

تحديد مستويات معيارية انتقائية لتقييم بعض المحددات البدنية لتكوين فريق مدرسي في السباقات نصف الطويلة (15-17 سنة)

Establishing selective normative levels to assess some physical determinants of school team composition in Half-long races (15-17 years old)

محمد عزيل¹

azil05mohamed@gmail.com

¹جامعة باتنة2

تاريخ النشر: 2025/06/29

تاريخ القبول: 2025/06/14

تاريخ الإرسال: 2025/06/03

الملخص:

المهدف من هذه الدراسة كان محاولة الطالب الباحث تحديد مستويات معيارية انتقائية لبعض المحددات البدنية صنف الأشبالي (15-17 سنة) لإنتقاء فريق مدرسي في السباقات نصف الطويلة، في دراستنا المنهج الذي اتبعناه هو المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي الذي يعتبر بأنه دراسة للوقائع السائد كما شملت العينة 150 تلميذ وهو جزء من مجتمع الدراسة المكون من 300 تلميذ على مستوى ثانوية بريكة الجديدة بما يعادل 50 %، وقمنا باختيارهم بطريقة قصدية مع تحديد السن المناسب للدراسة وقد تم التوصل الى امكانية تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية للفريق المدرسي في السباقات نصف الطويلة والتي بلغت خمس مستويات (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا) .

الكلمات المفتاحية: المستويات؛ المعايير؛ الانتقاء، القياس؛ السباقات نصف الطويلة؛ الفريق المدرسي؛ الأشبالي (15-17) سنة.

ABSTRACT:

The aim of this study was to determine the selective normative levels and of some physical determinants of cubs (15-17 years) for the selection of a school team in half-length races, In our study, the methodology we followed is the descriptive method with the analytical method, which is considered as a study of the prevailing facts. The sample included 150 students, which is part of the study community consisting of 300 students at the level of the new barika high school, equivalent to 50%, and we selected them in an intentional way with the determination of the appropriate age for the study, and it was reached the possibility of determining the normative levels of some physical characteristics of the school team in half-long races, which reached five levels (very good, good, average, weak, very weak).

Keywords: Levels, criteria, selection, measurement, half-length races, school team, cubs (15-17 years).

1- مقدمة وإشكالية البحث:

يمكن للباحث تصنيف الأفراد والاختبارات ولكنه لا يستطيع ان يصنف قدرات الافراد دون ان يسجل استجاباتهم على الاختبارات التي تدل على تلك القدرات ومن ثم يظهر ان تصنيف القدرات انما هو تصنيف نتائج التفاعل القائم بين الافراد والاختبارات (صبحي حسنين, 1978, 23).

الاختبارات والمقاييس هي الوسيلة الأمثل لإجراء عملية التقويم والمقارنات بين الافراد، ولكي تكون هذه المقارنات بصورة منطقية بحيث يكون لها مدلول واضح لابد من وجود مستويات ومعايير لها وذلك لتسهيل عملية الحكم على النتائج ولجعل المقارنات أكثر مصداقية وموضوعية لذلك لابد من تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية ثم استخلاص المستويات الخاصة بها، حيث يتفق الباحثون على حاجة المدرس او المدرب الى المقاييس المعيارية لأنها احدى الأسس العملية للتقويم الموضوعي ومن خلالها يمكن للمدرس ان يحدد مستوى أداء متعلميه.

وفي دراستنا الراهنة يحاول الطالب الباحث من خلال هذه المقاييس تحديد مستويات معيارية انتقائية لبعض المحددات البدنية لانتقاء فريق مدرسي في السباقات نصف الطويلة في الطور الثانوي ومن خلال استنتاجاته يستفاد منها في عملية الانتقاء والتوجيه.

بعد الامام بالمحددات البدنية في عملية الانتقاء، وبعد معرفة صعوبة وحساسية عملية الاختبار في هذه المرحلة يستفردنا هذا التساؤل:

- ما هو مستوى قياس بعض الصفات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لانتقاء فريق مدرسي في السباقات نصف الطويلة؟

2-أهداف الدراسة:

* التعرف على مستوى بعض الصفات البدنية للفريق المدرسي للمسافات نصف الطويلة عينة البحث في ضوء الدرجات المعيارية.

* تحديد مستويات معيارية انتقائية لبعض المحددات البدنية لانتقاء فريق مدرسي في السباقات نصف الطويلة في الطور الثانوي

3-فرضيات البحث:

*مستوى الصفات البدنية للفريق المدرسي اختصاص المسافات نصف الطويلة يقع ضمن المستوى المعياري الجيد، وتتماثل مع التوزيع الطبيعي الاعتدالي.

*يمكننا تحديد مستويات معيارية انتقائية لبعض المحددات البدنية لانتقاء فريق مدرسي في السباقات نصف الطويلة في الطور الثانوي

4 . الدراسات السابقة والمشابهة:

4. 1. دراسة دكتوراه " قعقاع توفيق " 2019 بعنوان: تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارة للاعبين كرة اليد فئة U17. جامعة آكلي محمد أولحاج -البويرة-معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

-هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى التعرف على:

. مستوى عناصر اللياقة البدنية للاعبين كرة اليد للفرق المختارة.

. مستوى العناصر المهارية للاعبين كرة اليد.

. تحديد مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية والمهارة للاعبين كرة اليد للفرق المختارة.

-منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة التحليلية لملائمته وطبيعة الدراسة.

-عينة الدراسة: تكونت من بعض الفرق الذين ينشطون في الرابطة الجهوية لكرة اليد بولاية ام البواقي تتراوح أعمارهم من (2000.2001) والبالغ عددهم 05 فرق أي ما نسبته 50 بالمئة، تم اختيارهم بالطريقة القصدية.

أهم نتائج الدراسة:

. إيجاد المستوي الحقيقي وأفضل نتيجة للفرق المختارة من خلال المتوسطات والانحرافات المعيارية

في الاختبارات البدنية والمهارة.

. تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية تائية معدلة في الاختبارات البدنية والمهارة وأعد لها

جداول ناتج عن المستوى الحقيقي للاعبين في كل فريق.

4. 2 دراسة بن سي قدور حبيب، 2008، بعنوان تحديد مستويات معيارية لانتقاء التلاميذ الناشئين (12-13 سنة) في مسابقة الرباعي بألعاب القوى جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم معهد التربية البدنية والرياضية.

هدف الدراسة: تجلت اهداف الدراسة فيما يلي:

- الكشف عن طبيعة التقويم السائد من خلال معرفة المحددات التي يتم على أساسها انتقاء التلاميذ الناشئين في بعض أنشطة ألعاب القوى بدرس التربية البدنية.
- تحديد مستويات معيارية على ضوء بطارية اختبارات مقترحة لانتقاء التلاميذ الناشئين في المسابقات المركبة.

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته وطبيعة الدراسة.
عينة الدراسة: شملت عينة الدراسة 1609 بنت و 2010 ذكر صنف الناشئين (12-13) سنة متدرسين بالتعليم المتوسط

نتائج الدراسة: وكانت نتائجها كالتالي:

- وفرة المدارس على طاقات شبانية تتمتع بقياسات جسمية متميزة من حيث الطول والوزن ينبغي حسن استغلالها في المجال الرياضي وهذا طبقا للنتائج المسجلة عند المستوى المعياري الممتاز.
- وجود عدد من التلميذات ضمن المستوى المعياري الممتاز في جميع مفردات البطارية وبنسب ضعيفة ومتفاوتة حيث جميعها كانت اقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي.
- وجود عدد من الذكور (التلاميذ) ضمن المستوى المعياري الممتاز في جميع مفردات البطارية

5-الاجراءات المنهجية للدراسة

5-1-الدراسة الاستطلاعية:

المرحلة الاولى:

توصل الباحث إلى عدة نتائج أهمها:

- تم مراجعة الشروط والمواصفات الخاصة والاختبارات.
- التأكد من سلامة الأدوات الأجهزة ومعاينتها طبقا لمواصفات القياس والاختبارات.

المرحلة الثانية:

أجريت على نفس عينة التجربة الاستطلاعية الأول (ن=10) من خارج العينة الأساسية ومن المرحلة السنية لعينة الدراسة، وذلك من أجل التأكد من المعاملات العلمية (ثبات - صدق) للاختبارات المستخدمة في عملية تقييم الصفات البدنية من خلال اختبارات وإعادة الاختبار. (بوحوش والذنيبات، 2016، ص74)

5-2-المنهج المتبع في الدراسة:

فإن المنهج الذي اتبعناه لدراسة الموضوع هو المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي الذي يعتبر بأنه "دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع. (رشوان، 2003، ص 66)

5-3مجتمع وعينة الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في بحثنا هذا جميع تلاميذ الطور الثانوي لفئة الاشبال لسنوات (17.15) سنة لثانوية بركة الجديدة للسنة الدراسية (2022/2021). حيث بلغ عددهم 300 تلميذ ذكور على مستوى ثانوية بركة الجديدة

العينة الخاصة بالاختبارات:

في بحثنا شملت العينة جزء من مجتمع الدراسة المكون من 150 تلميذ من أصل 300 تلميذ على مستوى ثانوية بركة الجديدة أي ما يعادل 50 %، وقمنا باختيارهم بطريقة قصدية وهي تحديد

السن المناسب لفئة صنف أشبال ذكور 17.15 سنة المحددة ضمن الرابطة الولائية للرياضة المدرسية، اما 150 تلميذ التي استثيت من الدراسة كان منهم 35 تلميذ معفى من الممارسة 45 تلميذ متذبذب الحضور اثناء فترات اجراء الاختبارات 70 تلميذ أعمارهم تجاوزت 17 سنة.

مواصفات العينة:

العينة الخاصة باللاعبين (قياسات واختبارات) تشمل لاعبي الفرق المدرسية لكرة اليد ذكور طور ثانوي (17.15) سنة بثانوية بركة الجديدة.

5-4- التوصيف الاحصائي لعينة الدراسة في متغيرات السن والطول والوزن:

تم اجراء التجانس لأفراد المجموعة لغرض ضمان عدم وجود افراد من الممكن ان تؤثر درجاتهم على باقي المجموعة وبالتالي عدم صدق النتائج التي سيتوصل اليها البحث، اذ تم استخدام معامل الالتواء في استخراج التجانس لمتغيرات البحث، وظهرت النتائج كمياً محصورة بين ± 1 وهذا يدل على تجانس افراد العينة.

الجدول رقم (01) يوضح خصائص عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات العمر والوزن والطول/(ن=10)

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	سنة	16.18	0.780	-0.450
الوزن	كغم	62.93	10.123	0.623
الطول الكلي	متر	1.7698	0.0743	-0.032

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ بان جميع معاملات الالتواء محصورة بين +1- مما يبين تجانس عينة الدراسة في متغيرات العمر والوزن والطول.

5-6- وسائل وأدوات جمع البيانات:

قام الباحث باستخدام الوسائل والادوات الاتية، وهذا من خلال الاطلاع والقراءات النظرية وتحميل محتوى المراجع العلمية المتخصصة والمرتبطة بعلمية التقويم بصفة عامة.

المصادر العربية والاجنبية

الاختبارات والقياس (صفات بدنية)

استمارة استطلاع رأي المختصين في مجال التدريب الرياضي:

تم تصميم استمارة الاستبيان لاستطلاع رأي الخبراء والمختصين في مجال التربية البدنية والرياضية وفي ألعاب القوى متضمناً القياسات لغرض اختيار أهمها... وبعد جمع الاستمارات حثت الباحث أهم المتغيرات وفقاً للأهمية النسبة التي حققته واعتمد الباحث على المتغيرات الحاصلة على نسبة (75%) فما فوق من مجموعة الخبراء والبالغ عددهم (12).

الجدول (2) يوضح الأهمية والنسبة المئوية لمتغيرات البحث المختارة

الرقم	المتغيرات	النسبة المئوية	قبول الترشيح	
			نعم	كلا
3	الجري مسافة 500 م	%100	✓	
5	الجري مسافة 30 م سرعة من البدا الثابت	%100	✓	
6	رمي كرة طبية زنة 2 كغم لأبعد مسافة من الجلوس	%90	✓	
8	اختبار بارو 3*4.5 م	%60	✓	

5-7. الاجهزة والادوات المستخدمة:

- . ديكامتر وساعة توقيت لقياس المسافة وزمن الاختبارات.
- . بطاقات تفرغ نتائج اللاعبين (الملحق) / لتفرغ النتائج لمطالبات في كل اختبار.
- . أقماع بلاستيكية حجم كبير/ حجم صغير، لتحديد الأماكن في الاختبارات.
- . صفارة لبدء الاختبارات.
- . طباشير ملونة قياس وتحديد منطقة البداية والنهاية.

.كرة طيبة وزن 02 كغ لأداء اختبار رمي الكرة الطيبة.

-ميزان الكتروني لقياس وزن الجسم

5-8-اختيار المساعدين:

قام الباحث بإجراء الدراسة بالاستعانة بالزميل في العمل استاذ تربية بدنية مختص في سباقات الميدان بعد توضيح الية اجراء الاختبارات.

5-9-مجالات الدراسة:

*المجال المكاني:

تم أخذ القياسات واختبارات الصفات البدنية في المؤسسة التي اعمل بها كأستاذ تربية بدنية ورياضة بثنائية بركة الجديدة والتي تتوفر على ملعب سباقات العدو محيطه 150متر وملعب جوارى تمارس فيه الرياضات الجماعية وهناك صور له في الملاحق.

*المجال الزماني في الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية للتطبيق الأول خلال الفترة (2022/02/22) ومن ثم تم إعادة تطبيق الاختبارات عليهم بعد مرور أسبوع (2022/03/03). مع الأخذ بعين الاعتبار ضبط جميع المتغيرات والظروف للاختبار الأول، وذلك بملعب ثانوية بركة الجديدة ولاية باتنة.

5-10-الدراسة الاساسية:

قام الطالب الباحث بتطبيق القياسات والاختبارات المختارة قيد الدراسة في السن، الطول، الوزن على عينة الدراسة الأساسية البالغ عددها 150 عداء رياضي، ذلك في الفترة الممتدة من (2022/02/20) الى (2022/05/03).

5-10-1- إجراءات الدراسة:

- الإجراءات الادارية:

- لم تكن هناك اجراءات ادارية بحكم انني استاذ تربية بدنية ورياضة بنفس الثانوية مجتمع البحث.
 - بطاقات التسجيل: تبين بطاقة تسجيل الاختبارات والقياسات.
 - بيانات عامة : الاسم-تاريخ الميلاد - مكان إجراء القياسات -تاريخ الاختبار.
 - استمارة تسجيل فردية : تتضمن تقييم القياسات الجسمية و الصفات البدنية قيد البحث.
 - استمارة التفريغ : تتم فيها تفريغ النتائج من استمارة التسجيل ليسهل التعامل معها إحصائيا.
- ## 5-10-2- تحديد القياسات البدنية المرشحة للتطبيق:

عرضت الاستمارة على عدد من الخبراء والمختصين، لتحديد أهم العناصر الجسمية البدنية الخاصة بعدائي المسافات النصف طويلة، كما هو موضح في الملاحق، وبعد جمع الاستثمارات وتفرغ البيانات تم حساب عدد التكرارات والنسبة المئوية لكل عنصر بدني وقياس جسمي، حيث اعتمدت جميع الاختبارات التي حصلت على موافقة ما نسبته 75% فأكثر من المحكمين، واستبعاد ما نسبته 25%.

وقد تم تحديد الواجب توافرها في عدائي المسافات النصف طويلة وأهم الاختبارات الخاصة بكل عنصر وفقا لآراء 10 خبراء ومختصين في مجال التربية البدنية لألعاب القوى.

الجدول رقم(03): يمثل النسبة المئوية لكل من الصفات البدنية من وجهة نظر الخبراء والمختصين

الاختبارات	التكرارات	النسبة	مستبعدة	مرشحة
الجري مسافة 30 م سرعة من البدا الثابت	10	100%		+
اختبار التعلق الثابت بالذراعين على العارضة	2	20%	+	
ثني الجذع من الجلوس	1	10%	+	
الوثب العريض من الثبات	1	10%	+	
القفز العمودي من الثبات	9	90%		+
رمي كرة طبية زنة 2كغم لأبعد مسافة من الجلوس	10	100%		+
الجري 10×4متر	1	10%	+	
اختبار بارو 3*4.5 م	6	60%		+
اختبار التحمل 500م	10	100%		+

5-11-الأسس العلمية للاختبارات:

11-5-1-صدق الاختبارات:

صدق الاختبار = ثبات الاختبار $\sqrt{}$

لكل اختبار ولتحديد درجة معامل الصدق الذاتي للعينة الاستطلاحية في التطبيق الأول والثاني هذا وقد انحصر معامل الصدق الذاتي للاختبارات البدنية المطبقة ما بين (0.811- 0.993) جميعا دالة ومنه نستخلص ان الاختبارات لها درجة عالية من الصدق والثبات والجدول التالي يوضح ذلك

الجدول رقم (04): يمثل معاملات الثبات والصدق للاختبارات البدنية. (ن=10)

اسم الاختبار	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
الجري مسافة 30 م سرعة من البدا الثابت	0.848	0.920
القفز العمودي من الثبات	0.879	0.937
رمي كرة طبية زنة 2 كغم لأبعد مسافة	0.988	0.993
اختبار بارو 3*4.5 م	0.875	0.935
اختبار 500 م	0.658	0.811

11.5-2 الثبات:

من أهم الركائز الأساسية لأي اختبار: ثباته حيث "يفترض أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا أعيد استخدامه مرة أخرى على نفس الأفراد وفي نفس الظروف" (عبد الهادي، 1999، ص 66). ومن أجل حساب ثبات الاختبار، قام الباحث بحساب معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار على عينة من مجتمع البحث تم استثنائها فيما بعد من عينة الدراسة، وقد قام الباحث بإجراء الاختبارات على 10 لاعبين خلال الفترة (2022/02/22) ومن ثم تم إعادة تطبيق الاختبارات عليهم بعد مرور أسبوع (2022/03/03).

الجدول رقم (05): يمثل معامل سيرمان للثبات بطريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبارات البدنية
لنتائج التجربة الاستطلاعية

اسم الاختبار	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		معامل سيرمان	مستوى الدلالة Sig	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الجري مسافة 30م سرعة من البدا الثابت	5.767	0.502	5.307	0.507	**0.848	0.002	دال
القفز العمودي من الثبات	30.400	7.574	42.20	3.966	**0.879	0.001	دال
رمي كرة طبية زنة 2كغم لأبعد مسافة	5.657	0.852	6.187	1.075	**0.988	0.000	دال
اختبار بارو 3*4.5م	24.684	1.312	24.651	1.354	**0.875	0.001	دال
اختبار 500 م	2.055	0.377	2.103	0.334	*0.658	0.039	دال

* مستوى الدلالة عند 0.05

دال (**) ذات دلالة معنوية

من خلال الجدول أسفرت نتائج حساب معامل الارتباط الدال على حساب معامل الثبات للاختبارات البدنية المطبقة على عينة الدراسة الاستطلاعية في التطبيق الأول والثاني على حصول جميع الاختبارات على معاملات ثبات انحصرت ما بين: (0.988/0.658) وهي قيم مرتفعة ودالة.

وكذا مستوى الدلالة sig الذي كان اقل من 0.05 مما يبين وجود علاقة إيجابية قوية ودالة،

ومما يشير الى ارتفاع ثبات الاختبار.

5-12- الدراسة الإحصائية:

-وسائل التحليل الإحصائي:

من اجل معالجة البيانات استخدم الباحث برنامج (SPSS) للحزمة الإحصائية للعلوم

الاجتماعية لحساب ما يلي:

. المتوسطات الحسابية.

. الانحرافات المعيارية اقل قيمة وأكبر قيمة.

. معامل الالتواء ومعامل الارتباط سيبرمان للتحقق من المعاملات العلمية للاختبارات البدنية المستخدمة في الدراسة.

. تحديد الدرجات الخام الزلائية والثانية والنسب المئوية لترشيح عناصر القياسات الانتروبومترية والاختبارات الخاصة بالدراسة.

. ومن اجل القيام بعمليات المقارنة اللازمة للتأكد من صحة او نفي فرضيات البحث لجأ الطالب الباحث الى تحويل الدرجات الخام المحصل عليها الى درجات معيارية وذلك عن طريق توزيع "غوص" الذي يسمى التوزيع الطبيعي والذي يستخدم في وضع الدرجات والمستويات المعيارية.

وقد استخدم الباحث المعادلات الإحصائية الخاصة بإيجاد الدرجات والمستويات المعيارية والدرجات المعيارية المعدلة بطريقة التتابع وذلك باستخدام برنامج الاكسيل والمعادلات كالتالي:

الدرجة المعيارية = المتوسط الحسابي + الرقم الثابت

الحد الأعلى = المتوسط الحسابي + 3 الانحراف المعياري

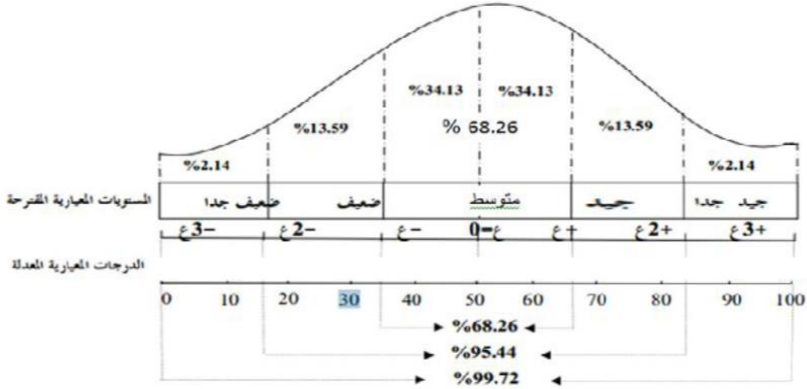
الحد الأدنى = المتوسط الحسابي - 3 الانحراف المعياري

الرقم الثابت = (الحد الأعلى - الحد الأدنى) / 100

وعلى أساس هذه المعادلات تم استخدام الدرجات المعيارية حيث يمثل الحد الأعلى للتوزيع درجة التقويم القصوى 100 ويمثل الوسط الحسابي درجة التقويم الوسطى 50 في حين يمثل الحد الأدنى للتوزيع درجة التقويم الصغرى 00 ويتم الاتجاه نحو الدرجات العليا او الدرجات الدنيا بإضافة او طرح الرقم الثابت في كل مرة مع مراعات وحدة قياس الاختبار لتبيان اتجاه العلامات الدنيا واتجاه العلامات العليا للاختبارات.

كما يجب ان تمتد مساحة المنحنى الاعتدالي من مالا نهاية في الاتجاه الموجب الى مالا نهاية في الاتجاه السالب وعليه فان المنحنى الاعتدالي هو الذي يمثل توزيع الظاهرة المقاسة، لذلك لا بد من اجراء هذا المنحنى عن تقنين الاختبارات وعمل المعايير والا أصبحت معايير الاختبارات غير دقيقة. (فرحات،

2003، ص1)



شكل رقم (01): يبين الدرجات والمستويات المعيارية و النسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقسم لخمس مستويات.

والشكل رقم (01): يبين الدرجات والمستويات المعيارية والنسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي.

بين (س+ع) و (س-ع) تقع 68.26%.

بين (س+2ع) و (س-2ع) تقع 95.45%.

بين (س+3ع) و (س-3ع) تقع 99.72%.

6- تحليل ومناقشة النتائج

1.6. عرض النتائج المتعلقة بالفرضيات:

1.1.6. الاحصاء الوصفي للصفات البدنية لدى عينة الدراسة:

الجدول رقم (06): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واعلى قيمة واقل قيمة ومعامل الالتواء والتفطح للصفات البدنية قيد البحث. (ن = 150)

الاختبارات البدنية	العلامة الدنيا	العلامة العليا	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	التفطح	نوع التوزيع
30م سرعة/ثا	4.03	6.54	5.438	0.543	-0.263	-0.471	طبيعي
الوثب العمودي/سم	20	60	39.64	7.482	-0.209	0.00	طبيعي
كرة طبية زنة 2كغم/سم	4.42	9.00	5.984	0.904	0.521	0.106	طبيعي
بارو 3*4.5م/ثا	19.06	29.40	24.985	1.52	-0.258	2.05	طبيعي
اختبار 500م/د	1.36	2.57	2.113	0.30	-1.168	0.642	طبيعي

يتضح من الجدول رقم(06) بأن المتوسط الحسابي لاختبار 30م سرعة بلغ (5.438ثا)

بانحراف معياري (0.543) بينما بلغ معامل الالتواء لهذا القياس (-0.263) وهو سالب طبيعي، ما

يعني ملائمة هذا الاختبار لعينة البحث لأن معامل الالتواء بين (-1، +1).

بينما المتوسط الحسابي لاختبار الوثب العمودي من الثبات بلغ (39.64 سم) بانحراف معياري

(7.482) بينما بلغ معامل الالتواء لهذا القياس (-0.209) وهو سالب طبيعي، ما يعني ملائمة هذا

الاختبار لعينة البحث لأن معامل الالتواء بين (-1، +1)، بينما يتضح بأن المتوسط الحسابي لاختبار

رمي كرة طبية زنة 2كغم بلغ (5.984 متر) بانحراف معياري (0.904) بينما بلغ معامل الالتواء لهذا

القياس (0.521) وهو موجب طبيعي، ما يعني ملائمة هذا الاختبار لعينة البحث لأن معامل الالتواء بين $(-1, +1)$ ، بينما يتضح بأن المتوسط الحسابي لاختبار بارو $3*4.5$ م بلغ (24.985ثا) بانحراف معياري (1.52) بينما بلغ معامل الالتواء لهذا القياس (-0.258) وهو سالب طبيعي، ما يعني ملائمة هذا الاختبار لعينة البحث لأن معامل الالتواء بين $(-1, +1)$ ، بينما يتضح بأن المتوسط الحسابي لاختبار 500م بلغ (2.113 د) بانحراف معياري (0.30) بينما بلغ معامل الالتواء لهذا القياس (-1.168) وهو سالب طبيعي، ما يعني ملائمة هذا الاختبار لعينة البحث لأن معامل الالتواء بين $(-2, +2)$.

الجدول رقم (07): يبين المستويات المعيارية والنسب المقررة لها في المنحنى التوزيع الطبيعي والدرجات المعيارية المعدلة وعدد اللاعبين والنسب المئوية لكل مستوى للاختبارات البدنية

الدرجة المعيارية المعدلة	الاختبارات					الرقم
	فما أكبر 81	من 61الى 80	من 41الى 60	من 21الى 40	فما اقل 20	
	المستويات المعيارية					
	جيد جدا	جيد	متوسط	ضعيف	ضعيف جدا	
	النسبة المئوية في التوزيع الطبيعي					
	2.14	13.59	34.13	13.59	2.14	
01	الدرجات الخام المقابلة لها	فما أقل 4.5	من 4.51 الى 5.10	من 5.11 الى 5.70	من 5.71الى 6.31	30م سعة
	عدد اللاعبين	8	23	39	34	
	النسبة المئوية	7.27%	20.9%	35.46%	30.91%	5.45%
02	الدرجات الخام المقابلة لها	فما أكبر 52.84	من 44.04 الى 52.83	من 35.24 الى 44.03	من 26.44 الى 35.23	وثن عمودي
	عدد اللاعبين	4	28	47	24	
	النسبة المئوية	3.63%	25.46%	42.74%	21.81%	6.36%
03	الدرجات الخام المقابلة لها	فما أكبر 7.48	من 6.48 الى 7.47	من 5.48 الى 6.47	من 4.48 الى 5.47	كرة طائرة 2كلغ
	عدد اللاعبين	9	23	47	29	
	النسبة المئوية	8.19%	20.90%	42.74%	26.35%	1.82%
04	الدرجات الخام المقابلة لها	فما أقل 22.19	من 22.20الى 3.99	من 24.00 الى 25.79	من 25.80 الى 27.59	بلو
	عدد اللاعبين	3	20	57	25	
	النسبة المئوية	2.72%	18.20	51.82%	22.72%	4.54%
05	الدرجات الخام المقابلة لها	فما أقل 1.80	من 1.8الى 2.00	من 2.0الى 2.20	من 2.21الى 2.4	500م
	عدد اللاعبين	17	1	47	33	
	النسبة المئوية	15.46%	0.90%	42.74%	30%	10.91%

1-2 . توزيع العينة على المستويات المعيارية: الجدول رقم (07) يوضح توزيع العينة على المستويات المعيارية في كل متغير.

1.2. اختبار 30م سرعة:

كان توزيع اللاعبين في هذا البعد معتدل، حيث تبين للباحث ان العينة قد حصلت بنسبة كبيرة منهم على المستوى متوسط بـ 39 لاعبا ما يمثل نسبة (35.46%) وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (34.13%) ثم المستوى الضعيف سجلنا 34 لاعبا ما يمثل نسبة (30.91%) و هي أكبر من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (13.59%) اما المستوى المعياري الجيد حصلنا على 23 لاعب ما يمثل نسبة (20.9%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى الطبيعي (13.59%)، بعدها 8 لاعبين في المستوى المعياري الجيد جدا بنسبة (7.27%) وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (2.14%) و 06 لاعبين في المستوى ضعيف جدا.

يرى الباحث أن مستوى اللاعبين في صفة السرعة الانتقالية يميل نحو المتوسط، واختلاف نتائجهم راجع للفروقات الفردية لديهم.

2.2 اختبار الوثب العمودي:

كان توزيع اللاعبين في هذا البعد معتدل، حيث تبين للباحث ان العينة قد حصلت بنسبة كبيرة منهم على المستوى متوسط بـ 47 لاعبا ما يمثل نسبة (42.74%) وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (34.13%) ثم المستوى الجيد سجلنا 28 لاعبا ما يمثل نسبة (25.46%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (13.59%) اما المستوى المعياري الضعيف حصلنا على 24 لاعب ما يمثل نسبة (21.81%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في المنحنى

الطبيعي (13.59%)، بعدها 7 لاعبين في المستوى المعياري الضعيف جدا بنسبة 7.36% وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (2.14%) ثم 4 لاعبين في المستوى الجيد جدا. وعليه يرى الباحث ان مستوى اللاعبين في صفة القوة الانفجارية للأرجل متوسط يميل نحو الجيد التي تعد من متطلبات عدو سباقات المسافات النصف طويلة الحديثة في هذه الصفة.

3.2 اختبار قذف كرة طبية 2 كلغ:

كان توزيع اللاعبين في هذا البعد معتدل، حيث تبين للباحث ان العينة قد حصلت بنسبة كبيرة منهم على المستوى متوسط بـ 47 لاعبا ما يمثل نسبة (42.74%) وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (34.13%) ثم المستوى الضعيف سجلنا 29 لاعبا ما يمثل نسبة (26.35%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (13.59%) اما المستوى المعياري الجيد حصلنا على 23 لاعب ما يمثل نسبة (20.90%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى الطبيعي (13.59%)، بعدها 9 لاعبين في المستوى المعياري الجيد جدا بنسبة (8.19%) وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (2.14%)، وعليه يرى الباحث ان مستوى اللاعبين في صفة القوة الانفجارية للأذرع يميل نحو المتوسط والتي تعد من متطلبات عدائي سباقات المسافات النصف طويلة الحديثة في هذه الصفة.

4.2 اختبار بارو:

كان توزيع اللاعبين في هذا البعد معتدل، حيث تبين للباحث ان العينة قد حصلت بنسبة كبيرة منهم على المستوى متوسط بـ 57 لاعبا ما يمثل نسبة (51.82%) وهي أعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (34.13%) ثم المستوى الضعيف سجلنا 25 لاعبا ما يمثل نسبة (22.72%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (13.59%) اما المستوى المعياري الجيد حصلنا على 20 لاعبا ما يمثل نسبة (18.20%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى الطبيعي (13.59%)، بعدها 5 لاعبين في المستوى المعياري الضعيف جدا بنسبة (4.54%) وهي أعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (2.16%) و 03 لاعبين في المستوى الجيد جدا بنسبة

(2.72%)، وعليه يرى الباحث ان مستوى اللاعبين في صفة الرشاقة يميل نحو المتوسط التي تعد من متطلبات الحديثة في هذه الصفة.

5.2. اختبار 500م تحمل:

كان توزيع اللاعبين في هذا البعد معتدل، حيث تبين للباحث ان العينة قد حصلت بنسبة كبيرة منهم على المستوى متوسط بـ 47 لاعبا ما يمثل نسبة (42.74%) وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (34.13%) ثم المستوى الضعيف سجلنا 33 لاعبا ما يمثل نسبة (30%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (13.59%) اما المستوى المعياري الجيد جدا حصلنا على 17 لاعبين ما يمثل نسبة (15.46%) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى الطبيعي (2.14%)، بعدها 12 لاعب في المستوى المعياري الضعيف جدا بنسبة (10.91%) وهي اعلى من النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي (2.14%) و 01 لاعب في المستوى الجيد بنسبة (0.9%). وعليه يرى الباحث ان مستوى اللاعبين في صفة التحمل العام متذبذبة تنحصر بين المتوسط والضعيف وهو ما يعكس وجوب استغلال الامكانيات وكذا فعالية التدريبات التي يتلقاها اللاعبين في الوسط المدرسي التي لا ترقى الى المستوى المطلوب كما وكيفا حيث ان هذه الصفة تنمى بحجم وعمل كبيرين.

3- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضيات:

مستوى الصفات البدنية للفريق المدرسي اختصاص المسافات نصف الطويلة طور ثانوي (15-)

(17) سنة يقع ضمن المستوى المعياري الجيد، وتتماثل مع التوزيع الطبيعي الاعتدالي.

*فيما يخص قياس التحمل أكبر نسبة سجلت في المستوى المتوسط بمجموع 47 لاعبين بنسبة

تقدر (42.74%) يرى الباحث أيضا أن البعض من الاساتذة والقائمين على التربية لا يهتمون بعنصر

التحمل أثناء الوحدات التدريبية، ويذكر في هذا السياق عثمان إلى أن التحمل من العناصر البدنية

الهامة واللازمة في العديد من الرياضات حيث يلعب التحمل دورا كبيرا في تحديد المستوى من خلال

مستوى القلب والرئتين. (عبد الغني عثمان، 1994، ص 379)، كما يشير أبو عبده إلى أن للتحمل

أهمية كبيرة لدى الرياضيين لما له من تأثير إيجابي على القلب والدورة الدموية من ناحية ومستوى الإنجاز

أثناء المنافسات أو الأداء الرياضي أو التدريب من ناحية أخرى. (لبلي السيد، 2001، صفحة 38).

*في قياس السرعة أكبر نسبة سجلت في المستوى المتوسط بمجموع 39 لاعبا أي بنسبة تقدر

بـ (35.46%) وهذا المستوى سيؤثر حتما على الأداء المهاري ويذكر في هذا السياق عادل عبد

البصير أن "صفة السرعة إحدى مكونات الإعداد البدني وإحدى الركائز الهامة للوصول إلى المستويات

العالية كما أن صفة السرعة تلعب دورا مهما في معظم الأنشطة الرياضية أو أداء أنشطة معينة تتطلب

سرعة انقباض عضلية معينة لتحقيق هدف الحركة. (عادل عبد البصير، 1999، ص 104-105).

Mc Gee إلى أن "السرعة تعد أحد عوامل الأداء الناجح في كثير من الأنشطة الرياضية.

(كمال عبد الحميد، 1987، ص 168).

وعليه، تعد السرعة من العوامل الحاسمة التي تؤثر بصورة مباشرة في مستوى الأداء والنتائج المحققة في المنافسات، خاصة في رياضات المسافات نصف الطويلة، التي تتطلب قدرة الرياضي على التحكم في سرعة الجري وتغييرها وفق متطلبات السباق ومراحله المختلفة.

*في قياس الوثب العمودي أكبر نسبة سجلت في المستوى المتوسط بعدد 47 لاعبا بنسبة تقدر (42.74%) وهذا المستوى سيؤثر حتما على الأداء المهارى ويذكر في هذا السياق هاره 1990 أن القوة الانفجارية عنصر أساسي ومؤثر في مستوى القابلية الجسمية إذ تعد واحدة من القدرات البدنية الخاصة بلاعبي كرة اليد والقوة الانفجارية أو القصوى هي "قدرة الرياضي على أداء عمل أو جهد بدني بقوة كبيرة وسرعة عالية لمرة واحدة"، يذكر هاره أن القوة الانفجارية أو القوة القصوى هي أعلى قوة ينتجها الجهاز العصبي العضلي عند الانقباض الإرادي (هاره، 1990، ص 164). وتعد القوة الانفجارية من أهم متطلبات حركة العداء أن تكون قوية وسريعة سواء في الانطلاق أو اثناء تكتيك السباقات أو الكفاح المستمر من اجل انهاء السباق في أفضل توقع وهذا كله يحتاج إلى قوة كبيرة ومجهود عضلي قوي (عودة احمد عربي، 2014، ص1).

*أما فيما يخص قياس الرشاقة «اختبار بارو "أكبر نسبة سجلت في المستوى المتوسط وكانت مجموع 57 لاعبا بنسبة تقدر ب (50%) وأما فيما يتعلق بعنصر الرشاقة جاء مقبولا أيضا إذا ما قورن بالعناصر الأخرى للدراسة وهذا ما يؤكد جمال الدين وإبراهيم محمد أن الرشاقة من العناصر الأساسية التي يجب أن يمتلكها الفرد وذلك لما لها من أهمية ودور كبير في اكتساب وإتقان المهارات الحركية وتساعد في التنفيذ الخططي والانسائية والتوقيت السليم والمعرفة والإحساس السليم بالاتجاهات والمسافات. (محمد خاطر، 1996، ص 43).

الخلاصة:

من خلال دراستنا يبدو لي انه انتهى الوقت الذي كان يعتمد فيه بعض الاساتذة للوصول بتلاميذهم إلى المستوى العالي على الملاحظة الميدانية والمقابلات التنافسية وتجاربهم الميدانية وخبرتهم الفردية الامر الذي يبرز العشوائية في العمل والذي لا يستند لأسس ومعايير علمية، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وفي الرياضات الفردية خاصة تم التوصل لما يلي:

- تم التوصل الى امكانية تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية للفريق المدرسي في السباقات النصف طويلة والتي بلغت خمس مستويات (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا).

- تم استخراج النسب المئوية المتحققة لكل القياسات الجسمية واختبارات المتغيرات البدنية قيد البحث.

- تم إيجاد المستوى الحقيقي لعدائي الفريق المدرسي محل البحث.

تم اقتراح مستويات معيارية للمحددات البدنية خاصة بفريق مدرسي للسباقات النصف طويلة يعتمد على اساتذة المادة لتقييم تلاميذهم.

قائمة المراجع:

1. م. .، &البليك ع. ف. . (1996). القياس في المجال الرياضي. مصر: دار الكتاب الحديث.
2. الباهي س. . (1981). سيكولوجيا المراهقة: الجزائر. المعهد التكنولوجي للتربية.
3. بوحوش ع. . (1995). مناهج البحث العلمي وطرق البحث. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
4. حسنين م. ص. (2003). التقييم والقياس في التربية البدنية والرياضة. القاهرة: دار الفكر عبد الحميد ك. .، & حسنين م. ص. . (2002). كرة اليد الحديثة. القاهرة: دار الفكر العربي.
5. حمر وزملاؤه م. ا. . (2010). القياس النفسي والتربوي. عمان: دار المسيرة.
6. خاطر العربي.
7. خطاب م. ع. . (1965). التربية البدنية للخدمة الاجتماعية. القاهرة: دار النهضة العربية.
8. ديتشر ه. . (1990). اصول التدريب، (ترجمة) عبد العلي نصيف. العراق: مطابع جامعة الموصل.
9. رشدي م. ع. (1979). أسس التدريب الرياضي. القاهرة: الشركة العامة للنشر والتوزيع.
10. شرف ع. ا. . (1989). التنظيم في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق. الإسكندرية: مركز الكتاب للنشر.
11. طه م. ل. . (2002). الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين. القاهرة: الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين.

12. الغامدي وآخرون ع. ب. (1983). المرشد الرياضي المدرسي. طرابلس: المنشآت العامة

للنشر والتوزيع.

13. فرحات ل. ا. (2012). القياس والاختبارات في التربية الرياضية. مصر: دار الكتاب للنشر.

14. Griote, G. . (1995). *fondamentaux de Dekkar*. N,A.BRIKCI, RHANIFI.