

بناء بطارية اختبار بدنية لانتقاء ناشئين كرة القدم تحت ١٥ سنة

*الباحث / يحيى فارس محمد ثابت

(رئيس مجلس ادارة نادى البطل الاوليمبى ، مدير فنى بقطاع الناشئين بنادى وادى دجلة)

اشراف :

مدخل البحث :

تعتبر عملية الانتقاء Selection فى المجال الرياضى من الدعامات الأساسية لتوجيه Guidance اللاعب إلى نوع النشاط الرياضى الذى يتفق وإمكاناته وقدراته، لأختيار أفضل العناصر البشرية المناسبة لطبيعة ومتطلبات نوع النشاط الرياضى الممارس والذى يتميز عن الأنواع الأخرى من الأنشطة الرياضية بتوافر قدرات وصفات وسمات معينة لدى الفرد الرياضى تؤهله لممارسته والوصول إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة. (٢ : ٥)

أن الإعداد البدنى يأتى فى المرتبة الأولى إذ أن القدرات البدنية يجب أن تنمى أولاً وبدرجة مناسبة لأن باقى الأهداف الفنية (المهارية، الخططية) التى تصاغ للأفراد أو الفرق فى الأنشطة الرياضية المختلفة يجب أن تعد فى حدود القدرات البدنية للاعبين ولهذا يجب مراجعة تنمية القدرات البدنية للاعبين عن طريق الاختبارات البدنية والفسولوجية المناسبة بصفة دورية لأن نتائج هذه الاختبارات تعد مرجعاً للأهداف الأخرى. (٢ : ٤)

وعلى الرغم من إن طبيعة الأداء فى كرة القدم تعتبر مُحصلة نهائية لعوامل عدة تتداخل فيما بينها كالمُحددات الأنتروبومترية والفسولوجية والبدنية والمهارية والنفسية .. فقد اتجهت معظم الأبحاث العلمية إلى دراسة هذه العوامل كل منها على حدة حتى يمكن التعرف عليها وعلى مدى تأثيرها على مستوى أداء اللاعبين.

كما يُشير عمرو أبو المجد، جمال إسماعيل النمكى (١٩٩٧ م) إلى أن احد الأساليب الهامة والمسئولة عن انخفاض مستوى الأداء فى البطولات العالمية وخلق نتائج هذه البطولات من إنجازات مصرية واضحة هو عدم الاعتماد على النظريات والمعلومات والأساليب وطرق القياس العلمى عند انتقاء الناشئين، كذلك عدم إجراء الانتقاء فى سن مبكر يسمح بالتدخل الصحيح. (٦ : ٨٤)

مشكلة البحث وأهميته :

إن مشكلة الانتقاء من أهم المشاكل التي يواجهها المتخصصون في المجالات الرياضية المختلفة، وذلك بهدف إعداد الرياضيين لعدة سنوات ووضع المعايير والبدنية والمهارية ، حيث تساعد في الوصول إلى المستويات العليا ، ومن خلال تلك المعايير يمكن الكشف المبكر عن الرياضيين الموهوبين، حيث يُعد الانتقاء الجيد من أكثر الضمانات التي تتيح فرص أكبر للنجاح واستثمار الوقت والمجهود والإمكانات.

تكمن أهمية الموضوع في كونه سيبين الصورة الحقيقية التي يجب الاعتماد عليها أثناء عملية الانتقاء، والمتمثلة في استعمال بطارية اختبارات للتقويم البدني والتي نرى أنها من أهم المعايير التي يجب أن يعتمد عليها المدرب في عملية الانتقاء للتمكن من ضبط مختلف المتغيرات الخاصة بالعملية، والتي تمكنه من اختيار لاعبين مناسبين ذو قدرات بدنية ومهارية متلائمة مع النشاط الممارس، والاستفادة من التقنيات الحديثة والمتطورة في هذا المجال، كما سنبين الكيفيات والطرق والأسس العلمية التي يجب الاعتماد عليها لضبط هذه الطريقة ضبطا دقيقا يتماشى مع المتطلبات الحديثة لرياضة كرة القدم، زد إلى ذلك هي عبارة عن توعية لمختلف المدربين الذين يقعون في خطأ الاعتماد على الملاحظة والمباريات كمعايير لعملية الانتقاء، والانتقال من جانب الصدفة إلى الجانب العلمي في عملية الانتقاء والاعتماد على بطارية الاختبارات كأساس علمي لانتقاء لاعبي كرة القدم.

ومن خلال عمل الباحث كمدير فني بقطاع الناشئين بنادى وادى دجلة ومروره بعدد وفير من اللاعبين في مختلف المراحل السنية وايضا تدريب بعض هذه المراحل السنية فى المنتخب المصرى لاحظ بأن عملية انتقاء واختيار اللاعبين المتميزين بالجوانب والقدرات المتميزة تتم عن طريق الخبرة الذاتية للمدربين وتعتمد أساليب لا ترتق الى الأسس العلمية لتطبيقها والذي أدى إلى ظهور مشاكل متعددة لهذه العملية منها زج أعداد كبيرة من المبتدئين في برامج تدريبية وصرف الكثير من الجهد والمال ومن ثم فإنهم يكونون غير قادرين على المواصلة في ممارسة اللعبة والوصول للمستوى العالي بسبب عدم ملائمة قسم من قدراتهم ومنها المهارية للعبة كرة القدم.

واكد محمد حسن علاوى ، نصر الدين رضوان ان للوصول إلى نتائج علمية ودقيقة يجب الاعتماد على أسس منهجية وعلمية واضحة ومضبوطة. (٨ : ٢٣) وعلى هذا الأساس تم التدرج في هذا العمل وفق لهذه الخطوات، حيث كانت الانطلاقة من تحديد المشكلة وتحليلها ، ثم التطرق إلى حيثيات الموضوع لتكوين خلفية نظرية عنه، وكذا تحديد أهم الطرق والوسائل التي يجب استعمالها ميدانيا فكانت بطارية الاختبارات البدنية والمهارية هي الأداة الأساسية للبحث .

حيث أن الانتقاء يهدف في الأساس إلى :

الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية، وهم الناشئون ذوى الاستعدادات والقدرات العالية التي تمكنهم من الوصول إلى المستويات العليا للأداء في مجال النشاط المعين، والتنبؤ بما ستؤول إليه هذه الاستعدادات والقدرات في المستقبل.

توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لميلهم واتجاهاتهم بهدف الترويح واستثمار وقت فراغهم، حيث الوصول إلى مستويات أداء عالية يمثل لهؤلاء هدفا ثانويا. (١ : ٢٣) الوفاء بمتطلبات النشاط الرياضى البدنية، المهارية، الفسيولوجية، والنفسية، والاجتماعية.

تقنين للوقت للوصول إلى المستويات العليا. (١١ : ٤٨٣)

تقنين جهود المدربين وتركيزها بشكل مثمر. (١١ : ٤٨٣)

تنظيم الإمكانيات المتاحة في عمليتي التعليم والتدريب للأفراد الذين يمكنهم

الوصول إلى المستويات الرياضية العليا. (٧ : ١٥٦)

ويرى **صبحى حسنين (١٩٩٦ م)** أن ارتباط القياسات الجسمية بالعديد من القدرات الحركية أساس للتفوق في الأنشطة الرياضية المختلفة، وأن البناء الجسمى ووزن الجسم والطول وروافع الجسم تعتبر من أهم العوامل التي تحدد المهارة الرياضية ويتأسس عليها الوصول للمستويات الرياضية العليا. (٩ : ٤٤)



ونظراً لتعدد المشكلات التي تعوق عملية التحديد لطريقة موحدة يمكن من خلالها اختيار الناشئين في كرة القدم تحت ١٥ سنة ، يرى الباحث أهمية تحديد سن معين يمكن من خلاله الابتعاد عن كثير من المشاكل التي تقابل القائمين على الاختيار في رياضة كرة القدم، وقد وقع اختيار الباحث على المرحلة السنية (١٥ سنة) وتعتبر هذه المرحلة مرحلة نهاية مرحلة الطفولة وبداية المراهقة وهي هامة لنمو أهم المواصفات الضرورية للنجاح في رياضة كرة القدم، حيث تشير المراجع والدراسات المختلفة إلى أن فترة نمو القوة العضلية هو من (١٣ : ١٥ سنة)، ويرجع ذلك لزيادة حجم العضلات ووزن الجسم (١ : ٣٩) ، ويصل أعلى مُعدل للقدرة العضلية في سن (١٥ : ١٦ سنة) ويتوقف عند سن (١٧ سنة) (٤ : ٤٩)

، كما يقترب نمو السرعة في سن (١٣ : ١٤ سنة) (١ : ١٨٥) .

كما يُشير **مصطفى كاظم وآخرون (١٩٨٢ م)** أن نمو المرونة في المفاصل يتوقف تقريباً عند عمر (١٤ : ١٥ سنة) وأن فترة النمو السريعة في الطول هي (١٢ : ١٤ سنة) .

بينما يُشير **عصام حلمي (١٩٨٠ م)** إلى أن الرشاقة لا يمكن تطويرها بعد سن (١٤ سنة)، وعلى ذلك يمكن تتميتها قبل ذلك، كما أن سرعة أداء الحركات تصل قمة النضج في سن (١٤ سنة)، حيث أنها تعتمد بشكل كبير على وظائف الجهاز العصبي المركزي. (٥:١٦٢)

تعتبر عملية انتقاء اللاعبين من أهم العمليات التي يجريها أغلب النوادي الرياضية وذلك لاختيار أحسن الرياضيين والذين تظهر لديهم بعض المؤهلات التي تساعدهم على التفوق في هذه الرياضة، ورياضة كرة القدم كباقي الرياضات الأخرى تجري هذه العملية لاختيار اللاعبين الأكفاء لهذه اللعبة اللذين تتوفر فيهم عدة مميزات وخصائص من أهمها القدرات البدنية والمهارية التي يتم توضيحها عن طريق مجموعة من الاختبارات الميدانية يجريها النادي على اللاعبين لتحديد مستوى كل لاعب وتحديد قدرات كل لاعب بشكل علمي ومضبوط.

(٨ : ٢٤)

ولقد اقترنت عملية التقويم بعملية الانتقاء لما لها من أهمية في توضيح أهم الصفات والخصائص التي يتميز بها كل لاعب على حدا وحتى تحديد مستوى الفريق بصفة عامة، حيث أن عملية التقويم تستند إلى مجموعة من الاختبارات المقننة بصورة علمية ودقيقة يتم تطبيقها على اللاعبين الذين يخضعون لعملية الانتقاء، وبذلك يكون من الواجب على كل فريق أن يهيئ بطارية اختبار تخدم متطلبات كل حالة من الحالات المراد اجراء عملية الانتقاء لأجلها، ويتطور البحوث العلمية المتواصلة في هذا المجال فلقد ظهرت تقنيات حديثة ومتطورة تساعد في تسهيل هذه العملية وضبطها.

وكرة القدم المصرية كغيرها من البلدان تقوم نواديها بعملية الانتقاء ولكن ما يلاحظ هو أن أغلب النوادي الرياضية تعتمد في عملية الانتقاء على الملاحظة البيداغوجية للمدرب أو بعض المساعدين من خلال منافسة منظمة لذلك الغرض، دون إخضاع اللاعبين لمجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية وهذا ما يشكك في مصداقية عملية الانتقاء وهذا من بين الأسباب التي تؤدي إلى عدم تحقيق النتائج المرجوة من الفريق وعدم استمراريته في المشوار الرياضي أو مقاومة مختلف الأزمات، واستعمال بطارية اختبارات بتقنيات حديثة لعملية التقويم البدني لكل لاعب تمكن من تحديد القدرات البدنية والمهارية تحديدا دقيقا وعلميا، وليس افتراضيا، وتمكن من اختيار اللاعبين الأكفاء حقا وليس صدفة.

لذا يرى الباحث أن عملية إختيار لاعب كرة القدم ليست بالأمر السهل حيث تتعدد الجوانب التي يعتمد عليها الإختيار ومنها القياسات الأنثروبومترية والفسيولوجية والبدنية، والتي قد تؤثر هذه الجوانب هي وغيرها بصورة متكاملة في مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم.

وبتحليل الأداء المهاري للعبة كرة القدم يلاحظ أنها تتطلب صفات جسمية وفسيولوجية وبدنية خاصة تميزها عن غيرها من الأنشطة الرياضية الأخرى لذا فإن توافر مثل هذه المتطلبات لكل من يمارسها يمكن أن يعطيه فرصة أكبر في إمكانية الوصول للمستويات العالية.

لذا فكر الباحث فى إجراء بحث لبناء بطارية اختبار بدنية لتحديد الاختبارات المناسبة لهذه المرحلة حتى يمكن أنتقاء الناشئين بشكل علمى .

أهداف البحث :

يهدف البحث الى محاولة بناء بطارية اختبار بدنية ومهارية لانتقاء ناشئى كرة القدم تحت ١٥ سنة ، من خلال :

- ١ - قياس المتغيرات البدنية المميزة لناشئى كرة القدم تحت ١٥ سنة (عينة البحث) .
- ٢ - تحديد المتغيرات البدنية التى تصلح كمحددات لانتقاء ناشئى كرة القدم تحت ١٥ سنة .

تساؤلات البحث :

- ١ - ما هو البناء العاملى للمتغيرات البدنية المميزة لناشئى كرة القدم تحت ١٥ سنة ؟
- ٢ - ما هى العوامل المستخلصة التى يمكن تمثيلها بالمتغيرات البدنية تصلح فى مجموعها كمحددات لانتقاء ناشئى كرة القدم تحت ١٥ سنة ؟

التعريفات المستخدمة فى البحث :

١- الانتقاء فى كرة القدم (تعريف اجرائى) :

هو عملية تتم من خلالها اختيار افضل العناصر بناءا على معايير موضوعية دقيقة تساعد على اكتشاف الموهوبين فى كرة القدم .

٢- المحدد البدنى فى كرة القدم (تعريف اجرائى) :

هو الصفة او القدرة البدنية الخاصة بنشاط كرة القدم وذات تأثير ايجابى كبير على مستوى اللياقة البدنية للاعب كرة القدم .

٣- البناء العاملى (تعريف اجرائى) :

هو مجموعة من الاساليب الاحصائية التى تهدف الى تخفيض عدد المتغيرات او البيانات المتعلقة بظاهرة معينة اى استخدامها يساعد على اختزال العوامل الى عوامل اقل .

٤ - الاختبار :

موقف يتم وضعه وتقنيته لإظهار سلوك معين (مهاري، بدني، وظيفي، نفسي، معرفي) حيث أن هذا السلوك يتطلب استجابة أو تفاعل بين الشخص المختبر ومادة الاختبار. (٤٥:٣)

٥ - بطارية القياس (الاختبار) :

يقول " محمد صبحي حسنين " في تعريفه للبطارية: هي مجموعة من الاختبارات المقننة والمطبقة على نفس الأشخاص ومعاييرها المشتقة تسمح بالمقارنة، وقد يقصد بالبطارية أحيانا اختبار أو أكثر أعطيت لنفس الأشخاص سواء قننت معا أو لم تقنن. (٩ : ٤١)

٦ - الاختبارات البدنية فى كرة القدم (تعريف إجرائي) :

هي الاختبارات التي تقيس الصفات البدنية الضرورية للاعبى كرة القدم .

اجراءات البحث :

اولا : المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهج الوصفى نظرا لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبى كرة القدم تحت ١٥ سنة (مواليد ٢٠٠٤) المسجلين

بالاتحاد المصرى لكرة القدم - اندية دورى المناطق موسم ٢٠١٨ / ٢٠١٩ .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبى كرة القدم تحت ١٥ سنة

(مواليد ٢٠٠٤) والمقيدين بسجلات الاتحاد المصرى لكرة القدم من اندية دورى

المناطق وتم اختيار العينة من اندية (الاهلى - وادى دجلة - الزمالك - البطل

الاوليمبى - انبى - نجوم المستقبل) ، موسم ٢٠١٨ / ٢٠١٩ م .

جدول (١) توصيف عينة البحث ن = ٧٥

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	166.2107	6.12204	.757١
الوزن	كجم	80.8947	120.29574	-.660



تشير نتائج جدول (١) إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيري الطول والوزن ، كما يتضح من الجدول تجانس أفراد عينة البحث حيثُ تراوح معامل الالتواء ما بين (٣±) .

وكان عدد العينة الاساسية (٧٥) لاعب ، والعينة الاستطلاعية ٢٥ لاعب ، واجمالي عددهم ١٠٠ لاعب وجميعهم خضعوا للاختبارات البدنية والمهارية المختارة قيد البحث ، ويوضح جدول (٢) افراد عينة البحث وهم كما يلي :

جدول (٢) افراد العينة

العينة الاستطلاعية		العينة الاساسية				
منطقة الجيزة	منطقة القاهرة	منطقة الجيزة لكرة القدم		منطقة القاهرة لكرة القدم		المنطقة التابع لها
نجوم المستقبل	النصر	البطل الاولمبي	الزمالك	وادى دجلة	الاهلى	النادى
		٢٠ لاعب	١٧ لاعب	١٨ لاعب	٢٠ لاعب	عدد اللاعبين
١٢ لاعب	١٣ لاعب	المركز الاول (دور المجموعات)	المركز الاول - سوبر	المركز الثانى	المركز الاول	ترتيب الفريق داخل المجموعة
	٢٥ لاعب	٧٥ لاعب				
مجموع عدد لاعبي العينة الاساسية والعينة الاستطلاعية = ١٠٠ لاعب						

الاختبارات البدنية للبحث :

- ١- اختبار الوثب العريض من الثبات ، وحدة القياس المسافة بالسنتيمتر
- ٢- اختبار وثب بالقدمين / ١٠ حواجز ، وحدة القياس الزمن بالثانية
- ٣- اختبار دفع الارض بالذراعين مع لمس الكفين/ ق ، وحدة القياس التكرارات/ق
- ٤- اختبار الحجل بالقدم اليمنى / ق. وحدة القياس المسافة المقطوعة / ق
- ٥- اختبار الحجل بالقدم اليسرى لمسافة / ق. وحدة القياس المسافة المقطوعة/ق
- ٦- اختبار جرى ٩ دقائق ، وحدة القياس المسافة المقطوعة فى ٩ دقائق
- ٧- اختبار جرى ١٦٠٠ متر ، وحدة القياس الزمن لاقرب ثانية
- ٨- اختبار جرى ٢٤٠٠ متر ، وحدة القياس الزمن لاقرب ثانية
- ٩- اختبار بارو ، وحدة القياس الزمن لاقرب ثانية
- ١٠- اختبار الينوى ، وحدة القياس الزمن بالثانية
- ١١- اختبار T-Test ، وحدة القياس الزمن بالثانية
- ١٢- اختبار Witty لسرعة رد الفعل ، وحدة القياس الزمن لاقرب ثانية

- ١٣- اختبار ٥٠ متر عدو ، وحدة القياس الزمن لاقرب ثانية
١٤- اختبار ٤٠ متر عدو ، وحدة القياس الزمن لاقرب ثانية
١٥- اختبار ٣٠ متر عدو ، وحدة القياس الزمن لاقرب ثانية
١٦- اختبار الوثب بالقدم اليمنى ٥ مرات ، وحدة القياس مسافة الارتفاع بالسهم
١٧- اختبار الوثب بالقدم اليسرى ٥ مرات ، وحدة القياس مسافة الارتفاع بالسهم
١٨- اختبار الوثب بالقدمين ٥ مرات ، وحدة القياس مسافة الارتفاع بالسهم
الادوات المستخدمة في البحث :

- رستاميتير لقياس الطول CM - ساعات ايقاف - ملعب كرة قدم - جهاز Witty
- كرات قدم مقاس ٥ - اقماع مختلفة الارتفاع - ١٠ حواجز - شريط قياس بالمتر
- جهاز تحليل مكونات الجسم Body Composition - جهاز Optogait

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات البدنية قيد البحث

(ن = ٧٥)

البيان	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
المتغيرات الوصفية	الوزن	كجم	80.8	120.2	.75
	الطول	سم	166.2	6.1	-.660
المتغيرات البدنية	الوثب العريض من الثبات	سم	184.2	18.9	-.42
	وثب بالقدمين / ١٠ حواجز	الزمن بالثانية	6.3	.92	-.21
	دفع الارض بالذراعين مع لمس الكفين/ ق	تكرارات / ق	24.2	8.2	.27
	الحجل بالقدم اليمنى / ق	تكرارات / ق	75.9	9.7	-.31
	الحجل بالقدم اليسرى لمسافة / ق	تكرارات / ق	71.8	12.8	-.07
	جرى ٩ دقائق	المسافة بالمتر	1886.2	68.3	1.3
	جرى ١٦٠٠ متر	الزمن بالثانية	8.8	.66	.49
	جرى ٢٤٠٠ متر	الزمن بالثانية	9.7	.44	1.17
	بارو	الزمن بالثانية	17.1	.85	-.620
	الينوى	الزمن بالثانية	17.9	.37	.72
	T-Test	الزمن بالثانية	11.0	.61	.54
	Witty لسرعة رد الفعل	الزمن بالثانية	.58	.13	.85
	٥٠ متر عدو	الزمن بالثانية	7.2	.33	-.69
	٤٠ متر عدو	الزمن بالثانية	6.2	.26	.077
	٣٠ متر عدو	الزمن بالثانية	5.07	.22	-.82
الوثب بالقدم اليمنى ٥ مرات	الارتفاع بالسهم	29.5	5.1	-.048	
الوثب بالقدم اليسرى ٥ مرات	الارتفاع بالسهم	15.2	3.0	0.04	
الوثب بالقدمين ٥ مرات	الارتفاع بالسهم	15.49	3.77	0.46	



* يتضح من جدول (٣) ان معامل الالتواء للمتغيرات البدنية قيد البحث تنحصر ما بين (٣+ ، ٣-) مما يدل على اعتدالية البيانات .

جدول (٥)

قيم تشبعات الاختبارات البدنية على العوامل المستخلصة قبل التدوير

الاشتركيات	العوامل المستخلصة							الاختبارات
	العامل السابع	العامل السادس	العامل الخامس	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الاول	
.453	-.014	-.041	.043	.296	-.093	.593	-.036	الوثب العريض من الثبات
.762	.583	.091	.056	-.497	.187	-.356	.044	وثب بالقدمين / ١٠ حواجز
.580	-.005	.234	.084	-.246	.384	-.141	.538	دفع الارض بالذراعين مع لمس الكفين/ ق
.815	-.061	.113	-.506	-.396	.245	.402	-.405	الحجل بالقدم اليمنى / ق
.832	-.136	.175	-.491	-.384	.410	.461	-.120	الحجل بالقدم اليسرى لمسافة / ق
.715	.040	-.515	-.458	.409	.054	.037	.260	جرى ٩ دقائق
.691	.127	.317	.161	-.050	-.347	.519	-.395	جرى ١٦٠٠ متر
.536	-.153	.402	.201	.130	-.336	.211	-.369	٢٤٠٠ متر
.845	-.130	.125	.181	.165	.435	.095	.744	بارو
.588	-.116	.310	-.160	.528	.296	.159	.249	الينوى
.789	-.236	.106	.228	-.118	.300	.071	.749	T-Test
.828	.535	.354	-.091	.567	.290	.035	-.028	Witty لسرعة رد الفعل
.794	-.038	-.169	.202	-.216	-.269	.663	.405	٥٠ متر عدو
.871	.138	-.099	.195	-.134	.059	.377	.800	٤٠ متر عدو
.761	.474	-.132	-.128	-.012	-.208	.513	.442	٣٠ متر عدو
.696	.053	-.005	.243	.016	.317	.141	-.717	الوثب بالقدم اليمنى ٥ مرات
.854	-.044	-.249	.197	.120	.586	.207	-.593	الوثب بالقدم اليسرى ٥ مرات
.807	.108	-.306	.411	-.024	.450	.257	-.514	الوثب بالقدمين ٥ مرات
	١,٠٣	١,٠٩	١,٢٦	١,٦٠	١,٨٧	٢,٢٠	٤,١٣	الجذر الكامن
	٧٣,٤٢	٦٧,٦٦	٦١,٥٧	٥٤,٥٥	٤٥,٦٢	٣٥,٢٢	٢٢,٩٩	نسبة التباين

* يوضح جدول (٥) قيم تشبعات الاختبارات البدنية على العوامل المستخلصة قبل التدوير .



جدول (٦)

قيم تشبعات الاختبارات البدنية على العوامل المستخلصة بعد التدوير

الاختبارات	العوامل المستخلصة							
	العامل السابع	العامل السادس	العامل الخامس	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الاول	
الوثب العريض من الثبات	.453	.159	.439	.118	.061	.431	.160	-.076
وثب بالقدمين / ١٠ حواجز	.762	.039	-.870	-.017	.024	-.019	.009	.053
دفع الارض بالذراعين مع لمس الكفين/ ق	.580	.043	-.288	-.056	.073	-.049	-.143	.681
الحجل بالقدم اليمنى / ق	.815	-.045	-.023	.064	.861	.008	.154	-.207
الحجل بالقدم اليسرى لمسافة / ق	.832	.008	.024	.000	.897	.061	.099	.119
جرى ٩ دقائق	.715	.163	.290	-.742	-.016	.174	-.110	-.110
جرى ١٦٠٠ متر	.691	.062	.118	.646	.144	.329	.107	-.341
٢٤٠٠ متر	.536	.055	.275	.629	-.033	-.043	.002	-.243
بارو	.845	.206	.123	-.172	-.097	.134	-.066	.852
الينوى	.588	.554	.395	-.062	.078	-.059	-.076	.327
T-Test	.789	-.088	.035	-.073	-.051	.139	-.147	.855
Witty لسرعة رد الفعل	.828	.898	-.075	.001	-.066	.030	.098	-.023
٥٠ متر عدو	.794	-.313	.196	.134	.041	.763	-.063	.227
٤٠ متر عدو	.871	-.051	-.051	-.130	-.083	.658	-.157	.619
٣٠ متر عدو	.761	.168	-.078	-.133	.052	.815	-.203	.021
الوثب بالقدم اليمنى ٥ مرات	.696	.076	-.019	.254	.134	-.189	.707	-.267
الوثب بالقدم اليسرى ٥ مرات	.854	.077	.117	-.055	.175	-.164	.875	-.093
الوثب بالقدمين ٥ مرات	.807	-.044	-.046	.047	.026	.050	.890	-.078
الجذر الكامن	١,٣٧	١,٤٤	١,٥٤	١,٦٦	٢,١١	٢,٢٧	٢,٨٠	
نسبة التباين	٧٣,٤٢	٦٥,٨١	٥٧,٧٦	٤٩,١٨	٣٩,٩٦	٢٨,١٩	١٥,٥٧	

* يتضح من جدول (٦) انه تم استخلاص ٧ عوامل افتراضية يتشعب عليها

الاختبارات البدنية بقيم تشعب صغرى وكبرى وبنسبة مساهمة (٧٣,٤٢)

- المعالجات الإحصائية:

- أستخدام الباحث فى معالجة البيانات إحصائياً الحاسب الآلى الشخصى باستخدام البرنامج الإحصائى SPSS واستخدام المعالجات التالية :
- الاحصاء الوصفى .
 - قيم الارتباط بيرسون .
 - التحليل ألعاملي البسيط من الدرجة الاولى .
- عرض النتائج الخاصة ببطارية الاختبارات البدنية :
- جدول (٧)

قيم تشبعات الاختبارات البدنية على العامل الاول

ن = ٧٥

م	اسم الاختبار	العنصر	قيم التشبع
١	T test	رشاقة	٠,٨٥٥
٢	بارو	رشاقة	٠,٨٥٢
٣	دفع الارض بالذراعين مع لمس الكفين	قدرة الذراعين	٠,٦٨١

تشبع على العامل الاول (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٨٥٥ - ٠,٦٨١) وتدور هذه الاختبارات حول عنصرى (الرشاقة والقدرة) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (الرشاقة)

جدول (٨)

قيم تشبعات الاختبارات البدنية على العامل الثانى

ن = ٧٥

م	اسم الاختبار	العنصر	قيم التشبع
١	وثب بالقدم اليمنى ٥ مرات	القدرة العضلية	٠,٨٥٥
٢	وثب بالقدم اليمنى ٥ مرات	القدرة العضلية	٠,٨٥٢
٣	وثب بالقدمين ٥ مرات	القدرة العضلية	٠,٦٨١



تشبع على العامل الثانى (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٨٩٠ - ٠,٧٠٧) وتدور هذه الاختبارات حول عنصر (القدرة العضلية) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (القدرة العضلية) .

جدول (٩)

قيم تشبعات الاختبارات البدنية على العامل الثالث

ن = ٧٥

م	اسم الاختبار	العنصر	قيم التشبع
١	عدو ٣٠ متر	السرعة الانتقالية	٠,٨١٥
٢	عدو ٥٠ م	السرعة الانتقالية	٠,٧٦٣
٣	عدو ٤٠ م	السرعة الانتقالية	٠,٦٥٨

تشبع على العامل الثالث (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٨١٥ - ٠,٦٥٨) وتدور هذه الاختبارات حول عنصر (السرعة الانتقالية) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (السرعة) .

جدول (١٠)

قيم تشبعات الاختبارات البدنية على العامل الرابع

ن = ٧٥

م	اسم الاختبار	العنصر	قيم التشبع
١	جرى ٩ ق	التحمل	٠,٧٤٢
٢	جرى ١٦٠٠ م	التحمل	٠,٦٤٦
٣	جرى ٢٤٠٠ م	التحمل	٠,٦٢٩

تشبع على العامل الرابع (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٧٤٢ - ٠,٦٢٩) وتدور هذه الاختبارات حول عنصر (التحمل) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (التحمل) .

الاستنتاجات :

- فى ضوء اهداف البحث وتساؤلاته وفى حدود عينة البحث واستنادا الى المعالجات الاحصائية وماتم التوصل اليه من نتائج يمكن استخلاص النتائج التالية :
- ١- تشبع على العامل الاول (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٨٥٥ - ٠,٦٨١) وتدور هذه الاختبارات حول عنصرى (الرشاقة والقدرة) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (الرشاقة) .
وهذه الاختبارات هى : اختبار **T - test** للرشاقة بجهاز **Witty** ، واختبار بارو للرشاقة ، واختبار دفع الارض بالذراعين مع لمس الكفين لقياس القدرة العضلية لعضلات الذراعين .
 - ٢- تشبع على العامل الثانى (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٨٩٠ - ٠,٧٠٧) وتدور هذه الاختبارات حول عنصر (القدرة العضلية) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (القدرة العضلية) .
وهذه الاختبارات هى : اختبار وثب بالقدم اليمنى ٥ مرات على جهاز ال **Optogait** لقياس القدرة العضلية للقدم اليمنى ، اختبار وثب بالقدم اليسرى ٥ مرات على جهاز ال **Optogait** لقياس القدرة العضلية للقدم اليسرى ، واختبار وثب بالقدمين ٥ مرات على جهاز ال **Optogait** لقياس القدرة العضلية للرجلين .
 - ٣- تشبع على العامل الثالث (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٨١٥ - ٠,٦٥٨) وتدور هذه الاختبارات حول عنصر (السرعة الانتقالية) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (السرعة) .
وهذه الاختبارات هى : اختبار عدو ٣٠ م على جهاز **Witty** لقياس السرعة الانتقالية ، و اختبار عدو ٥٠ م على جهاز **Witty** لقياس السرعة الانتقالية ، و اختبار عدو ٤٠ م على جهاز **Witty** لقياس السرعة الانتقالية .
 - ٤- تشبع على العامل الرابع (٣) اختبارات بدنية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٧٤٢ - ٠,٦٢٩) وتدور هذه الاختبارات حول عنصر (التحمل) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (التحمل) .

وهذه الاختبارات هي : اختبار جرى ٩ ق لقياس التحمل العام ، واختبار جرى ١٦٠٠ م لقياس التحمل العام ، واختبار جرى ٢٤٠٠ م لقياس التحمل العام .

٥- تشبع على العامل الاول (٥) اختبارات مهارية بقيم تشبع كبرى تتراوح ما بين (٠,٧٩١ - ٠,٥٣٧) وتدور هذه الاختبارات حول عنصرى (السرعة الحركية و تحمل القدرة العضلية) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (تحمل القدرة العضلية) .

وهذه الاختبارات هي : اختبار جرى بالكره ٤٠ م لقياس السرعة الحركية ، واختبار جرى بالكرة ٣٠ م لقياس السرعة الحركية ، واختبار رمية التماس لمسافة / ق لقياس تحمل القدرة العضلية لعضلات الذراعين ، واختبار التصويب الضاغط لقياس تحمل الاداء .

٦- تشبع على العامل الاول (٤) اختبارات مهارية بقيم تشبع تتراوح ما بين (٠,٥٧٤ - ٠,٣٥٠) وتدور هذه الاختبارات حول عناصر (الرشاقة والقدرة العضلية وسرعة رد الفعل) لذا يمكن تسمية هذا العامل ب (القدرات البدنية) .

وهذه الاختبارات هي : اختبار T test بالكره بجهاز Witty لقياس الرشاقة بالكرة ، واختبار ضرب الكرة بالرأس لمسافة لقياس القدرة العضلية للجذع ، واختبار سرعة رد الفعل بالكرة بجهاز witty لقياس سرعة رد الفعل .

بطارية الاختبارات البدنية المستخلصة :

١- اختبار T-Test ، لقياس الرشاقة (وحدة القياس الزمن بالثانية)

٢- اختبار دفع الارض بالذراعين مع لمس الكفين / ق ، لقياس القدرة العضلية للذراعين

(وحدة القياس التكرارات / ق)

٣- اختبار الوثب بالقدم اليمنى ٥ مرات باستخدام جهاز Optogait ، لقياس القدرة العضلية

للرجلين (وحدة القياس ارتفاع الوثب بالسنتيمتر)

٤- اختبار عدو ٣٠ متر باستخدام جهاز Witty ، لقياس السرعة الانتقالية

(وحدة القياس الزمن بالثانية)

٥- اختبار جرى ٩ دقائق ، لقياس التحمل العضلى



(وحدة القياس الزمن بالثانية)

التوصيات :

- ١- ضرورة اهتمام المدربين بالانتقاء عن طريق اختبارات البطارية المستخلصة .
- ٢- تطبيق الاختبارات البدنية قيد البحث على كلاً من لاعبي المناطق القاهرة ودورى القطاعات والجمهورية لنفس الفئة العمرية .
- ٤- تطبيق الاختبارات البدنية قيد البحث على فئات عمرية اخرى .
- ٥- تطبيق برامج تدريبية مقننة للمتغيرات البدنية قيد البحث والتي تم التوصل اليها ، باعتبار هذه المتغيرات البدنية هي اهم متغيرات لهذه الفئة العمرية (ناشئى كرة القدم تحت ١٥ سنة) .



قائمة المراجع

- ١ أبو العلا أحمد عبد الفتاح : " انتقاء الموهوبين فى المجال الرياضى "، عالم الكتب، القاهرة ، ١٩٨٦ م .
- ٢ بديعه على عبد السميع محمد: " المُحددات البيولوجية والبدنية المميزة للاعبات القفز بالزانة "، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ٢٠٠٣ م
- ٣ عبدالمنعم احمد جاسم : اساسيات القياس والاختبار فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، ٢٠١٩ م
- ٤ عزت محمود الكاشف: " الانتقاء فى رياضة الجمباز "، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة ، ١٩٨٧ م .
- ٥ عصام محمد أمين حلمى: " السباحة بين النظرية والتطبيق "، الجزء الأول، دار المعارف، الإسكندرية ، ١٩٨٠ م
- ٦ عمرو أبو المجد، جمال إسماعيل النمكى: " تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين فى كرة القدم "، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٧ م .
- ٧ على فهمى البيك، سيد عبد الجواد : " القياسات المورفولوجية كأساس لانتقاء الناشئين فى سباحة المسافات القصيرة "، المؤتمر العلمى لدراسات وبحوث التربية الرياضية، مشكلات الإعداد الرياضى للناشئين، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، جامعة حلوان ، ١٩٨٠ م .
- ٨ محمد حسن علاوى، نصر الدين رضوان : الاختبارات النفسية والمهارية، دار الفكر العربى، القاهرة، 1987 م .
- ٩ محمد صبحى حسانين : " القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة "، ط٣، دار الفكر العربى، القاهرة ، ١٩٩٦ م.
- ١٠ مصطفى كاظم، أبو العلا عبد الفتاح، أسامة راتب: " رياضة السباحة (تعليم، تدريب، قياس) "، دار الفكر العربى، القاهرة ، ١٩٨٢ م .
- ١١ نادر محمد شلبى : " العلاقة بين الخصائص المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية للاعبى الدرجة الأولى لكرة القدم "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، جامعة حلوان ، ١٩٨٤ م