ٦.٢٦
	التصميم	الدرجة	٢.٦٢	٣٠.٠٠	٤٢.٧٥	٢.١٣	١٢.٧٥	* ٢.٩٠
	الثقة بالنفس	الدرجة	٣.٦٥	٢٩.٨٣	٤٢.٥٨	٢.٢٧	١٢.٢٥	* ٤.٧٢
	دافعية الانجاز	الدرجة	٢.١٥	٣٠.٤١	٤٢.٢٥	٢.١٣	١١.٨٣	* ٧.٤٣
	التركيز	الدرجة	٣.١٥	٢٦.٠٨	٣٩.٨٣	١.٦٤	١٣.٧٥	* ٤.٨٣
	الهادفية	الدرجة	٢.٩٩	٢٥.٩١	٣٩.٧٣	١.٣٢	١٤.٧٥	* ٢.٨٢
	الاستقلالية	الدرجة	١.٩٩	٢٠.٥٨	٣٣.٧٥	١.٩٥	١٢.٨٣	* ٣.٥٩
	المبادأة	الدرجة	١.٧٢	١٨.١٦	٣٤.٢٥	١.٤٢	١٣.٦٦	* ٩.٤٤
	اتخاذ القرار	الدرجة	٢.١٠	١٩.٢٥	٣٠.٠٨	١.٥٠	١١.٩١	* ٦.٧٢
تحمل المسؤولية	الدرجة	٤.٠٩٨	٤٠.٩٨	٣٢.٧٥	٠.٧٥	١٣.٥٠	* ٧.٠٤	
الصفات البدنية	رمي كرة هوكي	المتر	٤.٠٩٨	٢.٣٤	٤٦.٧٤	١.٨٢	٥.٧٦	* ٦.٢٧
	الوثب العريض	السم	٢٠٩.٢٠	١٤.٤٣	٢٣٢.٣٣	١٣.٨٤	٢٢.٨٣	* ٢.٧٤
	٣٠ م طائر	الثانية	٤.١٩	٠.٢٨	٣.٥٤	٠.٥٠	٠.٦٤	* ٢.٣٠
	اللف واللمس	السم	٢٣.٠٨	٤.١٤	٣٣.٠٠	٥.٤٩	٩.٩١	* ٤.٨٩
	وثبة رياضية	وثبة	٢٠.٠٠	٢.٨٩	٢٤.٢٥	٢.٢٢	٤.٢٥	* ٩.٥٦
	باس المعدل	درجة	٧٧.٥٨	٣.٩٨	٨٩.٠٠	٤.٥٣	١١.٤١	* ٤.٩٦
الاداء الفني	سباق ٢٠٠ م عدو	الدرجة	٢٦.٤١	٢.٣٩	٣٥.١٦	١.٤٦	٨.٧٥	* ٨.٦٣
	مسايقه الوثب	الدرجة	٤٠.٧٥	٢.٩٨	٥٠.٣٣	٣.٢٠	٩.٥٨	* ٥.٤٨
	مسايقه رمي الرمح	الدرجة	٤١.١٦	٢.٩٤	٥٠.٨٣	٤.٢١	٩.٦٦	* ٤.٨٦
المستوى الرقمي	سباق ٢٠٠ م عدو	الثانية	٢٨.٣٠	٠.٨٣	٢٧.٣٢	٠.٨٥	٠.٩٨	* ٢.٦٠
	مسايقه الوثب	المتر	١٠.٠٤	٠.٤٧	١١.٢٧	٠.٣٥	١.٢٣	* ٢.٧٤
	مسايقه رمي الرمح	المتر	٣١.٤٩	١.٧٩	٣٨.٧٥	١.٦٢	٧.٢٥	* ٢.٨٤

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٢.٢٠ دلالة *

ينتضح من الجدول (١٥) أن قيم (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١١) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني والرقمي لمسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي و رمي الرمح .

ويعزو الباحث هذا التحسن والفرق المعنوي بين القياسيين القبلي و البعدى في بعض السمات الارادية الى الأداءات التنافسية التي يتعرض لها المؤدى حيث يتعرض لمواقف التنافس والضغط مع الزملاء وكذلك تجارب النجاح والفشل او الفوز والهزيمة والتعرض للضغط النفسى مع التزام المؤدى بالقواعد القوانيين المنظمة للتنافس ينمى لديه القدرة على ضبط النفس فى المواقف المختلفة كما تتطلب قدر كبير من الجرأة والشجاعة على الاداء باقصى درجة وهذا ما أكده محمد حسن علاوي ١٩٩٨م (٢٧) أن سمة ضبط النفس بأنها تعني "القدرة على تحكم الفرد في سلوكه أثناء المواقف التي تتميز بالاستثارة الانفعالية القوية مثل حالات الفشل أو الهزيمة أو الحمل الزائد أو عند ظهور بعض العقبات التي تتميز بدرجة عالية من الصعوبة". ويرى الباحث ان التمرينات تتطلب قدر كبير من الجرأة على الاداء باقصى أداء فى التمرينات وهذا ما أكده قاسم حسن حسين ١٩٩٥م (١٧) الى أن الشجاعة هي "سمة إرادية تمكن الرياضي من توجيه سلوكه بوعى والتغلب على الشعور بالخوف والتردد عند ممارسته للأنشطة الرياضية التي تتميز بخطورتها".

ويعزو الباحث التحسن والفرق الدال بين القياسيين القبلي و البعدى للمجموعة التجريبية في بعض المستوى البدنى والرقمى إلى التأثير الإيجابي للأداءات التنافسية التي استخدمها الباحث وحيث ان هذه الأداءات له تشابه كبير فى جميع نواحي المسابقة من حيث المكان والزمن وكذلك وضع المؤدى فى جو نفسى لتحقيق مستوى رقمى اعلى ، كما تكرر وضع المؤدى فى منافسة فهو مطالب بالفوز ولتحقيق ذلك لابد ان يكون فى درجة عالية من الاداء البدنى والاداء باقصى قدر وفاعلية وتركيز ومحدداً للهدف الذى يسعى لتحقيقه . ويتفق هذا مع عصام عبد الخالق ١٩٩٩م (٢٠) حيث يذكر أن الأداءات التنافسية يتم فيها التحكم في متطلبات حالة المنافسات الرسمية لتحقيق أغراض معينة كإطالة او تقصير زمن اللعب لتنمية التحمل أو تحمل القوة مع مراعاة عدم اختلاف سير الحركة أو أن تأثيرها يكون فعالا عندما ترتبط مع متطلبات المنافسات لأنها وسيلة هامة ذات متطلبات متعددة للناحية الجسمية والحركية والفنية والنفسية .

ويعزو الباحث هذا التحسن والفرق الدال بين القياسيين القبلي و البعدى في بعض المستوى الفنى الى كثرة التنافس فى اداء التمرينات المهارية بدقة عالية واعطاء درجات مهارية لها فى شكل منافسة يؤثر بدرجة كبيرة على الاداء المهارى والذى بالتبعية يؤثر على الاداء الرقمى للمسابقة كما ان الاداء والتنافس يتم بشدات اداء عالية مما يعمل على رفع المستوى البدنى للاعبين . ويتفق هذا مع رأى حنفى مختار ١٩٩٥م (١٣) حيث يشير الى أن الاداء التنافسى المنافسة من أهم انواع التمرينات التي ترفع من مستوى كفاءة الأداء المتكامل للاعب

وتصل به إلى الحالة التدريبية الممتازة وتعد في آخر فترة الأعداد للاشتراك القوى في المنافسات من حيث تنمية الاداء المهارى والبدنى .

ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كل وليد سيد حسين ابراهيم ٢٠١٨ م (٣٧) ، خالد أبو السعود عبد الله عبد المنطلب ٢٠١٧ م (١٤) ، عماد رفعت محمد على شومان ٢٠١٧ م (٢٣) ، محمد محمود محمد محمود النقيب ٢٠١٤ م (٣٢) .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول للبحث والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمى لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية فى مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثى ورمى الرمح لصالح القياس البعدى .

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثانى

جدول (١٦) دلالة الفروق بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والقياس البعدى للضابطة فى بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمى لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية ن = ١ = ٢ ن = ١٢

المتغيرات التجريبية	الاختبار	وحدة القياس	البعدى للتجريبية		البعدى للضابطة		الفرق	قيمة (ت)
			ع	م	ع	م		
الصفات الارادية	الشجاعة	الدرجة	٤٦.٠٨	٢.٨٧	٣٦.٣٣	٢.٣٠	٩.٧٥	* ٥.٨٥
	ضبط النفس	الدرجة	٤٧.٠٨	٣.٢٨	٣٨.١٦	٣.٠١	٨.٩١	* ٥.٨٨
	التصميم	الدرجة	٤٢.٧٥	٢.١٣	٣٤.٨٣	٢.٦٥	٧.٧٥	* ٥.٤١
	الثقة بالنفس	الدرجة	٤٢.٥٨	٢.٢٧	٣٥.٢٥	٢.٧٣	٧.٣٣	* ٣.٧٠
	دافعية الانجار	الدرجة	٤٢.٢٥	٢.١٣	٣٦.٢٥	٢.٨٦	٦.٧٥	* ٨.١٠
	التركيز	الدرجة	٣٩.٨٣	١.٦٤	٣٣.٠٨	٣.٣٥	٦.٧٥	* ٤.٣٠
	الهادفية	الدرجة	٣٩.٧٣	١.٣٢	٣٢.٣٣	٢.٧٧	٧.٥٠	* ٥.٢٢
	الاستقلالية	الدرجة	٣٣.٧٥	١.٩٥	٢٧.٥٠	١.٩٧	٦.٢٥	* ٩.٤٠
	المبادأة	الدرجة	٣٤.٢٥	١.٤٢	٢٨.٤١	١.٩٢	٥.٨٣	* ٢.٤٠
	اتخاذ القرار	الدرجة	٣٠.٠٨	١.٥٠	٢٤.١٦	١.٢٦	٥.٩١	* ٥.٧١
الصفات البدنية	تحمل المسئولية	الدرجة	٣٢.٧٥	٠.٧٥	٢٤.٩١	١.٥٠	٧.٦٤	* ٥.٩٣
	رمى كرة هوكي	المتري	٤٦.٧٤	١.٨٢	٤٣.٣٦	١.٤٨	٣.٣٨	* ٥.٣٠
	الوثب العريض	السم	٢٣٢.٣٣	١٣.٨٤	٢١٩	٤.٨٤	١٢.٥٨	* ٣.٢٤
	٣٠ م طائر	الثانية	٣.٥٤	٠.٥٠	٤.٠٩	٠.٤٧	٠.٥٤	٠.٣٤
	اللف واللمس	السم	٣٣.٠٠	٥.٤٩	٢٥.٢٥	١.٧٦	٧.٧٥	* ٢.٨٢
	وثبة رباعية	وثبة	٢٤.٢٥	٢.٢٢	٢٠.٢١	٢.١٥	١.٢٥	* ٣.٢٥
الاداء الفنى	باس المعدل	درجة	٨٩.٠٠	٤.٥٣	٧٩.٤١	٢.٧٨	٩.٥٨	* ٤.٤٦
	سباق ٢٠٠ م عدو	الدرجة	٣٥.١٦	١.٤٦	٢٩.٩١	١.٩٧	٥.٢٥	* ٣.٧٤
	مسايقه الوثب	الدرجة	٥٠.٣٣	٣.٢٠	٤٥.٨٣	٢.٩١	٤.٥٠	* ٢.٨٢
	مسايقه رمى الرمح	الدرجة	٥٠.٨٣	٤.٢١	٤٧.٥٠	٣.٢٥	٣.٣٣	* ٢.٤٣
المستوى	سباق ٢٠٠ م عدو	الثانية	٢٧.٣٢	٠.٨٥	٢٧.٤٩	٠.٧٤	١.١٧	٠.٤٤

المتغيرات التجريبية الرقمية	الاختبار	وحدة القياس	البعدي للتجريبية		البعدي للضابطة		الفرق	قيمة (ت)
			ع	م	ع	م		
	مسايقه الوئب	المتر	٠.٣٥	١١.٢٧	٠.٣٤	١٠.٧٤	٠.٥٢	* ٢.٣٦
	مسايقه رمى الرمح	المتر	١.٦٢	٣٨.٧٥	١.٥٠	٣٥.٣٥	٣.٤٠	* ٢.٤٨

قيمة (ت) = ٢.٠٧ * دال

يتضح من الجدول (١٦) أن قيم (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٢) حيث بلغت أقل قيمة لـ (ت) المحسوبة (٢.٣٦) بينما بلغت قيمة (ت) الجدولية (٢.٠٧) ما عدا الصفة البدنية السرعة القصوى في اختبار ٣٠ م عدو والمستوى الرقمي لسباق ٢٠٠ م عدو

ويعزو الباحث تفوق القياس البعدي للمجموعة التجريبية على القياس البعدي للمجموعة الضابطة في بعض السمات الارادية الى استخدام الأداءات التنافسية حيث يحاول الفرد إحراز الفوز والتفوق على غيره من الأفراد باستخدام كافة إمكانياته وقدراته البدنية والمهارية في ظل مواقف متعددة تتميز بقوتها وتغيرا لارتباطها باختلاف مواقف الفوز والهزيمة فالفرد لا يصل إلى الهدف إلا ببذل الجهد والأداء السليم ، وهذا ما أكده كلا محمد كشك ، أمر الله البساطي ٢٠٠٠ م (٢٩) أن هذا الأسلوب يسمح بتدريب وزيادة خبرة اللاعبين والسرعة لاتخاذ القرار والحلول المناسبة (حسن التصرف) للمواقف المختلفة طبقا لمواقف الزملاء والمنافس ، ويساهم في ربط الأداء والمهارات بالتحركات الذكية والارتقاء بمستوى التفكير الخططي في خلال توجيهات المدرب ويعطى توجيه للمدرب لتوجيه اللاعبين من خلال المواقف المشابهة لما يحدث في المباريات كما أكدو على أهمية التنافس في ترقية وتحسين كافة المهارات من خلال اللعب وتحقيق الثبات والاستقرار لمرحل الأداء الفني للمهارات الخاصة في المواقف المتغيرة داخل المنافسة.

كما يعزو الباحث تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في المستوى البدني والرقمي الى الأداءات التنافسية المستخدمة حيث يتم اداء هذه التمرينات بشدة اعلى من الأقصى وهذا ما أكده سيد عبد المقصود ١٩٩٤ م (٨) أن تمرينات المنافسات كشكل تدريبي تهدف إلى الارتقاء بمستوى أداء المنافسة فهي تتشابه مع المباراة إلا أنها تختلف عنها في بعض خصائص الأداء إذا أن الهدف الرئيسي من أدائها هو التدريب . فمن المعروف أن أدائها يهدف إلى التدريب على أسلوب أداء المنافسة .

ويعزو الباحث عدم تحقق فروق ذات دلالة احصائية في الصفة البدنية السرعة القصوى والمستوى الرقمي لـ ٢٠٠ م عدو الى ان صفة السرعة تتميز بخصائص خاصة في التقدم بالمستوى كما تحتاج على وقت تدريبي اطول لتحقيق مستوى اعلى .

كما يعزو الباحث تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في المستوى الفني الى الأداء التنافسية التي تعتمد على الاداء المهارى حيث استخدم الباحث تمارين مهارية فى شكل تنافسي لتحقيق اعلى مستوى اداء فنى فى كل مرحلة فنية فى المسابقات الثلاثة كما أن لمعرفة اللاعب لدرجة الاداء الفنى الخاص به لكل تمرين اثر كبير فى تعديل وتحسين الاداء . ويتفق ذلك مع احمد أمين ١٩٩٢ م (٣) أن التغذية الراجعة تعمل على توجيه الاستجابات الحركية إلى الاتجاه المنشود فبمجرد إصدار الاستجابة الحركية الأولى تحدد التغذية الراجعة المدى والاتجاه الذى وصلت إليه الأمر الذى يساعد على مقارنة آثار هذه الاستجابة بما يجب تحقيقه ومن ثم يمكن استخدام إشارات الخطأ فى تعديل مسار الاستجابة التالية واستخدام إشارات الصواب فى إعادتها إذا كانت قد حققت الهدف .

ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كل وليد حسين ابراهيم ٢٠١٨ م (٣٧) ، خالد أبو السعود عبد المنطلب ٢٠١٧ م (١٤) ، عماد محمد على شومان ٢٠١٧ م (٢٣) ، محمد محمود النقيب ٢٠١٤ م (٣٢) .

وبذلك يتحقق الفرض الثانى جزئياً للبحث والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمى لطلاب كلية التربية الرياضية فى مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثى ورمى الرمح لصالح المجموعة التجريبية .

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث .

جدول (١٧) النسب المئوية لتحسن بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمى لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية فى مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثى ورمى الرمح . ن = ١٢

المتغيرات التجريبية	الاختبار	وحدة القياس	نسبة التحسن للتجريبية			نسبة التحسن للضابطة		
			قبلى	بعدي	النسبة	قبلى	بعدي	النسبة
الصفات الارادية	الشجاعة	درجة	٣٠.٦	٤٦.٠٨	٢٨.٠٣	٢٨.٢	٣٦.٣٣	١٤.٦٩
	ضبط النفس	درجة	٣٢.١	٤٧.٠٨	٢٧.١٢	٣٠.٦	٣٨.١٦	١٣.٦٣
	التصميم	درجة	٣٠.٠	٤٢.٧٥	٢٥.٥٠	٢٨.٩	٣٤.٨٣	١١.٨٤
	الثقة بالنفس	درجة	٢٩.٨	٤٢.٥٨	%٥٠.٥	٢٨.٦	٣٥.٢٥	١٣.١٨
	دافعية الانجاز	درجة	٣٠.٤	٤٢.٢٥	٢٣.٦٨	٢٩.٥	٣٦.٢٥	١٣.٣٤
	التركيز	درجة	٢٦.٠	٣٩.٨٣	٣٠.٥٥	٢٦.٢	٣٣.٠٨	١٥.١٧
	الهادفية	درجة	٢٥.٩	٣٩.٧٣	٣٠.٧١	٢٦.٧	٣٢.٣٣	١٢.٤٠
	الاستقلالية	درجة	٢٠.٥	٣٣.٧٥	٣٢.٩٢	٢٠.٧	٢٧.٥٠	١٦.٨٧
	المبادأة	درجة	١٨.١	٣٤.٢٥	٤٠.٢٢	٢١.١	٢٨.٤١	١٨.١٢
	اتخاذ القرار	درجة	١٩.٢	٣٠.٠٨	٣٠.٩٤	١٨.٨	٢٤.١٦	١٥.٢٢
تحمل المسئولية	درجة	٤٠.٩	٣٢.٧٥	-	١٩.٧	٢٤.٩١	%١٤.٨	

المتغيرات التجريبية	الاختبار	وحدة القياس	نسبة التحسن للتجريبية			نسبة التحسن للضابطة			فارق النسبتين
			قبلي	بعدي	النسبة	قبلي	بعدي	النسبة	
الصفات البدنية	رمى كرة هوكي	المتر	٤٠.٩	٤٦.٧٤	١٤.٠٥	٤٠.٥	٤٣.٣٦	%٦.٩٨	٧.٠٧٤
	الوثب العريض	السم	٢٠.٩	٢٣٢.٣	١١.٠٥	٢٠.٦	٢١٩	%٦.٢٥	%٤.٧٩
	٣٠ م طائر	الثانية	٤.١٩	٣.٥٤	-	٤.٢١	٤.٠٩	-	-
	اللف واللمس	السم	٢٣.٠	٣٣.٠٠	٤٢.٩٨	٢١.١	٢٥.٢٥	١٩.٣٢	٢٣.٦٥
	وثبة رياضية	وثبة	٢٠.٠	٢٤.٢٥	٢١.٢٥	٢١.٠	٢٣.٠٠	%٩.١٠	١٢.١٤
الاداء الفني	باس المعدل	درجة	٧٧.٥	٨٩.٠٠	١١.٤٢	٧١.٥	٧٩.٤١	%٧.٨٦	%٣.٥٦
	٢٠٠ م عدو	درجة	٢٦.٤	٣٥.١٦	٢١.٨٧	٢٦.١	٢٩.٩١	%٩.٣٧	%١٢.٥
	الوثب الثلاثي	درجة	٤٠.٧	٥٠.٣٣	١٥.٩٦	٤٠.٣	٤٥.٨٣	%٩.١٦	%٦.٨٠
المستوى الرقمي	رمى الرمح	درجة	٤١.١	٥٠.٨٣	١٦.١١	٤٠.٢	٤٧.٥٠	١٢.٠٨	%٤.٠٣
	٢٠٠ م عدو	درجة	٢٨.٣	٢٧.٣٢	-	٢٨.٠	٢٧.٤٩	-	-
	الوثب الثلاثي	درجة	١٠.٠	١١.٢٧	١٢.٢٥	١٠.١	١٠.٧٤	%٥.٩١	%٦.٣٣
	رمى الرمح	درجة	٣١.٤	٣٨.٧٥	٢٣.٠٥	٣١.١	٣٥.٣٥	١٣.٣٣	%٩.٧١

يتضح من الجدول (١٧) أن نسب التحسن للمجموعة التجريبية اكبر من نسب التحسن للمجموعة الضابطة في بعض الصفات الارادية والبدنية والمستوى الفني والرقمي لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية في مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي و رمى الرمح . ويعزو الباحث نسبة التحسن الأكبر للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في السمات الارادية الى البيئة المحيطة التي تصنعها الأدوات التنافسية اثناء الاداء للممارسين والافراد حيث تفرض بيئة بخصائص الضغط النفسي والتنافس مع الزملاء ولكي يتم التغلب على هذه البيئة يقوم المؤدى بالتحكم في الانفعالات وتوجيهها الى تحقيق الاهداف التي سبق وحددها وهذا ما اكده كلا من سعد جلال ومحمد حسن علاوي ١٩٨٢ م (١٦) وعطيات عطا بشير ١٩٩٨ م (٢٢) أن سمة ضبط النفس تعني "قدرة المتسابق على التغلب بفاعلية على ما يعترضه من قلق ومعالجة الضغوط الانفعالية القوية بطريقة منتجة واستغراق وقت قصير في الاضطراب وتغيير سلوكه وتعديله طبقاً للموقف أثناء السباق"، ويظهر ذلك عندما يؤدي المتسابق (بدء خاطئ) في سباقات العدو فنجد أنه يحاول ضبط وتصحيح خطأه في البداية التالية، وعدم حدوث هذا الضبط قد يؤدي إلى بدايات أخرى فاشلة وخروجه من السباق. كما ان وضع اللاعب في موقف تنافسي لفترات طويلة ينمي لديه الدافعية لتحقيق الفوز ويتفق ذلك مع ما ذكرته نجوى عبدالفتاح وعصمت سعيد ١٩٩٩ م (٣٦) أن الموقف التنافسي يعتبر أكثر إثارة من الموقف غير التنافسي، ومن خلال زيادة الدافعية نتوقع أن الأفراد سوف يبذلون جهد أكبر وأداء أفضل في الموقف التنافسي وهذا يحدث في كثير من الأحوال وينتكون السلوك التنافسي من مركبه ذات ثلاث أفعال هي

هدف واضح يراد تحقيقه يتفوق على الآخرين وإصرار على الاجتهاد ومواجهة التعب والمعارضة والشعور بالانفعال الإيجابي مثل السعادة بالنجاح . بينما المجموعة الضابطة مارست التمرينات التقليدية بالدوافع الطبيعية والبيئة التدريبية العادية فحققت نسب تحسن عادية ناتجة تآثير التمرينات على السمات الارادية .

ويعزو الباحث نسبة التحسن في المستوى الفني الى اداء التمرينات واعادة التقييم ومقارنة الاداء مع الزملاء من خلال تقييم مباشر مع اعطاء تغذية راجعة للاعب بدرجة الاداء الفني مع مقارنة الدرجة مع درجة الزميل في التمرين حيث يذكر أحمد ابراهيم ١٩٩٥ م (٦) ان التغذية الراجعة الاستاتيكية (الساكنة) يقصد بها معرفة النتائج الخاصة بالنجاح والفشل والتي تعطى في نهاية العمل وهي دائماً خارجية المصدر . كما يتم اعطاء تغذية راجعة ديناميكية (الحركية) وهي التغذية الراجعة الحسية (سمعية - بصرية - لمسية) والتي تنتج عن استجابة معينة في حالة بيئية معينة وهي نابعة من ممارسة الفرد الفعلية وتقدم للمتعم معلومات ديناميكية بصورة مستمرة ، مما يتيح له أن يوجه نفسه ويضبط اتجاهاته في العمل ، فيدرك أو يحس بالخطأ ويحاول أن يقوم عن طريق هذا الإحساس الداخلي المستمد من أجهزته العصبية والحركية .

كما يعزو الباحث نسبة التحسن الأكبر للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في المستوى البدني والرقمي الى الأداءات التنافسية وكثرة تكرارها وادائها بشدة اقصى مما اثر بدرجة كبيرة على الصفات البدنية وقد اتضح هذا من النتائج التي اظهرتها الدراسة . كما ان تمرينات المنافسة تتم طبقاً للقوانين المحددة لكل مسابقة وتتميز تمرينات المنافسة من حيث أنها تعمل على تقوية العضلات العاملة في كل مسابقة كما ان هذه التمرينات التي تؤدي بصورة تتطابق مع داء المسابقة بكل مرحلة فنية باستخدام المجموعات العضلية العاملة في المسابقة ذاتها وفي نفس المسار الحركي و الزمني و المكاني ، مما يكون له أفضل الأثر في تحسين الصفات البدنية وبالتالي تحسين مستوي الأداء المهاري . وهذا ما ذكره السيد عبد المقصود ١٩٩٤ م (٨) أنه يمكن تنظيم هذا النوع من التمرينات بحيث تكون ظروفه أصعب من ظروف المنافسة ذاتها فيمكن التدريب على ملعب أصغر من الملعب القانوني بهدف تطوير مستوى الرشاقة وسرعة رد الفعل .

ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كل وليد سيد ابراهيم ٢٠١٨ م (٣٧) ، خالد أبو السعود عبد الله ٢٠١٧ م (١٤) ، عماد رفعت محمد شومان ٢٠١٧ م (٢٣) ، محمد محمود النقيب ٢٠١٤ م (٣٢) .

وبذلك يتحقق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه توجد فروق في نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفني

والرقمي والرقمي لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية في مسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي و رمى الرمح لصالح المجموعة التجريبية .

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

في حدود أهداف وفروض البحث والعينة وما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية ، وفي ضوء تفسير النتائج التي تم التوصل إليها فقد توصل الباحث إلى الاستخلاصات التالية :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمي لمسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح لصالح القياس البعدى .

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والقياس البعدى للمجموعة الضابطة في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمي لمسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح لصالح المجموعة التجريبية . ما عدا الصفة البدنية السرعة القصوى والمستوى الرقمي ل ٢٠٠ م عدو

توجد فروق في نسبة التحسن بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض السمات الارادية والمستوى البدني والفنى والرقمي لمسابقات ٢٠٠ م عدو والوثب الثلاثي ورمى الرمح لصالح المجموعة التجريبية .

التوصيات

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها واستخلاصات البحث يوصى الباحث بالآتي .

. استخدام الاداءات التنافسية عند تنفيذ برامج التعليم او برامج التدريب فى باقى مسابقات الميدان والمضمار . . الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية لمتسابقى مسابقات الميدان والمضمار .

. الاهتمام الاداءات التنافسية لوضع اللاعبين فى مواقف تشبه المنافسات الرسمية فى باقى المسابقات الخاصة بمسابقات الميدان والمضمار .

. الاهتمام بالتمرينات التى تنمى السرعة القصوى وكذلك التمرينات البدنية والمهارية التى تنمى مسابقة عدو ٢٠٠ م .

. استخدام الاداءات التنافسية عند تنفيذ برامج التعليم او برامج التدريب فى الالعاب الرياضية الاخرى .

المراجع :

المراجع العربية :

١. إبراهيم احمد سلامة: المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية، منشأة المعارف، القاهرة،

٢٠٠٠ م

٢- إبراهيم عبد العزيز إبراهيم: السمات الإرادية المميزة لمتسابقى بعض مسابقات الميدان والمضمار، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ١٩٩٧م.

٣- أحمد أمين فوزى : علم النفس الرياضى مبادئه وتطبيقاته ، الفنية للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ١٩٩٢م

٤. أحمد البيومي علي البيومي : السمات الإرادية المميزة للاعبى بعض الأنشطة الرياضية ذوي الاحتياجات الخاصة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٣ م

٥. احمد عبد الرحمن اسماعيل عبد الرحمن : فاعلية تطوير السمات الإرادية لتحسين أداء بعض مهارات الناشئين في كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠١٨ م

٦. أحمد محمود إبراهيم : مبادئ التخطيط البرامج التعليمية والتدريسية فى رياضة الكاراتية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٥ م .

٧. أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٠م.

٨. السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي ، الجوانب الأساسية للعملية التدريبية ، مكتبة الحساء ، القاهرة ، ١٩٩٤ .

٩- السيد محمد عيسى وإبراهيم عبد العزيز: دراسة مقارنة للسمات الإرادية بين لاعبي المنازل، بحث منشور ضمن بحوث المؤتمر العلمي الدولي، الرياضة المصرية والعربية نحو آفاق العالمية، المجلد الثاني، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، ١٩٩٨م.

١٠. بدير السيد بدير السيد : تأثير التدريب بأسلوب المنافسة على مستوى الأداء البدني والفني لناشئ كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٦ م

١١- بسطويسى احمد بسطويسى : سباقات المضمار ومسابقات الميدان، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٧م.

١٢. جهاد نبيه محمود : السمات الإرادية المميزة لمتسابقى المستويات العليا في مسابقات الحواجز وعلاقتها بالإنجاز الرقمي ، رسالة دكتوراه ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٢ م

١٣- حنفي محمود مختار: التطبيقى العملي في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥م

- ١٤- خالد أبو السعود عبد الله عبد المطلب : برنامج تعليمي باستخدام ألعاب المباريات المصغرة وتأثيره على الأداء الخططي والمعرفي لبعض خطط اللعب الهجومية في الهوكي، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠١٧ م
- ١٥- خيرية إبراهيم السكري وسليمان علي حسن: دليل التعليم والتدريب في مسابقات الرمي ، دار المعارف، ١٩٩٧ م
- ١٦- سعد جلال ومحمد حسن علاوي: علم النفس التربوي الرياضي، ط٧، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢م.
- ١٧- قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، بغداد، العراق، ١٩٩٥م..
- ١٨- عبد العزيز نصر عبد العزيز: السمات الانفعالية المميزة لمتسابقى ألعاب القوى (الجري-الوثب-الرمي) رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، ١٩٩٨م.
- ١٩- عصام الدين عبدالخالق: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، ط٨ ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٤م
- ٢٠- عصام الدين عبدالخالق: التدريب الرياضي نظريات - تطبيقات ، دار المعارف، الاسكندرية ١٩٩٩
- ٢١- عزت محمود كاشف :الإعداد النفسي لمتسابقى الميدان والمضمار، نشرة ألعاب القوى، العدد الرابع عشر، الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة، مركز التنمية الإقليمي، القاهرة ، ١٩٩٤م.
- ٢٢- عطيات عطا بشير: السمات الانفعالية لأبطال مسابقات الميدان والمضمار في أفريقيا، نشرة ألعاب القوى، العدد ٢٢، الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة، مركز التنمية الإقليمي، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ٢٣- عماد رفعت محمد علي شومان :تأثير التمرينات التنافسية على مستوى الأداء الفني لناشئي المصارعة خلال الموسم التدريبي، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق. ٢٠١٧ م .
- ٢٤- عمرو زغلول محمد عبد السلام : بناء مقياس للسمات الإرادية لذوى الأحتياجات الخاصة لدى بعض الرياضات الفردية ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها ، ٢٠١٩ م
- ٢٥- محمد حسن علاوي و محمد نصرالدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ، دار

- الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤ م
٢٦. محمد حسن علاوى : مدخل في علم النفس الرياضي، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ١٩٩٨م.
٢٧. محمد حسن علاوى : مدخل في علم النفس الرياضي، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٨م.
٢٨. محمد حسين بكر سلم : العلاقة بين التوتر التنافسي والسمات الإرادية للاعبين المستويات العالية في بعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠٥ م
٢٩. محمد شوقى كشك ، امر الله احمد البساطى : اسس الاعداد المهارى والخطى فى كرة القدم ، ب ، ٢٠٠٠ م .
٣٠. محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج ١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ م
٣١. محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج ٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ م
٣٢. محمد محمود محمد محمود النقيب: تأثير برنامج تدريبي باستخدام التمرينات التنافسية في تنمية الأداءات المهارية الهجومية المركبة لدى ناشئي كرة القدم الخماسية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بقنا ، جامعة جنوب الوادي . ٢٠١٤ م
٣٣. محمد مصطفى محمد غلاب : بناء مقياس للسمات الإرادية للاعبى هوكى الميدان وعلاقتها بأداء بعض المهارات الأساسية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٩ م
٣٤. محمود عبدالفتاح عنان: سيكولوجية التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ م .
٣٥. نبيل محمد خطاب : فاعلية استخدام الوحدات النموذجية التطبيقية على التحصيل الدراسي ومستوى الإنجاز في بعض مسابقات الميدان والمضمار لطلاب كلية التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٩ م .
٣٦. نجوى عبد الفتاح اسماعيل ، عصمت محمد سعيد : تأثير التعلم بالطريقة التنافسية لبعض الهجمات ودفاعاتها في مادة المبارزة، مجلة علوم وفنون الرياضة، جامعة حلوان، المجلد الأول ، العدد ، الأول، ١٩٩٩م.
٣٧. وليد سيد حسين ابراهيم : تأثير تدريبات المنافسة علي تطوير القدرات البدنية الخاصة ومستوي الأداء لبعض المهارات الهجومية للاعبى الملاكمة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية

الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠١٨ .

٣٨- يوهانس ريه وآخرون: مدخل إلى نظريات وطرق التدريب العامة، ترجمة عبد اللطيف

عاشر وهادي السعيد، المعهد العالي للتربية الرياضية ، لايبزغ ، ألمانيا ، ١٩٨٨م.

المراجع الاجنبية :

٣٩-**David K .Miller** : Measurement By the physical Educator " why and how" ,second Edition ,Wm.c, Brown &Benchmark ,١٩٩٤ .

٤٠-**Chomenkov, L.S.:** Die Leistung sprognose Als eine der entscheidenden Komponenten Zur optimalen Planung und steuerung der vorbereitung von spitzensportlern Dargestellt Am Beispiel der Leichhtathletik, Herausgeber, Von, Kuznecov vv, Moskau, Russ, ١٩٩٥ .

٤٢-**Larue, Jacques; Letourmy , Catherine . & Lescanfif ،Christine .** Competition and information processing ; A test of Sander's energetic cognitive model stress and performance. J. of sport & Exercise Psychology ١٩٩٩ , p.٥٥