

علاقة الإدراك الحس - الحركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية بسلاح الشيش

لطلاب كلية التربية الرياضية

تقدم به

م.م محمد عبد الرحمن محمد م.م حيدر مهدي سلمان

مدرب العاب غزوان كريم خضير

ملخص البحث

هدف البحث التعرف على علاقة الإدراك الحس - حركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية وافترض ان هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين المتغيرات .و قد استخدم المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية على عينة من طلاب المرحلة الثالثة كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية . و صم الباحثون استمارة لاستطلاع آراء الخبراء بهذا المجال لتحديد المهارات الهجومية والقدرات الحس - حركية، وتقوم العينة بأداء الاختبارات الحس - حركية أولاً ، وفي اليوم الثاني يقوم بتطبيق الاختبارات المهارية ، ومن خلال نتائج الارتباط وجد علاقة ارتباط بين القدرات الحس - حركية مع المهارات الهجومية ويوصي الباحثون في توجيه المدرسين إلى ضرورة استخدام الأساليب العلمية الدقيقة وتنظيم الوحدات التعليمية على تمرينات لتتمية القدرات الحس - حركية ، فضلاً عن ضرورة وضع اختبارات خاصة بقياس هذه القدرات ومدى تطويرها لدى الطلبة .

١ - التعريف بالبحث :

١ - ١ مقدمة البحث وأهميته :-

شهدت الحركة الرياضية تطوراً سريعاً وفعالاً خلال السنوات الماضية ، وقد ظهر هذا التطور كنتيجة فعلية لكثير من التغيرات التي طرأت على غالبية الألعاب ، من ضمنها لعبة المباراة التي حظيت بنصيب وافر من هذه التطورات ، سواء في قانون اللعبة أم في رفع مستوى قدرات اللاعبين البدنية والمهارية والخطية والنفسية والعقلية والتي انعكست بالتالي على تحقيق انجازات رياضية كبيرة في جميع المستويات .

إن ما يميز لعبة المباراة عن باقي الألعاب الرياضية الأخرى أنها تعتمد على

القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على القدرات البدنية ، ولما كانت أغلب حركات المباراة مترابطة ، وتتطلب مستوى عالي من التركيز في الأداء ، مما يتوجب على الطالب أن يشعر ويفكر ويدرك ويوفق بين جهازه العصبي والعضلي بصورة أشمل . وتؤدي القدرات العقلية دوراً مميزاً في استيعاب الفرد واكتسابه المعلومات ، ومن ضمن هذه القدرات الإدراك الحس - حركي ، الذي يعد مسؤولاً عن الأفعال الحركية وتفسيرها وتنفيذها من خلال التعرف على المحيط والبيئة المراد عمل الحركة من خلالها .

والتي تحدد طريقة وسرعة ودقة الأداء المهاري لدى لاعب المباراة .

وعلى الرغم من أهمية الإدراك الحس - حركي في مجال لعبة المباراة ، إلا أننا نلاحظ قلة تركيز العديد من المدرسين على هذه الناحية ، وقلة إدخالها ضمن المناهج التعليمية ، إذ أنهم لا يعتمدون على مبدأ تعليم القدرات الحس - حركية في إثناء إعطاء الوحدات التعليمية ، ومن هذا المنطلق رغب الباحثون في بحث هذه المشكلة لتسليط الضوء عليها بشكل مباشر وتحديد أبعادها وذلك من خلال الاجابه على السؤال التالي :-

ماهي العلاقات الارتباطية المتبادلة بين الإدراك الحس - حركي وودقة اداء الحركات الهجومية (الهجوم البسيط المباشر و الغير مباشر و المركب) في المباراة

١-٣ هدف البحث :-

التعرف على علاقة الإدراك الحس - حركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية (الهجوم البسيط المباشر و الغير مباشر و المركب) لطلبة المرحلة الثالثة - كلية التربية الرياضية- جامعة القادسية.

١-٤ فرض البحث :-

هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين الإدراك الحس - حركي ودقة أداء بعض الحركات الهجومية (الهجوم البسيط المباشر و الغير مباشر و المركب) لطلبة المرحلة الثالثة - كلية التربية الرياضية- جامعة القادسية .

وتظهر أهمية الإدراك الحس - حركي في لعبة المباراة من خلال أحساس الطالب بحركة أجزاء جسمية ومدى السيطرة على تغيير وضع الجسم وفقاً لما يتطلبه الواجب الحركي ، إذ تتطلب العضلات العاملة في كل حركة من حركاتها قوة معينة للأداء الحركي تبعاً للانقباضات العضلية وما تتضمنها من أحساس بالجهد العضلي وسرعة الحركة والتوازن (١)

كما أن هناك بعض المدركات الحس - حركية التي ترتبط بلعبة المباراة التي يمكن للطلاب أن ينميها ويطورها من خلال عملية التعلم من أهمها أدراك الإحساس بالزمن والمسافة والقوة والمكان . واستنادا لما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في امكانية رفع الدقة في أداء الحركات الهجومية من خلال القدرات الحس - حركي .

١-٢ مشكلة البحث :-

مما لا شك فيه أن للإحساسات دوراً مهماً وكبيراً في النشاط الرياضي فكلما أمتلك الطالب قدرة عالية على الإحساس ، كلما كانت القابلية على التعلم اسرع ، فضلاً عن ذلك أن عملية الإدراك الحس - حركي تشكل واحدة من العوامل المهمة التي تركز عليها عملية التعليم

١ - أبو العلا احمد عبد الفتاح ومحمد صبحي حسانين : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقييم ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ ، ص١٧٥ .

١- ٥ مجالات البحث :-

١ - ٥ - ١ المجال البشري : طلبة المرحلة

الثالثة - كلية التربية الرياضية- جامعة

القادسية

١ - ٥ - ٢ المجال الزمني : المدة من ١ /

١٠ / ٢٠١٠ م لغاية ١٥ / ٣ / ٢٠١١ م.

١ - ٥ - ٣ المجال المكاني : القاعة المغلقة في

كلية التربية الرياضية- جامعة القادسية

٢. الدراسات النظرية والسابقة

١.٢ الدراسات النظرية

٢- ١- ١- الإحساس :-

هو أبسط عملية نفسية للتأثير

المباشر للمؤثرات المادية على الحواس ، فعندما

يقع منبه على أحد الأعضاء الحسية ينتقل أثر

هذا المنبه عن طريق أعصاب خاصة إلى

مراكز عصبية في المخ ، وفي هذه المراكز

تترجم هذه المنبهات إلى حالات شعورية بسيطة

تعرف بالأحساس^(١).

٢.١.٢- الإدراك :-

يعد الإدراك الحسي الأساس في المعرفة

وتطورها، عن طريق التعلم الذي يحصل من

بداية الحياة حتى نهايتها، فيعد الإدراك من أهم

القدرات التي تمكن الأفراد من المحافظة على

البقاء والتكيف والتطور، كونه العملية التي تسهم

بقسط كبير في التعرف على البيئة ومعطياتها

وكيفية التفاعل معها، إذ يختلف الأفراد في

إدراكهم للموقف أو الظاهرة الواحدة ويستجيبون

لها استجابات مختلفة.

والادراك هو عملية ترجمة للمحسوسات

التي تنتقل إلى الدماغ على شكل رسائل مرمزة

ماهيتها نبضات كهربائية تسري عبر الأعصاب

الحسية التي تصل ما بين أعضاء الحس

والدماغ^(٢).

أن الإدراك يؤثر في قابلية الفرد الحركية

ويعمل على تحسينها وتطويرها ويساعد على

فهم وإدراك المسائل الحركية الأخرى ، والإدراك

في الحركة يسهل عملية الربط بين الحركات^(٣)

، ويذكر أيضا انه عملية تنظيم المدخلة الحسية

وإعطائها معنى^(٤).

لذلك نرى الرياضي يقوم بتفسير وتحديد

المؤثرات من خلال الحواس،ومن أهم مميزات

الحواس أنها دائما ترتبط بقضايا واسعة إذ إن

إحساسنا بالمؤثرات السمعية والبصرية تفسر لنا

إدراك الأشياء التي تنبعث من المؤثرات، فمثلا

إيعاز المدرب يصبح مؤثرا في اللاعب سواء

إيجابيا أم سلبيا وهو ما يوضح لنا بأن الإدراك

"عملية تفسير المثيرات التي تلقاها الرياضي عن

الحواس"^(٥).

٢ - راضي الوقي : مقدمة في علم النفس ، بغداد ، دار

الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٨ ، ص ٢٢٦ .

٣ - وجيه محجوب : فسيولوجيا التعلم ، ط ١ ، دار الفكر

للطباعة والنشر ، ٢٠٠٢ ، ص ١٥٣ .

٤ - وجيه محجوب : المصدر السابق ، ٢٠٠٢ ، ص ٧٦ .

٥ - جمال حسين الالوسي : علم النفس العام ، مطبعة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد ، ١٩٨٨ ،

ص ٣١ .

١ - نزار الطالب وكامل الويس : علم النفس الرياضي ،

بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٣ ، ص ١٦٨

فضلا عن أن هناك علاقة بين الإدراك والحركة وذلك لأن أي فرد لا يستطيع إن يؤدي الحركة وبشكل ماهر ما لم يكن قد أدرك الحركة بشكل جيد، ومعنى هذا إن القدرة على الإدراك والقدرة على الحركة تتطوران معا حيث لا يمكن الفصل بين الإدراك والحركة لان الحركة تتأثر بالإدراك وبالعكس.

فالمبارز الذي يدرك الأشياء والموضوعات التي تحيط به إثناء النشاط ومزاولته يمتلك قدرة إدراكية عالية تكون اكبر من المبارز الذي يفقد هذه القدرة وبالتالي لا يستطيع إدراك الأشياء وهذا ما يؤثر في نتيجة النزال.

لذا يعد الإدراك ذو أهمية كبيرة يجب إن يمتاز بها المبارز، وان حركات لاعب المباراة تعتمد على المدى الذي تتحرك فيه مفاصل الجسم أو بعض أجزائه ويلعب هذا المدى الدور الأساس في تحقيق نجاح الأداء في اللمسة الصحيحة عند أداء حركة الطعن والقدرة على إدراك المسافة المطلوبة للوصول إلى هدف الخصم .

٤-١-٢. المدركات الحس-حركية بلعبة المباراة :-

ترتبط لعبة المباراة بأنواع عدة من مدركات

حس -حركية ومن أهم هذه المدركات هي :-

١. إدراك الإحساس بالمكان :-

وهي قدرة الرياضي على تحديد المكان النموذجي الذي يستطيع التحرك به خلال التدريب والمنافسة حيث أن لاعب المباراة يتحرك ضمن حدود الملعب بمسافة (١٤م) وارتفاع (٥٠سم) فعليه يجب على اللاعب أن

فإن قدرة الإدراك ليست ثابتة بل أنها دائمة التغيير تبعا لزيادة خبرة الرياضي ومهاراته في المواقف المختلفة و إن كفاية الجهاز الحسي لها تأثير كبير في مستوى الادراك .

٣-١-٢. أهمية الإدراك الحسي - حركي في المجال الرياضي :-^(١)

يحتل موضوع الإدراك (الحس-حركي) مكانة مهمة في مجال التربية الرياضية بصورة عامة والنشاط الرياضي الممارس بصورة خاصة لكون الإدراك والإحساس يؤثران بشكل مباشر بخصوصية كل لعبة أو فعالية رياضية.

والادراك الحسي هو عملية تأويل الأحساسات تأويلاً يزودنا بمعلومات عما في عالمنا الخارجي من أشياء ، وهي العملية التي يتم بها معرفة ما حول الفرد من أشياء عن طريق الحواس^(٢).

يستطيع الرياضي من التمييز بين الأدوات التي تتناسبه والتي لا تتناسبه وتبرز أهمية (الإدراك الحسي-الحركي) في مجال النشاط بالتنفيذ الناجح للمهارات الحركية المعقدة والتي تحتاج إلى مقدار معين من القوة^(٣).

١- فراس طالب حمادي : مركز التحكم وعلاقته ببعض قدرات الإدراك الحسي حركي لدى لاعبي المباراة , رسالة ماجستير. جامعة ديالى كلية التربية الرياضية , ٢٠٠٦ , ص٢٧ .

٢ - قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية البدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ، ط١ , عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ١٩٩٨ ، ص٤٣ .

٣- سهام محمد النعيمات : العلاقة بين متغيرات الإدراك الحسي- حركي ومستوى الأداء المهاري على أجهزة جمباز السيدات لطالبات , رسالة ماجستير ، الجامعة الأردنية / كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٥ ، ص١٧ .

٥. الإحساس بالأداة (السلاح):-

أن كفاءة الرياضيين ولجميع الأسلحة (الشيش، سيف المبارزة، السيف العربي) تبنى على دقة الرياضي بالتحكم بالسلاح والإحساس به ووضع السلاح كامتداد للذراع والتعامل مع هذه الأسلحة بانسيابية، وهذا يتطلب نوعا خاصا من الإدراك وهذا الإدراك الخاص يخلق توافق حركاته مع الأداة من خلال إدراك وزن السلاح وشكله مما يساعد الرياضي على تحديد الاتجاهات الخاصة بالمهارات الهجومية والدفاعية.

١.٢-٥. المهارات الهجومية بلعبة المبارزة:-

يعد تطوير المهارات الرياضية ضرورة لازمة لرفع مستوى الرياضي والوصول إلى المستويات العالية، وهذا سيطلب إتباع المهارات الحركية المستخدمة وتعليمها وتطبيقها وإتقانها بتوافق جيد لكي تحقق الهدف المرجو في أدائها.

فقد تعددت تعاريف المهارة كلا حسب مجاله، إما في المجال الرياضي فتعرف بأنها (الاستخدام الأكثر ملاءمة للسيطرة على الحركة وتناسقها ومما يحقق إتقان وفعالية إنجازها)^(١).

فإن تحقيق الناحية الفنية للمبارزة سيطلب إتقان مهاراتها الحركية كحركة اللمس والضرب وأوضاع الدفاع، وإتقان حركات الرجلين ومسك السلاح بالسبابة والإبهام وبأقوى

يتحرك بشكل صحيح بالتقدم والتقهقر وعدم الخروج من الميدان وهذا يعتمد على المدركات الحس-حركية بالمكان.

٢. إدراك الإحساس بالزمن:-

وتعتمد على قدرة اللاعب في لعبة المبارزة لتحديد زمن أداء الحركات الخاصة بالهجوم والدفاع والتقدم والتقهقر وما هي إلا من خلال التقدم للهجوم واخذ لمسة من الخصم والتقهقر بالدفاع من خلال هجوم الخصم، وهذه القدرات بادراك الإحساس بالزمن تلعب دورا بارزا في نجاح الرياضي في لعبة المبارزة بأخذ التوقيت المناسب للحصول على اللسة والدفاع عن الجسم إثناء المنافسة الرياضية.

٣. إدراك الإحساس بالمسافة:-

وهي قدرة الرياضي على تحديد مسافة اللاعب الخصم ومكان وقوفه ومسافة امتداد الذراع والسلاح في حالة الاستعداد والهجوم، لأخذ لمسة والدفاع عن الجسم وقرب اليد التي تحمل السلاح من الجسم، والتعرف على مسافة اخذ وضع المهارة المراد تنفيذها، ولأي مسافة يتم التقهقر لأخذ الوضع الدفاعي المناسب.

٤. إدراك الإحساس بالقوة العضلية:-

وهي قدرة الرياضي المبارز لإظهار القوة العضلية المثالية واللازمة للأداء الحركي المناسب، كإظهار أقصى قوة عضلية، أو قوة متوسطة، أو قوة قليلة كما هو الحال في حالة الطعن أو التقدم للقفز بالطيران كما في حركة السهم لأخذ لمسة... الخ.

(١) Brockaus, F, A: Der sport Brock hans wies boden, ١٩٧٧.

ومستوى الاداء المهاري على جهاز الحركات الارضية .

٢. التعرف على العلاقة بين متغيرات الادراك الحس - حركي (قيد الدراسة) ومستوى الاداء المهاري على جهاز عارضة التوازن .

٣. التعرف على العلاقة بين بعض متغيرات الادراك الحس - حركي (قيد الدراسة) ومستوى الاداء المهاري على جهاز حسان القفز .

٤. التعرف على العلاقة بين بعض متغيرات الادراك الحس - حركي (قيد الدراسة) ومستوى الاداء المهاري على المتوازي .

وقد توصلت الدراسة الى :

١. توجد علاقة ارتباط طردية بين متغير الاحساس بقوة القبضة ومستوى الاداء المهاري على جهاز بساط الحركات الارضية وعارضة التوازن وجهاز حسان القفز وجهاز المتوازي .

٢. عدم وجود علاقة ارتباط بين متغيرات الادراك الحس - حركي الاخرى ومستوى الاداء المهاري على الاجهزة المذكورة سالفاً .

مناقشة الدراسة السابقة:-

من خلال اطلاع الباحثون على الدراسة السابق وجد أنها أقرب الدراسات الى البحث الحالي إذ تتفق الدراسة مع دراسة الباحثون

الأصابع، ووضع الاستعداد الذي يساعد على أداء الحركات للإمام والخلف^(١) .

إذ تعد لعبة المبارزة من الألعاب السريعة الحركة وتتطلب نشاطا ذا طاقة عالية وهي من الرياضات التي تحتاج من ممارستها صفات بدنية وعقلية ونفسية وخططية.

وهي نزال بين منافسين يتم خلاله أداء حركات الهجوم والدفاع باستخدام احد أنواع الأسلحة الثلاثة (الشيش، السيف، سيف المبارزة) ويلعب كل متنافس حسب طريقته الخاصة بشرط مراعاة القوانين الأساسية للمبارزة^(٢) .

٢.٢ الدراسات السابقة

١.٢.٢ - دراسة سهام حمد النعيمات ١٩٩٥

" العلاقة بين متغيرات الادراك الحس - حركي ومستوى الاداء المهاري على أجهزة جمباز السيدات "

أستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية على عينة البحث التي بلغ عدد افرادها (٢٩) طالبة للسنة الدراسية ١٩٩٤ / ٩٣ .

أهداف الدراسة :

١. التعرف على العلاقة بين متغيرات الادراك الحس - حركي (قيد الدراسة)

(١) Mark ,H&(others).Dictionary of the sport& Exericise Scienes Humman Kinetics, ١٩٩١, p١٣٩.

٣ - نبيل إبراهيم : مصدر سبق ذكره، ٢٠٠١، ص ١١٩ .

المنهج " دراسة الحقائق والعلاقات المتبادلة بين تلك الحقائق والمتغيرات والتعمق بها " (٢)

٢-٣ مجتمع وعينة البحث :-

ترتبط عملية اختيار العينة ارتباطاً وثيقاً بطبيعة المجتمع المأخوذة منه العينة كونها تمثل " ذلك الجزء من المجتمع التي يجري اختيارها على وفق قواعد وأصول علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً " (٣) . لذا فقد اختار الباحثون عينة بحثهم بالطريقة العشوائية من طلبة المرحلة الثالثة - كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية وبلغ عدد أفرادها (٢٠) طالبا من مجتمع البحث الاصيلي الذي بلغ افراده (١١٨) طالب للعام الدراسي ٢٠١٠-٢٠١١، وقد مثل هذا العدد نسبة قدرها (٣٣,٣ %) .

٢ - ٢ - الادوات والأجهزة والوسائل المستخدمة في البحث :-

٢-٢-١ - الادوات المستخدمة :

- ١ - المقابلات الشخصية .
- ٢ - الاختبارات والقياسات .
- ٢-٢-٢ - الاجهزة المستخدمة بالبحث :
- ١- جهاز (الداينوميتر) لقياس قوة القبضة .
- ٢- ساعة إيقاف الكترونية نوع (Casio) لقياس الزمن بالدقائق والثواني واجزاء الثانية عدد (٢) .

الحالية لأشتمالها على متغير الادراك الحس - حركي واتباعها المنهج نفسه في الدراسة واختلفت عينة الدراسة مع الدراسة الحالية ، وكذلك تختلف من حيث نوع الفعالية المختارة. ومن خلال اطلاع الباحثون لاسيما على الدراسات المشابهة هنالك قلة في الدراسات التي تناولت متغير الادراك الحس - حركي في لعبة المبارزة في العراق ، فضلاً عن شمول البحث على عينة من طلبة المرحلة الثالثة - كلية التربية الرياضية لذا وجد الباحثون من الضروري إجراء هذه الدراسة لغرض معرفة العلاقات الارتباطية بين الادراك الحس - حركي ودقة الاداء للمهارات الهجومية .

الفصل الثالث

٢ - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٢-١ منهج البحث :-

توجد العديد من المناهج التي تستخدم في البحث العلمي ، ولما كان المنهج يعني " إتباع خطوات منطقية معينة في تناول المشكلات أو الظواهر أو معالجة القضايا العلمية للوصول الى اكتشاف الحقيقة" (١) ، فهذا يعني أن لكل بحث منهجاً خاصاً يتبع لحل المشكلات ، و قد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية كونه يلائم طبيعة مشكلة البحث المراد حلها ، إذ يمثل هذا

٢ - وجيه محبوب : اصول البحث العلمي ومناهجه ، ط١ ، عمان ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٢ ، ص ٢٧٤ .

٣ - محمد ازهر سعيد السماك وآخرون : اصول البحث العلمي ، ط١ ، جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٦ ، ص ٦٤ .

١ - عبد الله عبد الرحمن الكندري ومحمد عبد الدايم : مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية ، ط٢ ، الكويت ، مطبعة الفلاح للنشر والتوزيع ، ١٩٩٩ ، ص ١٠٧ .

وفي ضوء نتائج الاستبيان ، وتم استبعاد المهارات والقدرات الحس - حركية التي حصلت على نسبة مئوية أقل من (٧٥ %) إذ إن " للباحث الحق في اختيار النسبة التي يراها مناسبة عند اختياره للمؤشرات " (١) .

وقام الباحثون بأخذ بعض القياسات الانثروبومترية التي تعد مهمة جداً عند إجراء تجربة البحث وهي (الطول ، والوزن ، والعمر) ، إذ قام الباحثون بقياس الطول الكلي للجسم (بالسم) والوزن (بالكغم) ، وذلك لمعرفة مدى تجانس العينة في هذه المتغيرات ، " فعلى الرغم من سهولة عملية قياس الوزن والطول إلا إن الباحث الرصين لا يغفلها " (٢) . لذا عمد الباحثون الى استخدام (معامل الالتواء) الذي أظهر تجانس افراد العينة قبل الشروع بتطبيق التجربة الرئيسة على عينة البحث ، وتراوحت قيمة معامل الالتواء بين (- ١,٥٨) و (٠,٦٢٧) ، وهذه القيم محصورة بين (+ ٣ ، - ٣) مما يشير الى تجانس العينة بشكل كبير (٣) . كما في جدول (١)

٣- ا.م.د مي علي عزيز (اختبارات وقياس - بطرائق تدريس)

١- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٩ ، ص ٣٦٦ .

٢- هزاع محمد الهزاع : تجارب معملية في وظائف الجهد البدني ، الرياض ، جامعة الملك سعود ، عمادة شؤون المكتبات ، ١٩٩٢ ، ص ٢١ .

٣- محمد جاسم الياسري : بناء بطارية اختبار اللياقة البدنية لإنتقاء الناشئين بأعمار (١٠ - ١٢) سنة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد - كلية الرياضية ، ١٩٩٥ ، ص ٧٠ .

٣- ميزان طبي معير .

٣-٣-٣ - الوسائل المستخدمة بالبحث :

١. شريط قياس لقياس المسافات (معدني) .

٢. ملعب مبارزة قانوني .

٣. شريط لاصق بعرض (٥ سم) .

٤. عصابة عين من القماش الناعم داكنة اللون عدد (٣) .

٥. صافرة .

٦. طباشير ، مسطرة .

١٠. اسلحة شيش عدد (١٠)

١. المصادر العربية والاجنبية .

٢. استمارة جمع البيانات المعنية بالدراسة من خلال تسجيل نتائج الاختبارات المستخدمة في الدراسة

٣. استمارة تفريغ البيانات .

٢-٤ تحديد متغيرات الدراسة :-

من أجل تحديد أهم المهارات الهجومية وأهم القدرات الحس - حركية صمم الباحثون استمارة لأستطلاع آراء الخبراء والمختصين بهذا المجال ، إذ اشتملت الاستمارة على (٥) مهارات الهجومية (٥) قدرة حس - حركية بحسب ما موضح في الملحق (١) و الملحق (٢) .

وقد عرضت هذه الاستمارة على خبراء ومختصين ضمن اختصاصات (التعلم الحركي وعلم النفس والاختبارات والقياس و المبارزة) (٥)

* - أسماء السادة الخبراء

١- م.د رولا مقداد عبيد (تعلم حركي - مبارزة)

٢- م.م محمد ضياء عبد الرسول (تدريب بايو- مبارزة)

جدول (١)

المعالجة الإحصائية (الوسط الحسابي ، والوسيط والانحراف المعياري ، وقيمة معامل الالتواء) لمتغيرات الطول ، والوزن ، والعمر لافراد عينة البحث

ت	المعالجة الإحصائية المتغيرات	المعاليم الإحصائية		
		س	الوسيط	+ ع
١	الطول (بالسـم)	١٧٣,٣٥	١٧٤,٥٠٠	٦,١٢٣٩
٢	الوزن (بالكغم)	٧٢,٢٠٠	٧٢,٥٠٠	٤,٦٥٢١
٣	العمر (بالسنوات)	٢١,٥٠٠	٢١,٥٠٠	٠,٨٠١٣

٣- ٥ التجربة الإستطلاعية :-

أن التجربة الاستطلاعية عبارة عن " تدريب عملي للباحث للوقوف بنفسه على الايجابيات والسلبيات التي تقابله في أثناء اجراء الاختبارات لأمكانية تفاديها مستقبلاً " (١) . ولغرض التعرف على هذه المعوقات والصعوبات التي من المحتمل ظهورها عند تنفيذ التجربة الرئيسة ، أجرى الباحثون تجربة استطلاعية بتاريخ ١٢ / ١ / ٢٠١٠ م على (١٠) طلاب من عينة البحث الاصلية ومن الذين لم يشاركوا في التجربة الرئيسة ، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية إذ كان الهدف من التجربة ما يأتي :-

١. التعرف على مدى تفهم ا لطلاب واستيعابهم لمفردات الاختبارات المهارية والحس - حركية .

٢. التأكد من صلاحية الادوات والاجهزة التي سيتم استعمالها في التجربة الرئيسة
 ٣. التعرف على الصعوبات والمشكلات التي قد تواجه الباحثان عند إجراء الاختبارات لغرض تجاوزها .
 ٤. معرفة عدد افراد فريق العمل المساعد (*) الذي سيحتاجه الباحثون عند اجرائه الاختبارات وكذلك تدريبهم على طريقة التسجيل .
 ٥. التعرف على الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات .
- ومن خلال التجربة الاستطلاعية توصل الباحثون الى ما يأتي :-

* - كادر العمل المساعد

- ١- علاء كاظم عرموط (ماجستير تربية رياضية- سباحة)
- ٢- احمد علاوي سعدون (ماجستير تربية رياضية- طرائق تدريس)
- ٣- حيدر كاظم عيسى (ماجستير تربية رياضية- اختبارات وقياس)

١ - قاسم حسن المندلوي وآخرون : الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٩ ، ص ١٠٧ .

الارتباط جيدة وهذا يعني أن الاختبارات جميعها تتمتع بدرجة ثبات عالية ، كما في الجدول (٢) صدق الاختبار :-

لأجل التأكد من صدق (المحتوى) إذ أنه " صدق موقفي ونسبي يتم التحقق منه لمجموعة من المتعلمين في موقف معين " (٢) وتم تحديد أهداف الاختبارات بشكل واضح وتفصيلي ، وللتأكد من أن الاختبار يحقق الهدف المنشود منه ، تم عرض الاختبارات على الخبراء والمختصين انفسهم الذين تم عرض الاستمارات الترشيحية عليهم وفي المجال الذي يقيس الاختبار ، فذكروا أن كل اختبار يقيس الصفة أو القدرة التي وضعت لقياسها ، وعلى هذا الاساس تم التأكد من صدق الاختبارات وتم اعتمادها في البحث .
موضوعية الاختبار :-

أن الاختبارات المستخدمة في هذا البحث واضحة وسهلة الفهم من قبل أفراد العينة ، وغير قابلة للتأويل وبعيدة عن التقويم الذاتي ، إذ تم التسجيل باستخدام المسافة م / سم ، والدرجة ، وعدد مرات التكرار ، وبذلك تعد هذه الاختبارات ذات موضوعية عالية . إذ تتطلب

١. صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث .

٢. صلاحية الاختبارات المستخدمة جميعها من حيث تمتعها بالوقت المناسب للتنفيذ ، وصلاحية المكان، وسهولة تطبيق مفردات الاختبارات التي استخدمتها عينة البحث .

٣-٦ الأسس العلمية للاختبارات :-

ثبات الأختبار :-

تأكد الباحثون من الثقل العلمي للاختبارات وذلك بحساب معامل ثبات الاختبارات عن طريق إعادة الاختبارات على (١٠) من الطلاب للعام الدراسي ٢٠١٠-٢٠١١ ، إذ أجرى الباحثون الاختبار الاول بتاريخ ٢ / ٢ / ٢٠١١ م ثم أعيد تطبيقه على العينة نفسها وفي الظروف عينها بتاريخ ٩ / ٢ / ٢٠١١ م ، أي بعد مرور سبعة أيام وفقاً لما اشار اليه (ذوقان عبيدات وآخرون) من أن " لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على نفس العينة بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول " (١)

واستخرج الباحثون معامل الارتباط بين نتائج الاختبارين الاول والثاني باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) وكانت قيمة معامل

٢ - Thorn dike, R(and others); Measurement and Evaluation in psycholog and Education, ٥th ed: (Max Well Macmillar International editions, ١٩٩١) p. ١٠٥.

١ - ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي ، ادواته ، اساليبه ، عمان ، شركة المطابع النموذجية ، ١٩٨٢ ، ص ١٦٠.

علاقة الإدراك الحس - الحركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية بسلاح الشيش لطلاب كلية التربية الرياضية

م. محمد عبد الرحمن محمد م. حيدر مهدي سلمان مدرب ألعاب غزوان كريم خضير

بشكل غير منتظم , وعلى ارتفاع مناسب لطول اللاعب.

إجراءات الاختبار :

- يقف اللاعب في وضع الاستعداد حامل السلاح , وعلى مسافة مناسبة من الشاخص.

- بعد سماع الإشارة من المختبر يقوم اللاعب بأداء حركة الطعن في الدائرة التي يذكر رقمها المحكم.

- يعطى اللاعب (١٠) محاولات للطعن .

التسجيل :- يسجل اللاعب عدد مرات الإصابة الدقيقة للهدف من المحاولات العشر للطعن التي قام بها اللاعب .

- يعاد الاختبار مرتين , وتسجل أفضل محاولة.

٣-٧-٢ اختبارات الإدراك الحس حركي :-

الاختبار الاول- اختبار الادراك الحسي بمسافة الوثب (٣) :-

- الغرض من الاختبار : قياس الادراك الحسي باستخدام القدمين .

- الادوات : عصابة للعينين , طباشير , شريط قياس .

- مواصفات الاداء : يرسم خطان متوازيان على الارض بحيث تكون المسافة بينهما

(٢٤ بوصة) أي (٥٨,٨ سم) ويقف

المفحوص على خط البداية ناظراً الى

الموضوعية " إجراءات مقننة للاختبارات المطبقة على عينة البحث " (١)

جدول (٢)

معامل الثبات للاختبارات المطبقة على عينة البحث

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات
١	دقة الطعن	عدد المرات	٠,٩٢٢
٢	الادراك الحسي بمسافة الوثب الى الامام بالقدمين	السننيمتر	٠,٩٤١
٣	الادراك الحسي لقوة القبضة	الكغم	٠,٩٧٢
٤	الاحساس بالقدم	السننيمتر	٠,٩٦٠

٣-٧-٢ الاختبارات المستخدمة في البحث :-

٣-٧-١ الاختبارات المهارية :-

١- اختبار دقة الطعن (٢):-

الهدف من الاختبار : قياس دقة الطعن .

الأدوات والإمكانات: شاخص

للمبارزة مرسومة عليه ست دوائر

يقطر (٥) سم مرقمة من (١ - ٦)

١ - ممدوح عبد المنعم الكناني وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي ، ط ١ ، الكويت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، ١٩٩٥ ، ص ١٨٦ .

٢ - منير نوح يعقوب : تحديد مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية للاعب المبارزة ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٩ ، ص ٥٠ .

٣ - Clayne. R. Cyntha. C; Mea surment in physical Education and Athletics : (Macmillan puplising company INC. N.Y. ١٩٨٠) p. ٥٥.

علاقة الإدراك الحسي - الحركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية بسلاح الشيش لطلاب كلية التربية الرياضية

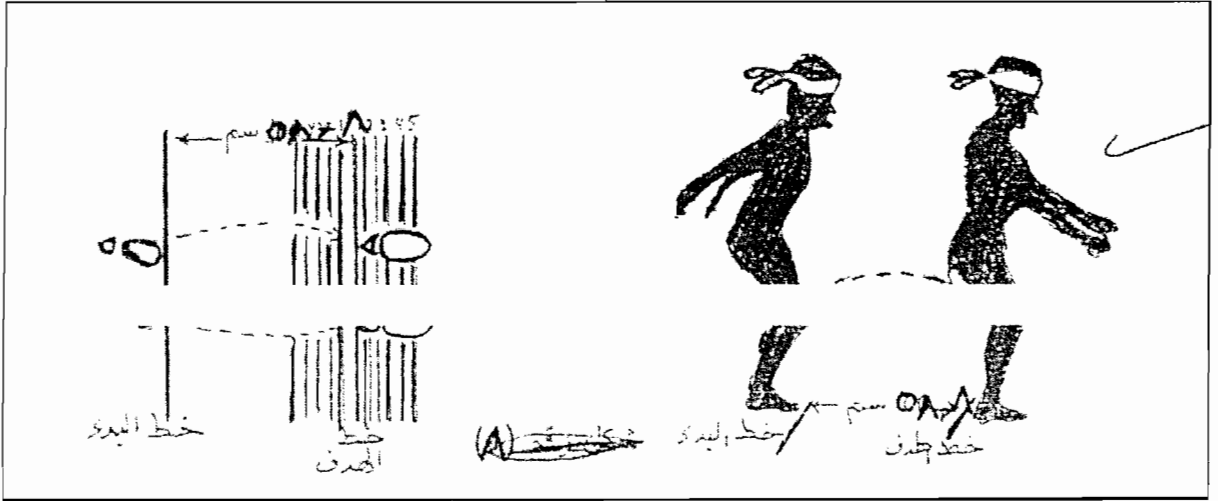
م.م محمد عبد الرحمن محمد م. م جيلدر مهدي سلمان مدرب العاب غزوان كريم خضير

- التسجيل : تحسب المسافة التي تبعد عن خط النهاية كأخطاء في التقدير والتي تدل على نقص في قدرة الادراك الحركي ، وتؤخذ مجموع المحاولات الثلاث .

المسافة بين الخطين مدة (٥ ثوان) ، ثم تعصب عيناه ، ويقفز من خط البداية الى الامام بحيث يلمس بعقبه الارض عند خط النهاية .

- الشروط :

* يعطى للمفحوص الدرجة لأقرب (سم) --- الوثب بين الخطين .



ثلاث محاولات يسجل افضلها (بفاصل زمني دقيقة بين كل محاولة واخرى) .
 ٢. يحدد (٥٠ %) من الحد الاقصى لقوة القبضة على وفق القياس المسجل في الخطوة السابقة .
 ٣. تعطى ثلاث محاولات تدريبية بأستخدام البصر يحاول فيه المختبر أن يصل بقوة القبضة الى مستوى (٥٠ %) من الحد الاقصى على أن يتخلل هذه المحاولات التدريبية الثلاث محاولات اخرى تجريبية من دون استخدام البصر (بالتناوب أي محاولة تدريبية بأستخدام البصر يليها محاولة تدريبية من دون

شكل (١) يوضح الادراك الحسي لمسافة الوثب الاختبار الثاني - اختبار الادراك الحسي لقوة القبضة (١) :-

- الغرض من الاختبار : قياس تباينات الادراك الحسي في ضوء القوة العضلية .
 - الادوات : جهاز (ديناموميتر) قوة القبضة ، عصابة للعينين .
 - مواصفات الاداء :

١. قياس الحد الاقصى لقوة القبضة على جهاز الديناموميتر إذ يمنح المختبر

١ - ابو العلا احمد عبد الفتاح ومحمد صبحي حسانين : المصدر السابق ، ١٩٩٧ ، ص ١٧٥ .

- مواصفات الاداء : يرسم خطان متوازيان (١٢ بوصة) أي (٢٩,٤ سم) يقف المختبر بحيث تكون احدى قدميه موازية للخط الايسر ، أي قدمه اليمنى قريبة وموازية للخط الايسر ، تترك للمختبر فرصة تقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عيناه ، ينقل المختبر وهو معصوب العينين قدمه اليمنى جانباً الى الخط الثاني الذي يبعد مسافة (١٢ بوصة) مع محاولة وضع القدم اليمنى على الحافة الخارجية للخط الثاني .

- الشروط : يكون الاداء والعين معصوية .
- التسجيل : تحسب المسافة من القدم حتى الخط الثاني ، وتعطى للمختبر ثلاث محاولات بحيث يسجل له مجموع المحاولات الثلاث التي تمثل مجموع الاخطاء في المحاولات الثلاث .

٢-٨ إجراءات التجربة الرئيسية :-

بعد انتهاء التجربة الاستطلاعية والتأكد من صلاحية الاختبارات ، طبق الباحثون الاختبارات المهارية والحس - حركية على العينة الرئيسة البالغ عدد افرادها (٢٠) طالباً ، وتم تقسيم الاختبارات على يومين لكل فريق وعلى النحو الآتي يأخذ الطالب الاحماء الكافي ثم يقوم بأداء الاختبارات الحس - حركية أولاً ، وفي اليوم الثاني يأخذ الاحماء الكافي ثم يقوم بتطبيق الاختبارات المهارية .

٣-٩ الوسائل الإحصائية :-

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) واستخرج منها الآتية :

استخدام البصر ، وهكذا الى أن تنتهي المحاولات التدريبية والمحاولات (التجريبية)

- التسجيل :

• تسجل للمختبر المحاولات التجريبية من دون استخدام البصر سواء كانت النسبة اكثر من (٥٠ %) من الحد الاقصى (بالموجب) أم اقل من (٥٠ %) من الحد الاقصى (بالسالب) أم على (٥٠ %) من الحد الاقصى تماماً (صفر) .

• يتم حساب مقدار الخطأ في كل محاولة ثم إيجاد المتوسط الحسابي لمجموع الاخطاء في المحاولات التجريبية الثلاثة .

الاختبار الثالث - اختبار الاحساس بالقدم^(١) :-

- الغرض من الاختبار : قياس قدرة القدمين على الاحساس بالمسافة الجانبية إذ تدل دقة نقل احدى القدمين جانباً للمسافة المحددة على ارتفاع مستوى الاحساس .
- الادوات : عصا للعينين ، شريط قياس ، طباشير .

Jensen G, R and Hirst, C; Measuerment - ١ in physcial Education and Athletics : (Mecmillan puplising and coller Macmillan puplshers, New Yourk, ١٩٨٠) p. ٥٧.

علاقة الإدراك الحس - الحركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية بسلاح الشيش لطلاب كلية التربية الرياضية

م.م محمد عبد الرحمن محمد م. م حيدر مهدي سلمان مدرب العاب غزوان كريم خضير

٤ - عرض وتحليل نتائج مصفوفة الارتباط للأختبارات المهارية والقدرات الحس - حركية: -
يوضح الجدول (١) نتائج مصفوفة الارتباط للأختبارات المهارية والقدرات الحس - حركية لعينة البحث ، وقد استخرجت باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

١- الوسط الحسابي.
٢- الانحراف المعياري .
٣- معامل الالتواء.
٤- النسبة المئوية .
٥-معامل الارتباط (بيرسون)
٦- قانون اختبار T لدلالة معنوية معامل الارتباط .

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (٣)

نتائج مصفوفة الارتباط للأختبارات المهارية والقدرات الحس - حركية

الأحاساس بالقدم	الأدراك الحس لقوة القبضة	الحسي الوثب الأمام	الأدراك بمسافة إلى بالقدمين	القدرات الحس - حركية (العامة) المهارات الهجومية	
				معامل الارتباط	هجوم بسيط
٠,١٩٢	٠,١٠٠	٠,١٤٤	٠,١٤٤	معامل الارتباط	هجوم بسيط
١٢,٩٢٠	١٣,٧٤٢	٧,٥٣	٧,٥٣	قيمة T المحتسبة	مباشر
٠,٠٢٧	٠,٠٢٥	٠,٢٢٣	٠,٢٢٣	معامل الارتباط	هجوم بسيط
١٠,٠٩٨	١١,٥٤١	٧,٨٩	٧,٨٩	قيمة T المحتسبة	غير مباشر
٠,١٦٧	٠,٠٣٩	٠,٠٣٠	٠,٠٣٠	معامل الارتباط	هجوم مركب
١٧,١٦٤	١٧,١٣٤	٧,٧٩	٧,٧٩	قيمة T المحتسبة	هجوم مركب

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩) = (١,٧٢٩) .

الأدراك الحسي لقوة القبضة ، ، الأحساس بالقدم (، ،٠,١٤٤ - ،٠,١٠٠ - ،٠,١٩٢) على التوالي . وبلغت قيمة معامل الارتباط بين

وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين مهارة الهجوم البسيط وأختبارات (الأدراك الحسي بمسافة الوثب إلى الأمام بالقدمين ،

ظهور علاقة ارتباط معنوية بين مهارة الهجوم البسيط (الإدراك الحسي بمسافة الوثب إلى الأمام ، والأحاساس بقوة القبضة ، والأحاساس بالقدم) ، (٧،٥٣،١٣،٧٤٢) ، (١٢،٩٢٠) على التوالي وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (٢،٤) .

كما ظهرت علاقة ارتباط معنوية بين مهارة الهجوم البسيط غير المباشر (الأحساس بقوة القبضة ، ، والأحاساس بالقدم) ، (٧،٨٩،١١،٥٤١،١٠،٠٩٨) على التوالي وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (١،٧٢٩) كذلك ظهرت علاقة ارتباط معنوية بين مهارة الهجوم المركب وأختبار الإدراك الحسي لقوة القبضة والبالغة (١٧،١٦٤) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية ، وظهرت علاقة ارتباط معنوية بين مهارة الهجوم المركب مع أختبارات (الإدراك الحسي بمسافة الوثب إلى الأمام ، ، والأحاساس بالقدم) ، (١،٤٢١ ، ١،٥١٠ ، ٠،٣٤٨) على التوالي وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية .

٤-٢ مناقشة نتائج الارتباط للأختبارات المهارية

والقدرات الحس - حركية: -

من خلال الجداول (٣) ظهر أن هناك ارتباطاً قوياً معنوياً بين مهارة الهجوم البسيط المباشر وأختبار (إدراك الأحساس بمسافة) ، ويعتقد الباحثون أن سبب ظهور علاقة الارتباط القوية المعنوية يرجع إلى تشابه تكنيك كل مهارة

مهارة الهجوم البسيط الغير مباشر وأختبارات (الإدراك الحس - حركي بمسافة الوثب إلى الأمام بالقدمين ، والإدراك الحسي بقوة القبضة ، والأحاساس بالقدم) (٠،٢٢٣ ، ٠،٠٢٥ ، ٠،٠٢٧) على التوالي . كذلك بلغت قيمة معامل الارتباط بين مهارة الهجوم المركب وأختبارات (الإدراك الحسي بمسافة الوثب إلى الأمام بالقدمين ، والإدراك الحسي لقوة القبضة ، ، والأحاساس بالقدم) (٠،٠٣٠ ، ٠،٠٣٩ ، ٠،١٦٧) على التوالي .

ولغرض معرفة معنوية الارتباط قام الباحثون بأختبار معامل الارتباط للمهارات مع القدرات الحس - حركية عن طريق أختبار (T) لدلالة معنوية معامل الارتباط ، إذ لجاء الباحثون إلى مقارنة قيمة (T) المحتسبة مع قيمة (T) الجدولية البالغة (١،٧٢٩) تحت مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩) ، إذا ظهر ارتباط معنوي بين مهارة الهجوم البسيط مع أختبار الإدراك الحسي بمسافة الوثب إلى الأمام بالقدمين إذ بلغت قيمة (T) المحتسبة (٧،٥٣) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (١،٧٢٩)

فضلاً عن ظهور علاقات ارتباط معنوية بين الأختبارات . إذ كانت قيمة (T) المحتسبة أكبر من قيمة (T) الجدولية ، وقد تمثلت هذه العلاقات بأرتباطات الأختبارات الآتية : -

ليتمكن من التحكم الجيد في أنقباض عضلات ذراعية بحسب المواقف التي تمر به ، وهذا ما أكدته بعض الدراسات السابقة التي أشارت إلى أن أغلب مهارات المبارزة تعتمد في أدائها على قوة عضلات الذراعين والساعد والعضد و القدمين ، وكما يذكر جمال علاء الدين ان القوة تؤدي أساساً في إتقان الاداء المهاري إذ يؤثر عدم كفاية القوة سلبياً في مستوى إتقان وتطوير الاداء المهاري فضلاً عن كونها عنصراً أساسياً يتدخل في تشكيل وصياغة بقية الخصائص البدنية المحددة للاداء (٢) .

٥ - الأستنتاجات والتوصيات :

٥ - ١ الأستنتاجات :-

من خلال نتائج الأرتباط بين القدرات الحس - حركية مع المهارات الهجومية تم التوصل إلى ١ - ان لكل من الادراك الحسي بمسافة الوثب الى الامام بالقدمين و الادراك الحسي لقوة القبضة و الاحساس بالقدم دور مهم في المهارات الهجومية بسلاح الشيش (الهجوم البسيط المباشر و الغير مباشر و المركب) .

٥ - ٢ التوصيات :

من خلال ما أظهرته نتيجة البحث يوصي الباحثون بالآتي :-

مع اختبار الإدراك الخاص بها ، فضلاً عن أن التدريب المستمر والمتواصل أدى إلى زيادة قدرة الطالب على التركيز ودقة الأداء المهاري وهذا أدى بدوره إلى تنمية عملية الإدراك لهذه المهارة . وهذا ما اكده مفتي ابراهيم في ان إجادة المهارة الحركية الحسية ناتج عن قيام المتعلم بجهد مما يؤدي الى تغير سلوكه الحركي الى الافضل (١).

في حين ظهرت علاقات أرتباط قوية ومعنوية بين مهارة الهجوم البسيط غير المباشر وأختبار (الأحساس بالقوة) وبين وأختبار (الإدراك الحسي بمسافة الوثب إلى الأمام بالقدمين) ويعزو الباحثون سبب ظهور هذا الأرتباط القوي والمعنوي إلى أرتباط هذه الصفات بطبيعة أداء المهارات ، إذ أن أغلب الحركات لمهارات المبارزة تتطلب أداء الوثبات إلى الأمام . وظهرت علاقات أرتباط معنوية بين مهارة الهجوم المركب وأختبار (الإدراك الحسي بمسافة الوثب ، والادراك الحسي بقوة القبضة ، والأحساس بالقدم) ، ويعود سبب ظهور هذه الأرتباطات القوية و المعنوية إلى تكامل المناهج التعليمية و التخطيط السليم مع التقسيم المتكافئ لفرص تنمية هذه القدرات بشكل متساوٍ ، إذ أن الأحساس بقوة القبضة هو قدرة مهمة جداً في المهارات كلها لاسيما مهارة الهجوم المركب ، إذ يجب أن يمتلك الطالب الأحساس بهذه القدرة

٢ - جمال علاء الدين وآخرون : أثر استخدام بعض الأساليب المقترحة لتنمية القوة المميزة بالسرعة على تحسين مسافة الوثب العمودي للناشئين ، المؤتمر العلمي الأول للدراسات وبحوث التربية الرياضية ، الإسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، ١٩٨٠ ، ص ٩٢ .

١ - مفتي إبراهيم حماد . التدريب الرياضي الحديث وتطبيق وقيادة ، ط١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٨ ، ص ١٨٠

١. توجيه المدرسين إلى ضرورة استخدام الأساليب العلمية الدقيقة وتظمين الوحدات التعليمية على تمارين لتنمية القدرات الحس - حركية ، فضلاً عن ضرورة وضع اختبارات خاصة بقياس هذه القدرات ومدى تطويرها لدى الطلبة
٢. ضرورة إجراء دراسات وبحوث مشابهة على عينات أخرى ، فضلاً عن إجراء دراسات مقارنة للتعرف على الإدراك الحس - حركي بين الطلبة و الطالبات .
- المصادر العربية و الأجنبية
- ١- أبو العلا احمد عبد الفتاح ومحمد صبحي حسانين : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم ، ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ .
- ٢- جمال حسين الالوسي : علم النفس العام ، مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد، ١٩٨٨
- ٣- حنان عبد المؤمن : العلاقة بين بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي ومستوى الأداء في التعبير الحركي ، رسالة ماجستير ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٥ .
- ٤- ذوقان عبيدات وآخرون، البحث العلمي ، ادواته ، اساليبه ، عمان ، شركة المطابع النموذجية ، ١٩٨٢ .
- ٥- راضي الوقفي : مقدمة في علم النفس ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٨ .
- ٦- سهام محمد النعيمات : العلاقة بين متغيرات الإدراك الحسي- حركي ومستوى الأداء المهاري على أجهزة جمباز السيدات لطالبات ، رسالة ماجستير ، الجامعة الأردنية / كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٥
- ٧- عبد الله عبد الرحمن الكندري ومحمد عبد الدايم : مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية ، ط ٢ ، الكويت ، مطبعة الفلاح للنشر والتوزيع ، ١٩٩٩ .
- ٨ - فراس طالب حمادي : مركز التحكم وعلاقته ببعض قدرات الادراك الحسي حركي لدى لاعبي المبارزة ، رسالة ماجستير.جامعة ديالى كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٦
- ٩- قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية البدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ، ط ١ ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ١٩٩٨ .
- ١٠- قاسم حسن المندلوي وآخرون : الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٩ .
- ١١- محمد ازهر سعيد السماك وآخرون : اصول البحث العلمي ، ط ١ ، جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٦ .

٢٠-Clayne. R. Cyntha. C; Measurment in physical Education and Athletics : (Macmillan puplising company INC. N.Y. ١٩٨٠).

٢١-Jensen G, R and Hirst, C; Measuerment in physcial Education and Athletices : (Mecmillan puplising and coller Macmillan puplshers, New Yourk, ١٩٨٠

٢٢-Brockaus,F,A:Der sport Brock hans wies boden, ١٩٧٧.

٢٣-Mark ,H&(others).Dictiorary of the sport& Exericise Scienes Humman Kinetics, ١٩٩١,

٢٤-Thorn dike, R(and others); Measurement and Evaluation in psycholog and Education, ٥th ed: (Max Well Macmillar International editions, ١٩٩١)

١٢- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٩ .

١٣- محمد جاسم الياسري : بناء بطارية اختبار اللياقة البدنية لانتقاء الناشئين بأعمار (١٠ - ١٢) سنة ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد - كلية الرياضية ، ١٩٩٥ .

١٤- ممدوح عبد المنعم الكناني وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي ، ط ١ ، الكويت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، ١٩٩٥ .

١٥- منير نوح يعقوب : تحديد مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية للاعب المبارزة ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٩ .

١٦- نزار الطالب وكامل الويس : علم النفس الرياضي ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٣ .

١٧- هزاع محمد الهزاع : تجارب معملية في وظائف الجهد البدني ، الرياض ، جامعة الملك سعود ، عمادة شؤون المكتبات ، ١٩٩٢ .

١٨- وجيه محجوب : فسيولوجيا التعلم ، ط ١ ، دار الفكر للطباعة والنشر ، ٢٠٠٢ .

١٩- وجيه محجوب : اصول البحث العلمي ومناهجه ، ط ١ ، عمان ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٢ .