

The Role of the Physical Education Course in Developing some Physical Abilities and Basic Skills among Female Students of the Classroom Teacher Department at the Faculty of Education, Qasr Bin Ghashir

Mohamed Salem¹, Hassan Al-Amari², Rabie Al-Refaie^{2*}

¹Department of Curriculum and Teaching Methods, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tripoli, Tripoli, Libya.

²Department of Training, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tripoli, Tripoli, Libya.

* Corresponding author: Rabie Al-Refaie | E-mail: rabeeakikla7@gmail.com

Received: 11-11-2025 | Accepted: 31-12-2025 | Available online: 28-02-2026 | DOI:10.26629/jssrs.2026.03

Abstract

This study aimed to identify the role of the Physical Education course in developing some physical abilities and basic skills in team sports (handball, basketball, and volleyball) among female students of the Classroom Teacher Department at the Faculty of Education, Qasr Bin Ghashir. The descriptive survey method was used, and the sample consisted of (75) female students from the seventh and eighth semesters. Various physical and skill tests were applied, and the data were statistically analyzed using the SPSS program to determine standard scores and normative levels. The results showed that most students were classified within the weak and average levels in most physical abilities and basic skills, while a small number of students achieved good and very good levels due to their participation in sports clubs or the college team. The study concluded that there is a clear weakness in the physical and skill performance of the students and recommended continuous assessment, increasing practical training sessions, using standardized scores in evaluation, and focusing on developing physical abilities as a foundation for improving skill performance.

Keywords: Physical abilities, basic skills.

دور مقرر التربية البدنية في تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية لطالبات قسم معلم فصل كلية التربية بقصر بن غشير

محمد سالم¹، حسان العماري²، ربيع الرفاعي²

¹قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس، ليبيا

²قسم التدريب، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس، ليبيا

* المؤلف المراسل: ربيع الرفاعي rabeeakikla7@gmail.com

استقبلت: 2025-11-11 | قبلت: 2025-12-31 | متوفرة على الانترنت | 2025-02-28 | DOI:10.26629/jssrs.2026.03

ملخص البحث

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور مقرر التربية البدنية في تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في الألعاب الجماعية (كرة اليد، كرة السلة، الكرة الطائرة) لدى طالبات قسم معلم فصل بكلية التربية قصر بن غشير. استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (75) طالبة من الفصولين السابع والثامن.

تم استخدام مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية، كما تم تحليل النتائج إحصائياً باستخدام برنامج (SPSS) واستخراج الدرجات المعيارية والمستويات المعيارية. أظهرت النتائج أن أغلب الطالبات يقعن في المستويين (الضعيف والمتوسط) في معظم القدرات البدنية والمهارات الأساسية، مع وجود مستوى جيد وجيد جداً لدى عدد محدود من الطالبات المنتميات إلى الأندية أو منتخب الكلية.

استنتجت الدراسة وجود ضعف واضح في المستوى البدني والمهاري لطالبات قسم معلم فصل، وأوصت بضرورة إجراء تقييم مستمر، وتكثيف الدروس العملية، واستخدام الدرجات المعيارية في عملية التقييم، والاهتمام بتنمية القدرات البدنية كأساس لتطوير الأداء المهاري.

الكلمات الدالة: القدرات البدنية - المهارات الأساسية.

1. المقدمة ومشكل البحث

يشهد العالم تطوراً وتغيراً كبيراً وسريعاً في جميع المجالات الحياتية وقد أثر هذا التغير والتطور في العملية التربوية وفي كل شيء من هذا العصر، إذ أنها لم تقف في مجال معين فكان التعليم من أهم المجالات التي تعرضت للتغير فأصبح التعليم والتعلم نشاطاً له وسائله وأدواته المعقدة المتشابكة وله أهدافه ونتائجه التي تخضع للقياس، وتعد التربية مجالاً نشيطاً للإنسان المتعلم القادر على إجراء الممارسات الواعية لمختلف النشاطات التي تؤثر وتؤدي إلى تغير وتطور الحياة إلى الأفضل.

ويشير كلا من مكارم أبوهريجة ، محمد زغلول 2002 إن المقرر الدراسي هو الوسيلة التي يمكن من خلالها تحقيق أهداف النظم التعليمية في جميع مراحل العملية التربوية والتعليمية وبالتالي نجد أن التربية البدنية تمثل جانباً أساسياً من المقرر الدراسي في العملية التعليمية حيث أنها تسعى إلى تحقيق النمو الشامل المتزن للفرد في جميع جوانبه المعرفية والبدنية والحركية والنفسية إلى أعلى مستوى تسمح به قدرات الطلاب واستعداداتهم من خلال المقررات الخاصة بهم والتي تتضمن في داخلها مجموعة من الأنشطة والأساليب التي تحقق ذلك وبما يمكنهم من التكيف مع أنفسهم ومع الآخرين (زغلول، 2002)

تعتبر التربية البدنية أحد أهم المحاور الأساسية للتربية والتعليم حيث تهتم بجسم الطفل بصفة أساسية ومهارته الحركية وقدراته الصحية وتساهم في تطوير الجوانب النفسية والعقلية والسلوكية لبناء الإنسان المعاصر المتكامل والتربية البدنية جزء مهم من العملية التربوية وتبرز أهميتها في تحقيق الأهداف الشاملة والمتوازنة للفرد بدنياً واجتماعياً، ويتحقق ذلك من خلال الأنشطة والأداء الفعلي، إذ أكد كثير من المدرسين

على أهمية تطوير الصفات الحركية من خلال استخدام الأساليب والطرق التعليمية المختلفة. (أبوشكيوة، 2008)

حيث تُبني الفعاليات الرياضية على تعلم المهارات لكل فعالية ومحاولة الحصول على الإنجاز الأفضل من خلال تطوير الأداء في هذه الفعالية، ولما كانت عملية تطوير الأداء هي الهدف الذي يسعى إليه العاملون في المجال الرياضي، لذا تحتاج إلى تطبيق الوسائل العلمية في مبادئ ونظريات التعلم وطرائقه الصحيحة التي تكون مؤثرة في التعلم وزمنه ومن ثم تطور الفعالية الرياضية تطوراً سريعاً. (أحمد، 2017)

ولقد شهد مجال التعلم الحركي تطوراً كبيراً وخصوصاً فيما يتعلق بتهيئة المواقف التعليمية بشكل يستثير دوافع المتعلم للوصول إلى الهدف من العملية التعليمية، إذ أن عملية التعلم تركز على وسيلة مهمة لنقل المعارف والمعلومات من المعلم إلى المتعلم وهذه الوسيلة هي طريقة التعلم التي كلما كانت مناسبة تمت عملية التعلم بصورة أفضل وبجهد أقل. (الحسين، 2013)

ويرى الباحثون أن المهارات هي الأساس لتعلم أي لعبة لهذا أصبح من الضروري التفكير في إعداد منهج تعليمي للمهارات الرياضية وبشكل خاص لتعليم بعض المهارات الأساسية لطلاب المرحلة الابتدائية.

تعد الألعاب الجماعية (كرة اليد وكرة السلة والكرة الطائرة) من الألعاب الرياضية الجماعية ذات القاعدة الجماهيرية الكبيرة التي تشتمل على مهارات كثيرة ومتنوعة، وتحتاج المهارات الأساسية والمركبة لهذه الألعاب إلى التعلم والتدريب المستمر في المراحل العمرية المبكرة للطفولة حتى بلوغ عمر الشباب. (الكوربو، 2022)

ولهذا اختار الباحثون الألعاب الجماعية لوجودها في المدارس كدرس منهجي وهي العمود الفقري للألعاب الأخرى.

وتشكل المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية المرتكزات الرئيسية لها فمن خلال إتقانها يتحسن مستوى الأداء، وتتطلب عملية التعلم على هذه المهارات تطوراً وتقدماً في الأداء، فضلاً عن تطور القدرات البدنية والمهارية كون هذه الألعاب تحتاج إلى لياقة بدنية عالية لتنفيذ مهاراتها وممارستها. (الكوربو، 2022)

والمدرسة الابتدائية هي المكان الذي يتعلم فيه التلميذ أنواع مختلفة من الأنشطة الحركية والبدنية حيث أنها القاعدة الأساسية لتعلم المهارات الحركية الأساسية، كما أنها من أهم مراحل حياة الإنسان ففيه تنمو قدرات الطفل وتتضج مواهبه وتكون قابلة للتأثير والتوجيه والتشكيل وتحديد اتجاهاته في المستقبل. (الجلوس، 2013)

وفي قسم معلم فصل بكلية التربية قصر بن غشير يتم تدريس الطالبات المهارات الأساسية للألعاب الفردية والجماعية بأنواعها كافة ضمن مقرر التربية البدنية هذه الدراسة لها دور مهم وهو معرفة مستوى بعض القدرات البدنية وبعض المهارات الأساسية لدى طالبات قسم معلم فصل، حيث يحرص قسم معلم فصل بكلية التربية قصر بن غشير على تخريج طالبات بعد إعدادهم إعداداً متكاملاً من الناحيتين النظرية والعملية

كونهم مدرسي المستقبل المطلوب منهم تدريس طلبتهم ما تعلموه في كليتهم من علوم بشكل علمي صحيح، وهنا تكمن مشكلة البحث وهو وجود ضعف واضح في مستوى القدرات البدنية في أداء بعض المهارات الأساسية، كذلك أهمية وجود نموذج في الأداء الحركي في مدارس التعليم الأساسي.

أهداف البحث:

1- التعرف على بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في الألعاب الجماعية لدى طالبات قسم معلم فصل بكلية التربية بقصر بن عشير.

تساؤلات البحث:

ايجاد درجات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في الألعاب الجماعية لدى طالبات قسم معلم فصل لكلية التربية بقصر بن عشير.
تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في الألعاب الجماعية لدى طالبات قسم معلم فصل لكلية التربية بقصر بن عشير.

بعض المصطلحات:

القدرات البدنية:

هي المقدرة على تنفيذ الواجبات اليومية دون تعب مفرط مع توافر قدر من الطاقة يسمح بمواصلة العمل والأداء خلال الوقت الحر، ومواجهة الضغوط البدنية في الحالات الطارئة (العال، 1993)

المهارات الأساسية:

هي كل الحركات التي يؤديها الفرد في حياته اليومية من مشي وجري وقفز وتوازن، حيث يمكن اكتسابها من خلال التجارب والخبرات الحركية المختلفة وتعد هذه المهارات هي القاعدة الأساسية التي تركز عليها المراحل العمرية القادمة. (عيد، 2006)

إجراءات البحث:

منهج البحث.

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على طالبات قسم معلم فصل بكلية التربية قصر بن عشير للعام الجامعي 2024-2025 البالغ عددهم (187) طالبة.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات الفصل السابع والثامن والبالغ عددهم (75) طالبة مثلوا نسبة 40 % من المجتمع الكلي.

التجانس:

من اجل معرفة تجانس أفراد عينة البحث جاء التجانس في الدراسة نتيجة اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهي طلاب قسم معلم فصل كلية التربية قصر بن غشير:

- 1 - الجنس - جميع افراد العينة من جنس الإناث.
- 2 - العمر الدراسي - جميع أفراد العينة في مرحلة دراسية واحدة والعمر الرياضي لهم (4) سنوات.
- 3- مستوى الأداء البدني والمهارى - مستوى الأداء لجميع أفراد العينة متقارب ولا توجد فوارق كبيرة.
- 4- وتم استخراج درجات الالتواء لكل اختبار

أدوات جمع المعلومات:

- المصادر العربية والاجنبية.
- استمارات تسجيل نتائج الاختبارات البدنية والمهارية.

الاجهزة المستخدمة:

- كاميرا ديجتال عدد 1/
- جهاز حاسوب نوع (p4).
- ساعة توقيت الكترونية عدد (2) تقيس لغاية 1/100 من الثانية.

الأدوات المستخدمة:

- كرات قانونية للألعاب الكرة الطائرة (10)، كرة السلة (10)، كرة اليد (10).
- صافرة عدد 2/
- قطع طباشير.
- شريط لاصق ملون.
- ملاعب كرة يد وكرة الطائرة وكرة السلة قانونية.

فريق العمل المساعد:

استعان الباحثون بعدد من فريق العمل المساعد وذلك لأجراء الاختبارات.

الاختبارات البدنية الخاصة بالبحث:-

تم تحديد الاختبارات البدنية الخاصة بالبحث من قبل الخبراء:

- 1- اختبار العدو 30 متراً من البدء العالي.
- 2- القوة المميزة بالسرعة (ثلاث وثبات طويلة).
- 3- اختبار الوثب العمودي لسارجنت.
- 4 - اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (252) متراً.
- 5- اختبار مهارة دقة التصويب من القفز.
- اختبارات المهارات الأساسية بكرة السلة:-
- أ- اختبار جامعة ولاية لويزيانا لمهارة للتمرير واستلام الكرة في كرة السلة.

جدول رقم (1): مستويات اداء اختبار نيسلون للتمرير في كرة السلة.

طالبة الكليات الجامعية	مستوى الأداء	طالبة الكليات الجامعية
44 فأكثر	ممتاز	47 درجة فأكثر
43-40	جيد	46-43
39-34	متوسط	42-37
33-32	ضعيف	36-33
31-0	ضعيف جداً	32-0

ب- اختبار جامعة ولاية لويزيانا للتصويب في كرة السلة.

جدول رقم (2): مستويات اداء اختبار نيلسون للتصويب في كرة السلة.

طالبة الكليات الجامعية	مستوى الأداء	طالبة الكليات الجامعية
14 فأكثر	ممتاز	18 درجة فأكثر
13-12	جيد	17-14
11-4	متوسط	13-7
3-2	ضعيف	6-3
1-0	ضعيف جداً	2-0

ج- اختبارات المهارات الأساسية بكرة الطائرة.

جدول رقم (3): معايير ومستويات اختبار التمرير من أعلى أو أسفل.

الجنس	متوسط	جيد	ممتاز
سيدات	49-30	69-50	100-70

د- اختبار استقبال الإرسال:

معايير ومستويات اختبار الاستقبال للإرسال

الجنس	متوسط	جيد	ممتاز
سيدات	49-30	69-50	100-70

هـ - اختبار تكرار التمرير على الحائط:

معايير ومستويات اختبار تكرار التمرير على الحائط

الجنس	متوسط	جيد	ممتاز
سيدات	49-30	69-50	100-70

الدراسة الاستطلاعية:

للتأكد من الأدوات والأجهزة المستخدمة وملاعب والقاعات الداخلية للكلية وكذلك من تخطيط الملاعب حسب ما موجود بالتعليمات الخاصة بكل اختبار التي سوف تجرى فيها الاختبارات المشمولة بالبحث وكذلك توضيح خطوات الاختبارات لفريق العمل المساعد وكيفية املء الاستمارات وعملية التسجيل للنقاط كذلك التأكد من أفراد العينة وتسجيل اسمائهم ضمن قوائم الاختبارات.

الدراسة الأساسية:

قام الباحثون بإجراء الاختبارات المهارية أولاً ثم البدنية وكما قاما بإجراء الاختبارات المهارية لكل لعبة ولأفراد العينة جميعهم ثم انتقل الى لعبة اخرى وهكذا وكانت عبارة عن اختبارات مهارية وبدنية للألعاب الجماعية قيد الدراسة وكما يأتي :

1- كرة اليد ثلاث اختبارات وهي (التنطيط بتغير الاتجاه لمسافة (30) متراً ، ودقة التصويب من القفز ، ومهارة المناولة والاستلام) .

2- كرة السلة وكانت اختبارين اختبار (جامعة ولاية لويزيانا للتصويب في كرة السلة ، واختبار جامعة ولاية لويزيانا للتمرير في الكرة السلة) .

3- الكرة الطائرة ثلاث اختبارات وهي (اختبار الإرسال من الأعلى أو الأسفل ، اختبار استقبال الإرسال ، واختبار تكرار التمرير على الحائط) .

أما الاختبارات للقدرات البدنية فكانت كما يأتي

1- اختبار الركض 30 متراً من البدء العالي.

2- اختبار القوة المميزة بالسرعة (الوثب للأمام لمرات عدة).

3- اختبار القوة الانفجارية (الوثب للأعلى لسارجنت) اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (252) متراً.

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث الحزمة الإحصائية SPSS

عرض النتائج ومناقشتها:

التساؤل الأول: ما الدرجات المعيارية لبعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في الألعاب الجماعية لدى طلاب قسم معلم فصل؟

تحديد الدرجات المعيارية الناتجة لاختبارات متغيرات البحث:

بعد اجراء الخطوات الخاصة بتطبيق اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية للألعاب الجماعية (كرة يد ، كرة السلة ، كرة الطائرة) على أفراد العينة تم الحصول على النتائج التي جاءت بدرجات خام ، ولتحقيق أهداف البحث المتمثلة بإيجاد الدرجات المعيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية لطلاب قسم معلم فصل ، تم الحصول على الدرجات الخام للاختبارات إذ يعد الحصول على الدرجات الخام من الأمور الميسورة بالنسبة للقياس إلا أن وجه الصعوبة يكمن في تفسير هذه الدرجات وإعطائها معنى ودلالة وذلك لاختلاف وسائل القياس من اختبار إلى آخر ومن أجل الوصول إلى معايير يجب تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية التي تعد وسيلة لتحديد الحالة النسبية للدرجات الخام ، ومن ثم يمكن تفسير هذه الدرجات وتقييم نتائجها . ومن خلال المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارات استخرج الباحثون الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وتم اختيار طريقة توزيع كاوس (التوزيع الطبيعي) لإيجاد الدرجات المعيارية، إذ افترض الباحثون إن انجاز أفراد العينة في مفردات الاختبار جميعها يتوزع توزيعاً طبيعياً ومن خصائص التوزيع الطبيعي أنَّ (99.72) من مفردات المجتمع تنحصر بين حدين يمثل الحد الأعلى قيمة الوسط الحسابي مضافاً اليه ثلاثة إنحرافات معيارية، بينما يمثل الحد الأدنى قيمة الوسط الحسابي مطروحاً منه ثلاثة إنحرافات معيارية.

ومن أجل التخلص من الاشارات السالبة والكسور في الدرجات المعيارية كان لا بد من استخدام الدرجة المعيارية المعدلة التي تسمى أيضاً بالدرجة التائية (ت) وهي (إحدى الوسائل القياسية للأرقام المسجلة من الأفراد على ضوء الوسط الحسابي والانحراف المعياري حتى يمكن عن طريقها وضع المستويات القياسية التي يتم في ضوءها تقييم الحالات الأخرى جميعها علماً أن قيم هذه الدرجات غالباً ما تتراوح من (20 - 80) درجة.

وإن الدرجة التائية للدرجات الخام ترتفع كلما ارتفع مستوى هذه الدرجات عن الوسط الحسابي كما في الاختبارات التي يتم فيها تسجيل وحدة القياس (عدد المرات، والمتر وأجزاءه ونقاط) وبشكل عكسي في

الاختبارات التي يتم فيها تسجيل وحدة القياس (الثانية وأجزؤها) أي أن الدرجة الثانية للدرجات الخام ترتفع كلما قل مستوى هذه الدرجات عن الوسط الحسابي. كما تم تحديد الجداول المعيارية الخاصة بأفراد عينة البحث، فضلاً عن تحديد المستويات المعيارية المقابلة للدرجات الثانية وتمكن الباحث من تأشير توزيع أفراد العينة عليها في كل من المتغيرات البدنية والمهارية للألعاب الجماعية التي اشتمل عليها البحث

تحديد مستويات معيارية لاختبارات متغيرات البحث

من أجل تحقيق أهداف البحث المتمثلة بتحديد المستويات المعيارية لعينة البحث، استخدم الباحثون طريقة توزيع كاوس التوزيع (الطبيعي) إذ أنه يعد "من أكثر التوزيعات شيوعاً في ميدان التربية البدنية لأن كثيراً من الصفات والخصائص تقاس في هذا المجال ويقتررب توزيعها من المنحنى الطبيعي" كذلك من الاساليب الموضوعية في تقدير الدرجات وخاصة إذا كانت المجموعة التي تجري عليها القياسات كبيرة. إذ أختار الباحثون توزيع المستويات إلى خمسة بحيث يكون لكل مستوى مدى (1.2) من الدرجات المعيارية التي تقابل في درجة التقسيم (12) درجة في التقسيم المئوي للدرجات المعيارية المعدلة وكانت على النحو الآتي : وتبدأ ب (20) - (31) الذي أطلق عليه المستوى الاول (ضعيف جداً) ونسبته المئوية بالتوزيع الطبيعي لكاس (4.86)، والمستوى الثاني الذي سمي ب (ضعيف) ونسبته (24.524)، أما المستوى الثالث فهو (متوسط) ونسبته (40.96)، والمستوى الرابع الذي أطلق (بالجيد) فهي (24.524)، وأخيراً المستوى الخامس فهو (جيد جداً) ونسبته (4.86).

التساؤل الثاني:

المستويات المعيارية والنسب المئوية لاختبارات البحث:

بعد تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية على أفراد عينة البحث في الألعاب الجماعية (كرة اليد و كرة السلة والكرة الطائرة) وكما موضح في أدناه:-

اختبارات القدرات البدنية:

جدول رقم (4): يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمستويات والنسب المئوية للتوزيع الطبيعي والمستويات والنسب المئوية لاختبارات القدرات البدنية.

ت	المستويات والنسبة المئوية للتوزيع الطبيعي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ضعيف جداً	ضعيف	متوسط	جيد	جيد جداً
1	اختبار الركض 30متر	7.9	1.60	صفر %	19.69 %	66.66 %	10.60 %	3.03 %
2	اختبار الوثب العريض لعدة مرات	4.63 م	0.45	صفر %	30.30 %	37.87 %	25.75 %	6.06 %

3	اختبار الوثب العمودي لسارجت	25.78 سم	6.15	صفر %	30.30 %	39.39 %	24.24 %	6.06 %
4	اختبار الركض بالمواجهة والظهر 52كم	124	4.36	3.03 %	27.27 %	40.90 %	24.24 %	4.54 %

اختبار الركض (30) متراً من البدء العالي:

يبين الجدول (4) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (7.9) بانحراف معياري مقداره (160) ، ويبين الملحق (3) الدرجات الخام والمعيارية والتأنيّة لأفراد عينة البحث في اختبار الركض 30 متراً من البدء العالي ، وبلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524)، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) .

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبارات القدرات البدنية لاختبار السرعة ، الركض 30 متر من البدء العالي، فقد بلغت (صفرًا) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (19.96) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (66.66) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (10.60) في المستوى الرابع (جيد) ، و (3.03) في المستوى الخامس (جيد جداً)

اختبار القوة المميزة بالسرعة - الوثب للأمام لمرات عدة:

يبين الجدول (4) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (4.63) بانحراف معياري مقداره (0.45) ويبين الملحق (2) الدرجات الخام والمعيارية والتأنيّة لأفراد عينة البحث في اختبار القوة المميزة بالسرعة.

و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524)، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) .

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبارات القدرات البدنية لاختبار القوة المميزة بالسرعة الوثب العريض لمرات عدة، فقد بلغت (صفرًا) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (30.30) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (37.87) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (25.75) في المستوى الرابع (جيد) ، و (6.06) في المستوى الخامس (جيد جداً)

اختبار القوة الانفجارية - الوثب العمودي لسارجت):

يبين الجدول (4) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (25.78) بانحراف معياري مقداره (6.15) ويبين الملحق (1) الدرجات الخام والمعيارية والتأئية لأفراد عينة البحث في اختبار القوة الانفجارية - الوثب العمودي لسارجنت وبلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمسة مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524)، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86).

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبارات القدرات البدنية لاختبار القوة الانفجارية ، الوثب العمودي لسارجنت ، فقد بلغت (صفرًا) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (30.30) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (39.39) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (24.24) في المستوى الرابع (جيد) ، و (6.06) في المستوى الخامس (جداً)

اختبار الركض بالمواجهة والظهر مسافة (252) متراً:

يبين الجدول (6) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية، إذ بلغ الوسط الحسابي (124) بانحراف معياري مقداره (4.36)، ويبين الملحق (4) الدرجات الخام والمعيارية والتأئية لأفراد عينة البحث في اختبار الركض بالمواجهة والظهر مسافة (252) متراً. و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمسة مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86)، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524)، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524)، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) .

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبارات القدرات البدنية لاختبار السرعة، الركض بالمواجهة مسافة (252) متراً ، فقد بلغت (3.03) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (27.27) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (40.90) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (24.24) في المستوى الرابع (جيد) ، و (4.54) في المستوى الخامس (جيد جداً) .

التحليل والمناقشة لاختبارات القدرات البدنية

اختبار الركض 30 متراً من البدء العالي يتضح أن أغلب أفراد عينة البحث في المستويين الثاني والثالث (الضعيف والمتوسط) وهذا يدل على وجود ضعف في عينة البحث من الناحية البدنية وكما حققت العينة في المستويين الرابع والخامس جيد وجيد جداً (أقل من المستوى المقرر للتوزيع الطبيعي، أما المستوى الأول فكانت النتائج لأفراد العينة جيدة إذ لا يوجد أي فرد من افراد العينة في المستوى الأول (ضعيف جداً)

وهذا الضعف يحتاج الى اعادة وتكرار وتعلم مستمر ومتواصل على السرعة أكثر من باقي القدرات البدنية كون السرعة تدخل في الالعاب الرياضية جميعها.

أما في اختبار القوة المميزة بالسرعة الوثب العريض للأمام ولمرات عدة) يتضح أن أغلب أفراد عينة البحث في المستويين الثاني والثالث الضعيف والمتوسط (وكما حققت العينة في المستويين الرابع والخامس (جيد وجيد جداً) أعلى من مستوى التوزيع الطبيعي لوجود بعض لاعبات الاندية ومنتخب الكلية ، أما المستوى الاول فكانت النتائج لأفراد العينة جيدة إذ لا يوجد أي من افراد العينة في المستوى الأول (ضعيف جداً) ، فعلى الرغم من وجود قسم من أفراد العينة في المستويين الرابع والخامس لكن يبقى القسم الأكبر في المستويين الثاني والثالث وهذا ضعفاً في المستوى البدني، كذلك احتاجت الطالبات الى قدرة القوة المميزة بالسرعة في أثناء أداء المهارات من خلال اللعب أو التعلم لمختلف الألعاب الرياضية فمثلاً في لعبة كرة اليد تحتاج الطالبة الى هذه القدرة في التهديف والدفاع وفي كرة السلة كذلك تدخل في أغلب مهاراتها مثل التخطيط والمناولة وفي الكرة الطائرة تدخل في مهارة الدفاع عن الملعب والحركات السريعة و "تتحكم العناصر الرئيسية للياقة البدنية في مستوى الوثب بشكل واضح ، وتظهر أهمية هذه العناصر بالتدريب التالي (قدرات السرعة - القوة)

أظهرت جداول نتائج اختبار الوثب العمودي لسارجنت : أن أغلب أفراد عينة البحث في المستويين الثاني والثالث (الضعيف والمتوسط) وهذا يدل على وجود ضعف في الناحية البدنية كذلك حققت العينة في المستوى الخامس (جيد جداً) أعلى من المستوى التوزيع الطبيعي وذلك لوجود بعض لاعبات الاندية ومنتخب الكلية لألعاب الساحة، أما المستوى الرابع فكان مساوياً لمستوى التوزيع الطبيعي ، إنَّ حصول أغلب أفراد العينة على نتائج تضعهم في المستويين الضعيف والمتوسط) وهذا يؤكد وجود الضعف في الناحية البدنية ، فبهذه الحالة يجب تأكيد الإهتمام بتتمية القدرات البدنية وخاصة الوثب العمودي من خلال الدروس العملية لكونه أحد القدرات المهمة والمشاركة بين الكثير من الألعاب الرياضي المختلفة ، وإنَّ احتياج الطالبات إلى هذه القدرة في الألعاب الجماعية مثلاً في لعبة كرة اليد وفي مهارة التهديف من القفز والدفاع وفي لعبة كرة السلة تدخل في السحب والمتابعة و الإعاقة القانونية للمنافس في أثناء التهديف وفي لعبة الكرة الطائرة في مهارة الضرب الساحق وفي مهارة جدار الصد " إنَّ القوة العضلية هي احدى العوامل الديناميكية للأداء الحركي كما انها سبب التقدم فيه.

نتائج اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (252) متراً يتضح أن عينة البحث في هذا الاختبار قد حققت نتائج جيدة إذ توزع أفراد العينة توزيعاً طبيعياً أعلى بقليل أو اقل بقليل من التوزيع المقرر لمستوى التوزيع الطبيعي وعلى الرغم من هذه النتيجة تبقى الحاجة الى التعلم والممارسة المستمر على تدريب العاب القوى لرفع المستوى البدني لطالبات الكلية.

أن تنمية القدرات البدنية المختلفة عملية مهمة جداً للطلاب لكونه سيؤدين المهارات بمختلف أنواعها أمام طلبتهم، وهو أسهل من تنمية القدرات المهارية لدى الطالبات كون الأخرى تتطلب قدرات توافقية عالية جداً وعمليات تعليم مستمرة بينما يمكن تطوير القدرات البدنية بشكل مفرد.

الإختبارات المهارية لكرة اليد:

جدول رقم (5): يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية للتوزيع الطبيعي والمستويات والنسب المئوية لاختبارات كرة اليد.

ت	المستويات والنسبة المئوية للتوزيع الطبيعي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ضعيف جداً	ضعيف	متوسط	جيد	جيد جداً
1	اختبار التنطيط بتغير الاتجاه لمسافة 30م	16.5	6.86	%9.09	%9.09	%78.78	%3.03	صفر %
2	اختبار دقة التصويب من القفز	2.81 درجة	1.3	%4.54	%63.63	%12.12	%13.63	%6.06
3	اختبار المناولة والاستلام	44.86	4.73	%9.09	%18.18	%36.36	%36.36	صفر %

اختبار التنطيط بتغير الاتجاه لمسافة (30) متراً:

يبين الجدول (7) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (16.5) بانحراف معياري مقداره (6.98) ، ويبين الملحق (5) الدرجات الخام والمعيارية والثانية لأفراد عينة البحث في اختبار التنطيط بتغير الاتجاه لمسافة (30) متراً بكرة اليد و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمسة مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجميل فهي (24.524)، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) .

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار التنطيط بتغير الاتجاه فقد بلغت (9.09) في المستوى الاول (ضعيف جداً) و(9.09) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (78.78) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (3.03) في المستوى الرابع (جيد) ، و (صفر) في المستوى الخامس (جيد جداً)

اختبار دقة التصويب من القفز:

يبين الجدول (7) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (2.81) بانحراف معياري مقداره (1.3)، ويبين الملحق (6) الدرجات الخام والمعيارية والثانية

لأفراد عينة البحث في اختبار دقة التصويب من القفز بكرة اليد و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524) ، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) . أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار دقة التصويب من القفز فقد بلغت (4.54) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (63.63) في المستوى الثاني ، و (12.12) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (13.63) في المستوى الرابع (جيد) (ضعيف) ، و (6.06) في المستوى الخامس (جيد جداً).

اختبار المناولة والاستلام:

يبين الجدول (7) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (144.86) بانحراف معياري مقداره (4.73) ، ويبين الملحق (7) الدرجات الخام والمعيارية والثانية لأفراد عينة البحث في اختبار المناولة والاستلام بكرة اليد و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524) ، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86). أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار المناولة والاستلام في كرة اليد فقد بلغت (9.09) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (18.18) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (36.36) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (36.36) في المستوى الرابع (جيد) ، و (صفر) في المستوى الخامس (جيد جداً)

التحليل والمناقشة لاختبارات كرة اليد:

ويتضح من مراجعة نتائج اختبار مهارة التتطيط بتغير الاتجاه لمسافة 30 متراً أن أغلب أفراد عينة البحث هم في المستوى الثالث (متوسط) بالدرجة الأولى والمستويين الأول و الثاني (ضعيف جداً وضعيف) بالدرجة الثانية أما في المستوى الرابع (جيد) فيوجد عدد قليل جداً والمستوى الخامس جيد جداً) فلا يوجد أي فرد من افراد العينة في هذا المستوى ، وذلك لكون مهارة التتطيط من المهارات التي تحتاج إلى توافق عضلي عصبي مستوى جيد ويأتي ذلك من التدريب المتواصل " تعد عملية التوافق المنتظم بين عمل كل من الجهازين العضلي والعصبي من أهم مقومات سرعة الأداء . ويعد التوافق العضلي من العوامل التي تتأثر إيجابياً بالتدريب " ، وجاءت تلك النتيجة الغير جيدة وذلك لكون الاختبار محدد بوقت وبحركة متعرجة وهذا لا يتيح للطالبة المجال بقطع المسافة المطلوبة باقل زمن ممكن.

وتبين نتائج اختبار دقة التصويب من القفز إن أغلب أفراد عينة البحث في المستوى الثاني (ضعيف) ويتوزع باقي أفراد العينة على المستوى الأول (ضعيف جداً) بصورة طبيعية أما التوزيع في المستويين الثالث والرابع (متوسط) وجيد بصورة غير جيدة دون الوسط أما في المستوى الخامس (جيد جداً) فكان التوزيع أعلى من المستوى المقرر وذلك لوجود لاعبات في منتخب الكلية والأندية الرياضية أما وجود أغلب أفراد العينة في المستوى الثاني (ضعيف) وذلك لأن مهارة دقة التصويب تحتاج إلى التكرار في الأداء وبشكل مستمر على صفة الدقة لكونها من الصفات الضرورية للطلاب (" وأهم المكونات التي تساعد على نجاح التهديد وهي ، الدقة - التركيز - الارتخاء - التوازن - الثقة - حدة الإبصار ، حيث إن دقة التصويب تحتاج إلى التدريب على السرعة والدقة والقوة وكذلك إلى التركيز والانتباه . نتيجة الاختبار كانت تسجل بعدد الاصابات وكان الوقت متاح امام افراد العينة لكن احتياج افراد العينة الى الربط بين القوة في الرمي مع السرعة وربطهما بدقة التصويب على الاهداف المرسومة على الحائط ، كان تركيز افراد العينة على اداء الحركة أخذ ثلاث خطوات ثم الرمي من القفز اثر على الدقة التصويب.

ومن خلال عرض نتائج اختبار المناولة والاستلام يتضح أن أغلب أفراد عينة البحث هم في المستوى الأول والمستوى الرابع (ضعيف جداً و جيد) وتوزع أفراد العينة على المستويات (ضعيف و متوسط) دون المستوى الطبيعي أما التوزيع في المستوى الخامس (جيد جداً) فلا يوجد من افراد العينة من حقق أي نتيجة في هذا المستوى ، ان تركز اغلبية افراد العينة في مستوى جيد وذلك لكون مهارة المناولة و الاستلام . هي من المهارات البسيطة وسهلة التعلم حيث يتضح من خلال دراستنا للتطور الحركي للإنسان هو أول ما يتعلمه هو اللفف والمسك.

الاختبارات المهارية لكرة السلة:

جدول رقم (6): يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمستويات والنسب المئوية للتوزيع الطبيعي والمستويات والنسب المئوية لاختبارات كرة السلة.

ت	المستويات والنسبة المئوية للتوزيع الطبيعي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ضعيف جداً	ضعيف	متوسط	جيد	جيد جداً
1	اختبار التصويب (الهدف)	3.5 هدف	1.68	4.54%	19.69%	59.09%	9.09%	7.57%
2	اختبار التمرير على الحائط	14.84د	7.779	صفر %	27.27%	57.57%	7.57%	7.57%

اختبار التصويب (التهديد):

يبين جدول (6) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية، إذ بلغ الوسط الحسابي (3.5) بانحراف معياري مقداره (1.68) ، ويبين الملحق (8) الدرجات الخام والمعيارية والتائية

لأفراد عينة البحث في اختبار التصويب بكرة السلة ، وبلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524) ، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) .

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار التصويب بكرة السلة فقد بلغت (4.54) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (19.69) في المستوى الثاني ، (ضعيف) ، و (59.09) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (9.09) في المستوى الرابع (جيد) ، و (7.57) في المستوى الخامس (جيد جداً)

اختبار مهارة التمرير على الحائط:

يبين جدول (6) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية، إذ بلغ الوسط الحسابي (14.84) بانحراف معياري مقداره (7.79) ، ويبين الملحق (9) الدرجات الخام والمعيارية والتأئية لأفراد عينة البحث في اختبار التمرير على الحائط بكرة السلة. و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524) ، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) .

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار التمرير على الحائط فقد بلغت (صفرًا) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (27.27) في المستوى الثاني (ضعيف)، و (57.57) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (7.57) في المستوى الرابع (جيد) و (7.57) في المستوى الخامس (جيد جداً)

التحليل والمناقشة لاختبارات كرة السلة

أما في اختبار التصويب التهديف فيتضح أن أغلب أفراد عينة البحث في المستوى الثالث (متوسط) وتوزع أفراد العينة في المستوى الخامس (جيد جداً) في المرتبة الثانية ويظهر (الضعيف) في المستوى الرابع أكثر من باقي المستويات إذ تحقق الثلث من المستوى الطبيعي المقرر أما المستوى الأول (ضعيف جداً) فكان توزيعه طبيعياً في المستوى الثاني فكان توزيعه اقل من التوزيع الطبيعي المقرر ، مما يدل على وجود ضعف في أداء مهارة التصويب التي تحتاج الى السرعة والدقة.

اختبار التمرير على الحائط من الحركة:

يتضح لنا أن أغلب أفراد عينة البحث في المستوى الثالث (متوسط) ويتوزع باقي أفراد العينة على المستويات (جيد جداً) في المرتبة الثانية و(ضعيف) في المرتبة الثالثة أما المتبقي من افراد العينة في المستوى الرابع

(جيد) ، في هذا الاختبار وبعد ملاحظة النسب المئوية لأفراد العينة وتمركز أغليتها في المستوى المتوسط والضعيف والجيد جداً تحتاج الطالبات الى محاضرات عملية أكثر لضبط المهارات الأساسية ، أن الطالبة التي تمارس لعبة كرة السلة يجب أن تطور الدقة مع الحد للسرعة الحركية ، ويجب أن تتكيف سرعة التمرير مع الموقف اللعبي.

الاختبارات المهارية للكرة الطائرة:

جدول رقم (7): يبين المستويات والنسب المئوية للتوزيع الطبيعي المستويات والنسب المئوية لاختبارات الكرة الطائرة.

ت	المستويات والنسبة المئوية للتوزيع الطبيعي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ضعيف جداً	ضعيف	متوسط	جيد	جيد جداً
1	اختبار الإرسال	26.10 درجة	9.99	12.12 %	33.33 %	22.72 %	16.66 %	15.15 %
2	اختبار استقبال الإرسال	27.07 درجة	18.81	صفر %	28.78 %	50 %	18.18 %	3.03 %
3	اختبار التمرير على الحائط	26.25 درجة	15.38	صفر %	30.30 %	46.96 %	16.66 %	6.06 %

اختبار الإرسال من الأعلى أو من الأسفل:

يبين لنا الجدول رقم (9) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (26.10) بانحراف معياري مقداره (9.99) ، ويبين الملحق (10) الدرجات الخام والمعدية والتائية لأفراد عينة البحث في اختبار استقبال الإرسال بالكرة الطائرة. و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمسة مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524) ، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) .

أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار الإرسال من الأعلى أو من الأسفل بالكرة الطائرة فقد بلغت (12.12) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (33.33) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (22.27) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (16.66) في المستوى الرابع (جيد) ، و (15.15) في المستوى الخامس (جيد جداً)

اختبار استقبال الإرسال:

ويبين الجدول رقم (9) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (27.07) بانحرافه معياري مقداره (18.81) ويبين الملحق (11) الدرجات الخام والمعدية والتائية لأفراد عينة البحث في اختبار استقبال الإرسال بالكرة الطائرة و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي

لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524) ، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86) . أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار استقبال الإرسال في الكرة الطائرة فقد بلغت (صفرًا) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (28.78) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (50) في المستوى الثالث (متوسط) و (18.18) في المستوى الرابع (جيد) و (3.03) في المستوى الخامس (جيد جداً).

اختبار التمييز على الحائط:

يبين الجدول رقم (9) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية والمستويات المعيارية ، إذ بلغ الوسط الحسابي (26.25) بانحراف معياري مقداره (15.38) ويبين الملحق (12) الدرجات الخام والمعيارية والتأئية لأفراد عينة البحث في اختبار استقبال لإرسال بالكرة الطائرة و بلغت النسب المئوية للتوزيع الطبيعي لخمس مستويات الذي أطلق على المستوى الأول منها بالضعيف جداً (4.86) ، والمستوى الثاني الذي سمي بالضعيف (24.524) ، أما في المستوى الثالث فهو الوسط ونسبته (40.96) ، والمستوى الرابع الذي أطلق عليه بالجيد فهي (24.524) ، وأخيراً المستوى الخامس فهو جيد جداً ونسبته (4.86). أما النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث على هذه المستويات في اختبار التمييز على الحائط في الكرة الطائرة فقد بلغت (صفرًا) في المستوى الأول (ضعيف جداً) و (30.30) في المستوى الثاني (ضعيف) ، و (46.96) في المستوى الثالث (متوسط) ، و (16.16) في المستوى الرابع (جيد) ، و (6.06) في المستوى الخامس (جيد جداً).

التحليل والمناقشة لاختبارات الكرة الطائرة:

أظهرت نتائج اختبار الإرسال بكرة الطائرة أنَّ أغلب أفراد عينة البحث في المستويين الأول والثاني (ضعيف وضعيف جداً) وهذا يدل على وجود ضعف مهاري في عينة البحث وكما حققت العينة في المستوى الخامس جيد جداً) بثلاثة أضعاف عن مستوى التوزيع الطبيعي وذلك لوجود بعض لاعبات الاندية والمنتخبات ، أما المستويان الثالث والرابع فكان دون مستوى التوزيع الطبيعي وهذا يؤكد وجود الضعف بالناحية المهارية ولأسباب نفسها التي ذكرها الباحثون للمهارات السابقة الذكر .

وفي اختبار استقبال الإرسال يتضح أنَّ أغلب أفراد العينة في المستويين الثاني والثالث (ضعيف ومتوسط) وهذا يدل على وجود ضعف في عينة البحث من الناحية المهارية وكما حققت العينة في المستويين الرابع والخامس (جيد وجيد جداً) دون المستوى المطلوب عن مستوى التوزيع الطبيعي وذلك لتركز أغلبية افراد العينة في المستويين الثاني والثالث . وهذا يدل على وجود الضعف في الناحية البدنية والمهارية ولكون مهارة استقبال الإرسال من المهارات الدفاعية وتحتاج الى تميز الرياضي الطالب) أو (الرياضي بلياقة بدنية عالية

ورشاقة في الحركة ، والى توافق عال جداً بين تقدير سرعة الكرة ومكان سقوطها والتوافق بين العين وحركة أجزاء الجسم في أثناء الأداء .

أما في اختبار تكرار التمرير على الحائط ويتضح أن أغلب أفراد عينة البحث في المستويين الثاني والثالث (الضعيف والمتوسط) وهذا يدل على وجود ضعف في عينة البحث من ناحية هذه المهارة وكما حققت العينة في المستوى الخامس (جيد جداً) أعلى من المستوى التوزيع الطبيعي وذلك لوجود بعض لاعبات الاندية ومنتخب الكلية ، أما المستوى الرابع فكان دون مستوى التوزيع الطبيعي وهذا يؤكد وجود الضعف في الناحية المهارية والبدنية ، أما في المستوى الاول (ضعيف جداً) فقد أظهرت النتائج عدم وجود أي من أفراد العينة في هذا المستوى وتعد هذه المهارة من المهارات الصعبة وذلك لمتطلبات التوافق بين العين وحركة الذراعين وقصر زمن ملامسة الكرة في أثناء الأداء وتغير سرعة واتجاه الكرة من الجدار في أثناء الأداء .

ومن خلال ملاحظتنا لنتائج الاختبارات البدنية والمهارية نجد أن أغلب أفراد عينة البحث كان موقعهم في المستويين (الثاني والثالث) اللذين سميا الضعيف والمتوسط فضلاً لما ذكره الباحثون توجد أسباب عدة لوجود تلك المستويات منها:

قلة إجراء الاختبارات الدورية كذلك قلة القيام بعملية التقويم الحقيقي لقدرات الطالبات خلال العام الدراسي الكامل وبصورة دورية وهو ما له أثر ايجابي للوقوف على المعوقات التي تحول دون تقدم مستوى الطالبات والحالة التدريسية بصورة عامة و الالعب الرياضية بصورة خاصة ، و إجراء اختبارات دورية للكشف عن قدرات الطالبات الحقيقية وهذا ما لا يتفق مع ما أشار إليه (المندلوي، 1989) و (السكري، 2005) " إن أهمية الاختبارات أهمية مضاعفة يعدها عملية مستمرة تدخل في المجالات كلها وفي المراحل العمرية سواء للناشئين أو للشباب أو للمستويات العليا) ولهذا فإن المستويات التي حققتها العينة دون المستوى المطلوب في اختبارات المتغيرات البدنية لأن (الرياضي لا يستطيع إتقان الأداء الحركي (التكنيك) في أية فعالية متخصص فيها في حالة افتقاره للصفات البدنية لنوع النشاط الممارس).

أساساً إن أحد أسباب ضعف مستوى الاداء المهارى للألعاب الجماعية لطلاب قسم معلم فصل في كلية التربية هو ضعف مستوى بعض الاداء المهارات الاساسية والتي هي أساس المهارات الرياضية في المستقبل وهذا ما أكدته (جميل، 2007) و (عنان، 2012) و (الحسيني، 2000) إن قلة الفرص المتاحة للطلاب باللعب الحر والتعبير عن ذاتهم قد أثر في عدم تطور مهارة الركض والبيئة الشاملة التي تحيط بالطالبة لا توفر المستوى الكافي لتعلم بعض المهارات الحركية كالركض والرمي والاستلام (القفز) وضعف درس التربية الرياضية وارتجالية وضع وتنفيذ منهجه قد أثر بعدم تطور بعض المهارات الحركية كالركض والقفز العريض من الثبات والاستلام (القفز) وقلة توفر الساحات والملاعب قد أثر في عدم تطور مهارة الركض والاستلام (القفز) والرمي والتي تحتاج لمكان واسع ومستوي يمكن ان تتحرك به الطالبة بحرية كاملة وقلة

الملاعب (القاعات الداخلية وذلك ناتج عن تزايد أعداد الطلبة أكثر من النسبة المقررة لاستيعاب الكلية وعدم اتباع بعض التدريسين من المتعنين حديثاً طرائق التدريس بصورة صحيحة وذلك لعدم ادخالهم دورات تطويره بصورة مستمرة.

الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحثون اليها ومناقشتها تم استنتاج ما يأتي:-

- 1- تم التوصل إلى إيجاد الدرجات المعيارية التائية والمستويات المعيارية لأفراد عينة البحث.
- 2- أغلب افراد عينة البحث في المستويات المعيارية لعينة البحث ضمن المستويات (ضعيف ومتوسط).
- 3- الضعف واضح في مستوى الأداء البدني والمهاري.
- 4- في بعض الاختبارات ظهر مستوى جيد وجيد جداً وذلك لوجود طلاب في منتخب الكلية لألعاب القوى أو احدى الألعاب الجماعية.
- 5- في الاختبارات التي تحتسب بالوقت كانت اغلب النتائج غير جيدة ولا تليق بطلاب قسم معلم فصل.
- 6- ظهرت نتائج المستوى الأول الذي سمي (ضعيف جداً) في ستة اختبارات (صفر) لا يوجد أحد من أفراد العينة في هذا المستوى، بينما في نتائج الاختبارات الـ(6) الاخرى كانت متذبذبة بين اعلى من أو اقل من المستوى الطبيعي لتوزيع كاوس علماً ان الاختبارات اخذت من مناهج الدراسة.

التوصيات:

- 1- القيام بعملية التقويم المستمر خلال العام الدراسي لمعرفة المستوى الحقيقي للطلاب بغية تطوير المستوى وتذليل الصعاب والتغلب على النواحي السلبية لديهم وتدعيم النقاط الإيجابية وتطويرها.
- 2- استخدام الدرجات المعيارية المعدلة والمستويات المعيارية عند إجراء عملية التقويم المستمر بين مدة وأخرى والمقارنة بين النتائج.
- 3- في بداية العام الدراسي القيام بعملية تقويم للوقوف على مستوى الطلبة الجدد في المراحل كافة ومقارنتها مع التقويم في كل فصل.
- 4- إجراء دراسات مشابهة سنوياً لمعرفة المستويات الحقيقية وتقويمها.
- 5- استخدام الدرجات والمستويات المعيارية للدراسة ومطابقتها مع الدراسات المشابهة التي سوف يقومون بها طلبة الدراسات العليا أو الاساتذة.
- 6- استخدام الاختبارات التي استخدمها الباحثون في اجراء عملية التقويم لكونها من ضمن مفردات المنهج ومناسبة لطالبات الكلية.

المراجع

1. إبراهيم خليل الحسيني. القدرات البدنية وعلاقتها بمستوى الإنجاز المهاري لدى لاعبي الكرة الطائرة. مجلة التربية الرياضية. 2000؛ 236-252.
2. إبراهيم محمد المحاسنة. القياس والتقويم الصفي. عمان: دار الجرير للنشر والتوزيع؛ 2009.
3. جواد علي سلوم. الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي. عمان: جامعة القادسية؛ 2004.
4. خيرية إبراهيم السكري. المهارات الأساسية في التربية الرياضية لرياض الأطفال. الإسكندرية: دار الوفاء؛ 2005.
5. دلال فتحي عيد. التربية الحركية في رياض الأطفال. القاهرة: المكتب الجامعي الحديث؛ 2006.
6. سالم محمد مفتاح. تقييم مستوى المعرفة الرياضية لطلبة قسم التدريس لكليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة. طرابلس: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس؛ 2013.
7. عبد الفتاح أحمد عبد العال. فسيولوجيا اللياقة البدنية. القاهرة (مدينة نصر): دار الفكر العربي؛ 1993.
8. عبد اللطيف سعد الحبلوص. أساليب تدريس قائمة على الذكاءات المتعددة وأثرها على تعلم بعض المهارات الحركية والتحصيل المعرفي بدرس التربية البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي. الإسكندرية: جامعة الإسكندرية؛ 2013.
9. عدي جميل. واقع مستوى بعض المهارات الحركية الأساسية لدى طالبات الأول متوسط بعمر 13 سنة. الإسكندرية: جامعة الإسكندرية؛ 2007. رسالة ماجستير.
10. قاسم حسن المنذلاوي. الاختبار والقياس والتقويم في التربية الرياضية. بغداد: مطبعة التعليم العالي؛ 1989.
11. كريمة الكوربو. دراسة أسباب اتجاه تلاميذ المرحلة الإعدادية للمشاركة في الألعاب الجماعية. مجلة علوم الرياضة والعلوم المرتبطة. 2022.
12. ليلي عبد القادر أبوشكيوة. دراسة بعض الخصائص البدنية والحركية لدى أطفال المرحلة السنية (6-9) وعلاقتها ببعض الحركات الأساسية المركبة بالجماهيمية الليبية. الإسكندرية: جامعة الإسكندرية؛ 2008.
13. محمد علي أحمد. دراسة تقييمية لاختبارات التحصيل الدراسي للمقررات التخصصية بكلية التربية البدنية. طرابلس: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس؛ 2017.
14. محمود عبد الفتاح عنان. سيكولوجيا التربية البدنية والرياضة. القاهرة: دار الفكر العربي؛ 2012.
15. وسام عبد الحسين. التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضة. بغداد: دار الكتب العلمية؛ 2013.