

فعالية استخدام الادراكات الحس حركية على بعض المهارات الحركية المركبة لدى لاعبي التايكوندو

الدكتور/ أحمد يوسف عبدالرحمن

الدكتور/ أحمد مصطفى متولي

الباحث/ عمرو محمد محمود

ملخص البحث باللغة العربية:

يهدف البحث إلى مدي فعالية استخدام الادراكات الحس - حركية علي بعض المهارات الحركية المركبة لدى لاعبي التايكوندو ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث و إجراءاته و ذلك من خلال التصميم التجريبي لمجموعه واحده عن طريق القياسات (القبلي ، التتبعي ، البعدي) ، كما تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي التايكوندو بنادي الزهور التجمع القاهرة من (١٢ - ٤ اسنه) بمحافظة القاهرة، واشتملت العينة على ١٠ لاعبين مقيدين في الاتحاد المصري للتايكوندو ، وتم إجراء تقنين اختبارات البحث على عينتين مميزة وقوامها ٨ لاعبين من لاعبي نادي الزهور م. نصر الرياضي والأخرى غير مميزة وقوامها ٨ لاعبين من لاعبي نادي وادي دجلة .

واشارت اهم النتائج الى :

- (١) يؤثر البرنامج المقترح والمطبق على عينة البحث تأثيراً إيجابياً على الإدراكات الحس - حركية (الإحساس بالمسافة - الإحساس بالزمن - الإحساس بالقوة - تحويل الانتباه - تركيز الانتباه.
- (٢) يؤثر البرنامج المقترح تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات (بنش باليد الامامية - بنش باليد الخلفية - بك تشاجي بالقدم الامامية - بك تشاجي بالقدم الخلفية).
- (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في الاختبارات المستخدمة قيد الدراسة لصالح القياس البعدي لدى عينة لبحث.
- (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في مستوى أداء بعض المهارات (بنش باليد الامامية - بنش باليد الخلفية - بك تشاجي بالقدم الامامية - بك تشاجي بالقدم الخلفية) لصالح القياس البعدي لدى عينة البحث

Summary of the research in English:

The research aims to determine the effectiveness of using sensory-motor perceptions on some of the complex motor skills of Taekwondo players. The researcher used the experimental method to suit the nature of the research and its procedures, through an experimental design for one group using measurements (pre-, post-, follow-up). The research sample was taken intentionally from Taekwondo players at the Al-Zohour Club, Cairo, from (12-14 years old) in

Cairo Governorate. The sample included 10 players registered in the Egyptian Taekwondo Federation, and the research tests were codified on two distinct samples consisting of 8 players from the Al-Zohour Club players. Nasr Sports Club and the other is not distinguished and consists of 8 players from Wadi Degla Club.

The most important results indicated:

(1) The proposed program applied to the research sample has a positive impact on sensory-motor perceptions (sense of distance - sense of time - sense of force - shifting attention - focusing attention).

(2) The proposed program has a positive effect on the level of performance of some skills (punch with the front hand - punch with the back hand - push-chaji with the front foot - push-chaji with the back foot).

(2) There are statistically significant differences between the pre-measurement and the post-measurement in the tests used under the study in favor of the post-measurement among a research sample.

(4) There are statistically significant differences between the pre-measurement and the post-measurement in the level of performance of some skills (Pinch with the front hand - Punch with the back hand - Punch with the front foot - Punch with the back foot) in favor of the post-measurement among the research sample.

مقدمة البحث :

شهد القرن العشرين تقدماً علمياً غزواً جميع مجالات الحياة المختلفة بصفة عامة ومجال التربية الرياضية بصفة خاصة ، فلقد ارتفع مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة في النصف الأخير من القرن العشرين بفضل الدراسات والبحوث العلمية وتطور الأجهزة والأدوات المساعدة في مجال التربية الرياضية من أجل الوصول للمستويات الرياضية العالية لممارسي مختلف الأنشطة الرياضية، حيث أن التدريب الرياضي يعتمد في مادته على التخطيط العلمي السليم للوصول للاعب إلى أعلى مستوى يمكن تحقيقه في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه والذي يمارسه (٢ : 36)

ولقد تعرضت رياضة التايكوندو في الآونة الأخيرة على مستوى العالم للكثير من التطور العلمي في الجوانب المختلفة للاعبين وخاصة برامج التدريب المطبقة عليهم مما أدى إلى تغيير في أساليب اللعب الهجومية و الدفاعية شأنها في ذلك شأن الأنشطة الرياضية الأخرى (٥ : ٢٧)

وتشمل رياضة التايكوندو نوعين رئيسيين من المسابقات ولكل مسابقة خصائصها فأحداها توجه إلى القتال الوهمي (بومزا) والأخرى توجه إلى القتال الفعلي (الكروجي) (٥ : ٢٧)

وتعتبر مسابقات الكروجي من المسابقات ذات التطوير والتحديث المستمر القائم على أساس البحث العلمي في الجوانب (البدنية ، المهارية ، النفسية ، الخطئية) حيث تتعدد وتتوسع طرق أداء المهارات التي يؤديها اللاعب في مختلف المواقف التنافسية و التي تختلف في محتواها وإدائها من لاعب لآخر والتي تؤدي باليد أو القدم أو باليد والقدم والتي تكون في مجموعها الهيكل البنائي للمهارات الهجومية والدفاعية وتعتبر اللكمات والركلات بمثابة جوهر فنون رياضة التايكوندو كما

تحتل المكانة الأولى لأهتمام خبراء هذه الرياضة خاصة بعد التعديلات الجديدة لقانون رياضة التايكوندو (كيروجي) للإتحاد الدولي للتايكوندو والمسمى (Kukiwon)(٤:٤٥)

ويعتبر نشاط لاعبي المنازلات الفردية بصفة عامة يعتمد على مقاومة الخصم و التغلب على أشكال مختلفة ومتنوعة من استجاباته مع ضرورة ومراعاة مسايرة خصائص تلك الاستجابات ليس فقط من الناحية الخطئية وإنما أيضا من الناحية النفسية كالإدراك الصحيح لخصائص الأفعال من حيث مقدار القوة والسرعة والاتجاه حتى تتسم استجابات اللاعب عليها بالدقة (6 : 123)

مشكلة البحث وأهميته

من خلال عمل الباحث وجد في أن كثير من ناشئى رياضة التايكوندو في (ج . م . ع) . لا تتوافر لديهم الإدراكات الحسية بشكل كامل وذلك من حيث إدراك الإحساس بالحركة وإدراك الإحساس بالزمن وإدراك الإحساس بالمسافة وهذا ما يجعل الكثير من اللاعبين تتوافر لديهم جميع مقومات الفوز بالمباراة من حيث الأداء المهاري والفني ولكن يكمن القصور لديهم في إدراكهم الحس - حركي مما يجعلهم يخسرون النقاط أثناء المباراة وتؤثر على نتائجهم.

فإدراك الإحساس بالحركة perception of motion sensation يتميز بانتقال وتحريك أجزاء الجسم المشتركة في الأداء في صورة مترابطة ومتناسقة ومن المعروف أن الإدراك الحركي له أهمية كبيرة بالنسبة للنشاط الرياضي سواء من ناحية إدراك الحركات التي يقوم بها المتنافسون حيث يقوم اللاعب بإدراك مختلف أجزاء الأداء الحركي كما لو كانت وحدة حركية واحدة متكاملة وعند ذلك يستطيع اللاعب معرفة وإدراك خواص ودرجة التوافق الحركي لهذه الأجزاء وتعاقبها وعند إدراك الأداء الحركي يتضح مختلف خواص ومميزات الأداء والتي تتمثل في المظاهر التالية) خواص الحركة - شكل الحركة - مدى الحركة - اتجاه الحركة - استمرار الحركة - سرعة الحركة (.

وعندما يستطيع ناشئى التايكوندو إدراك الإحساس بالحركة فسوف يساعده ذلك على الارتقاء بالمستوى وتحقيق الفوز .

أما إدراك الإحساس بالزمن: Perception of time sensation فإن التنظيم الزمني يعتمد دائما على عملية الإحساس بالعلاقات المتعاقبة والمستمرة ولو نظرنا إلى هذه العلاقات وأهميتها فى النشاط الرياضي ، لوجدنا أنها تمثل أهمية كبرى حيث يتحتم على اللاعب أن يكون لديه الإحساس التام بالزمن التي تستغرقه الحركات المتكررة والمتعاقبة حتى يتمكن من تحديد سرعة الأداء الحركي طبقا لظروف النشاط . (1 : 275)

ويرى الباحث أن كثير من اللاعبين وخاصة لاعبي الكروجي Kerogi يستنفذون معظم قوتهم في بداية المباراة لبذلهم مجهود عالي ثم لا يستطيعون إكمال المباراة بنفس الكفاءة . وهذا يكمن في عدم إدراكهم الإحساس بالزمن مما يجعلهم لا يستطيعون توزيع المجهود أثناء المباراة وإنهاء المباراة بكفاءة عالية

وعند إدراك الإحساس بالمسافة : perception of distance sensation " فإن الإدراك الصحيح من اللاعب للمكان الموجود فيه أثناء ممارسته للنشاط الحركي وعلاقة هذا المكان بالمسافات المختلفة يمكن اللاعب من التحديد الدقيق للمهارات الحركية ، فعندما يمارس اللاعب أي نوع من أنواع النشاط الحركي في مكان تحدده مسافات معينة تتطلب أداء حركيا معيناً تتناسب والمكان الموجود فيه اللاعب . (1: 267)

يرى الباحث أن إدراك لاعب التايكوندو بالمكان يؤثر على نتيجة المباراة فمن ناحية خروجه عن حدود الملعب يعرضه للجزاء وإهدار النقاط وعند تصعيد الجزاء يكون معرض للطرد ومن ناحية أخرى موقعه بالنسبة للمنافس وطريقة توصيل الضربات بنجاح.

وقد لاحظ الباحث من خلال ممارسته لرياضة التايكوندو حتى حصوله على الحزام الأسود اليه وكذلك في مجال تدريب رياضة التايكوندو أن لاعبي التايكوندو لابد وأن يتوافر لديهم قدر عالي من الإدراك الحسن - حركي الذي يوفر لهم القدرة على إدراك المكان والزمان والإحساس لكل منهم ولما لهذه المدركات من أهمية فقد رأى الباحث أهمية تنمية هذه المدركات للاعبين التايكوندو الناشئين بهدف تنمية مستواهم المهارى الذي يتوقع أن ينمى

تبعاً لتنمية الإدراكات الحس - حركية مما جعل الباحث يقترح أن يقوم بعمل دراسة تحت عنوان " برنامج تدريبي لتطوير الإدراكات الحس - حركية وأثره على مستوى الأداء للاعبين الكروجي

أهداف البحث :

تهدف الدراسة إلى مدي فعالية استخدام الادراكات الحس - حركية علي بعض المهارات الحركية المركبة لدى لاعبي التايكوندو

(١) تصميم برنامج تدريبي لتطوير الإدراكات الحس حركية للاعبين

الكروجي والتعرف على

(٢) تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تطوير الإدراكات الحس حركية

(٣) تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مستوى أداء بعض المهارات (مومتونج تريجي (بنش باليد الامامية) - مومتونج تريجي (بنش باليد الخلفية) - بك تشاجي (بالقدم الامامية) - بك تشاجي (بالقدم الخلفية) للاعبين الكروجي.

فروض البحث :

(١) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية - البعدية) لصالح القياس البعدى فى متغيرات الإدراكات الحس حركية العامة

(٢) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية. البعدية) لصالح القياس البعدى فى متغيرات الإدراكات الحس حركية المهارية.

(٣) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية - البعدية) لصالح القياس البعدى فى القدرات المهارية لليد والقدم اليسرى واليمنى.



مصطلحات البحث :

الإدراك Perception :

هو عبارة عن عملية عقلية تتضمن التأثير على الأعضاء الحسية لمؤثرات معينة ويقوم الفرد بإعطاء تفسير وتحديد لهذه المؤثرات . (٣١٠:١)

الإحساس Sensation

هو المنبه التي تنقله أعصاب الحس إلى المخ (2 : 14)

الإحساس الحركي Sensory Motor :

هو عبارة عن عملية معقدة نظرا لاستثارة بعض الأعضاء الحسية المختلفة في وقت واحد (2 : 24)

الإدراك الحس - حركي Sensory - Motor Perception :

هو الوعي الكامل عن المكان والاتجاه والمدى لحركة الأطراف أو حركة الجسم ككل في الفراغ. (٣:٢١)

التايكوندو Taekwondo

هي كلمة كورية تتكون من ثلاثة مقاطع

الأول: تاي وتعني القدم وهذا المقطع يدخل في تسميات بعض ألعاب الدفاع عن النفس الأخرى مثل المواي تاي وهذا المعنى يعبر عن مهارة استخدام الاقدام والذي تتميز به رياضة التايكوندو عن غيرها .

الثاني: كوان ويقصد بها القبضة

الثالث: دو وتعني الطريقة ويدخل ايضاً هذا المصطلح في تسميات بعض ألعاب الدفاع عن النفس الأخرى مثل الجودو والايكيدو

فالترجمة الحرفية لاجزاء هذا المصطلح هي طريقة استخدام القدم والقبضة اما المعنى الحقيقي الذي يحمله هذا المصطلح فهو طريقه الدفاع عن النفس باستخدام القدم والقبضة

المهارات الحركية composed skills :

هي مجموعة من الكلمات والركلات الهجومية والهجومية المضادة والدفاعية التي يؤديها اللاعب بصورة متتالية ومتناسقة في شكل جملة حركية مركبة في المناطق المسموح بها خلال المنافسة (تعريف اجرائي)

الدراسات السابقة

م	الباحث	عنوان البحث	اهداف البحث	إجراءات البحث	اهم النتائج
١	غفران حسني حامد سلامة ماجستير ٢٠١٠	تأثير تنمية القدرة العضلية علي فعالية احتساب النقاط باستخدام باقي الجذع الالكتروني وفق تعديلات القواعد الرسمية الدولية للكروي في التايكوندو	تأثير تنمية القدرة العضلية علي فعالية احتساب النقاط باستخدام باقي الجذع الالكتروني وفق تعديلات القواعد الرسمية الدولية للكروي في التايكوندو	المنهج التجريبي وتم اخذ عينة بالطريقة العمدية من مدرسة الموهوبين رياضياً في مرحلة تحت ١٧ سنة ويبلغ حجم العينة لاعب بواقع "١٢" لاعب للمجموعة التجريبية "١٥" لاعب للمجموعة الضابطة	اثر برنامج التدريب المقترح تأثيراً فعالاً في نتائج الاختبارات المهارية (١) بنسبة تحسن بلغت ٨٥,٧٩٪ للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة اثر برنامج التدريب المقترح تأثيراً فعالاً في نتائج الاختبارات المهارية (٢) بنسبة تحسن بلغت ٨٥,٦٪ للمجموعة التجريبية عن المجموع الضابطة اثر برنامج التدريب المقترح تأثيراً فعالاً في نتائج احتساب النقاط الكترونياً بنسبة تحسن بلغت ١٤٣,٧٪ للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي تم تدريبها والهوجو الالكتروني في قوة الركلة واحتساب النقاط لصالح القياس البعدي
٢	أبو الوفا احمد محمود أبو الوفا رسالة ماجستير ٢٠٠٩	تأثير استخدام بعض الوسائط التدريبية علي تنمية بعض الصفات البدنية والأداء المهاري للاعب التايكوندو	تأثير استخدام بعض الوسائط التدريبية علي تنمية بعض الصفات البدنية والأداء المهاري للاعب التايكوندو	التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ٢٠ لاعب مقسمين الي مجموعتين ١٠ لاعبين ضابطة و ١٠ لاعبين تجريبية تحت ١٦ سنة	تتفوق نسبة التحسن لدى افراد المجموعة التدريبية في الصفات البدنية وأيضاً بمستوي الأداء المهاري عن افراد المجموعة الضابطة
٣	رامز عبدالستار الشعراوي رسالة ماجستير ٢٠١٢	تأثير برنامج تدريبي لقدرات الادراك الحس - حركي علي أداء بع المهارات الأساسية لكرة القدم	يهدف هذا البحث الي تصميم برنامج تدريبي لقدرات الادراك الحس - حركي ويتحقق هذا الهدف من خلال التعرف علي تأثير البرنامج التدريبي علي مستوي قدرات الادراك الحس - حركي لدى عينة البحث - تأثير البرنامج التدريبي علي مستوي أداء المهارات الأساسية لكرة القدم المستخلصة لدى عينة البحث	المنهج التجريبي لاعبي الفريق الأول لكرة القدم بنادي ابي صقل الرياضي ، المقيدين بمنطقة شمال سيناء لكرة القدم والمشاركين في دوري القسم الثاني، وبلغ عددهم ٣٠ لاعب	ان البرنامج التدريبي اثر بشكل إيجابي علي أداء المهارات الأساسية لكرة القدم
٤	محمد محمود عرنس رسالة ماجستير ٢٠١١	تأثير برنامج تدريبي لتطوير الادراك الحس - حركي والمستوي الرقمي ورفعه الخطف	يهدف هذا البحث الي تصميم تدريبي لتطوير قدرات الادراك الحس - حركي والمستوي الرقمي وذلك من خلال: ١- تحديد المدركات الحس - حركية الخاصة برفعة الخطف وطرق قياس المتغيرات قيد البحث ٢- معرفة تأثير البرنامج علي المتغيرات قيد البحث	المنهج التجريبي ٠ لاعبين من لاعبي رفع الاثقال منطقة شمال سيناء تحت عشرين سنة والمقيدين بالاتحاد المصري رفع الاثقال للموسم الرياضي ٢٠١٠-٢٠١١	ان البرنامج المقترح اثر بشكل إيجابي علي مستوي الرقمي لدى الرباع في رفعه الخطف

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي ، لملائمته لطبيعة البحث و إجراءاته ، و ذلك من خلال التصميم التجريبي لمجموعه واحده عن طريق القياسات (القبلي ، التتبعي ، البعدي)

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي التايكوندو بنادي الزهور التجمع القاهرة من (١٢ - ١٤سنه) بمحافظة القاهرة، واشتملت العينة على ١٠ لاعبين مقيدين في الاتحاد المصري للتايكوندو ، وتم إجراء تقنين اختبارات البحث على عينتين مميزة وقوامها ٨ لاعبين من لاعبي نادي الزهور م. نصر الرياضي والأخرى غير مميزة وقوامها ٨ لاعبين من لاعبي نادي ودجلة.

أسباب اختيار عينة البحث :

تم اختيار هذه العينة للأسباب الآتية

- جميع أفراد العينة من لاعبي التايكوندو المسجلين بالاتحاد المصري للتايكوندو موسم ٢٠٢١-٢٠٢٢
- تماثل العمر التدريبي لأفراد العينة حيث أن معظمهم بدأ في ممارسة اللعبة معا من فترة اربعة سنوات تقريبا .
- تقارب المستوى البدني والمستوى المهاري بين اللاعبين انتظام اللاعبين في التدريب
- جميع أفراد العينة من اللاعبين حاصلين علي الحزام الأخضر كحد أدنى

تجانس عينة البحث :

تم إجراء التجانس بين أفراد عينة البحث قبل تطبيق البرنامج التدريبي في متغيرات (السن ، الطول ، الوزن : العمر التدريبي : الإدراكات الحسین : حری اور المهاري لمهارات البحث (بنش بالامام - بنش بالخلف - بك تشاجي بالامامية - بك تشاجي بالخليفة) حيث تم حساب العمر الزمني لأفراد عينة البحث لأقرب سنة، كما تم قياس الطول لأقرب سنتيمتر، والوزن لأقرب كيلوجرام. العمر التدريبي لأقرب سنة ، كما هو موضح بالجدول رقم (١- ٣)



م	المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	الالتواء
معدلات دلالات النمو							
١-	الطول	سم	١٤٧,٥	١٤٨	٥,٤٤	٠,٩٥	٠,٢٥-
٢-	الوزن	كجم	٤٣,٦	٤٢,٥	٥,٨٢	٠,٧٥-	٠,٣٦
٣-	السن	سنة	١٣,٠٥	١٣	٠,٦٤	٠,٤٣٣-	٠,١٦
٤-	العمر التدريبي	سنة	٤,٢٥	٤,٢٥	٠,٩٥	٢٦,-	٠,٣

ادراكات حس حركية عامة							
٥-	قياس مسافة القدم اليمني	سم	٤٧,١٧	٤٦,٥٢	٢,٤٦	٠,٣٥-	٠,١١
٦-	قياس مسافة القدم اليسري	سم	٤٦,٩٩	٤٥,١٥	٤,٠٤	٠,٩١-	٠,٨٣
٧-	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣ ث	ث	٣,٧	٣,٨٥	٠,٤٥	٠,٩٢-	٠,٦٣-
٨-	اختبار ادراك الزمن بمرور ١٠ ث	ث	١٢,٦	١٢,٨	١,٥٢	٠,٣٨-	٠,٦٥-
٩-	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣٠ ث	ث	٢٥,٣٤	٢٥	١,٧٨	١,٢٣	١,٧٣
١٠-	قياس قوة القبضة اليمني	كجم	١٦,٢٢	١٥,٣٤	١,٩٣	٠,٦٥	١,٢٧
١١-	قياس قوة القبضة اليسري	كجم	١٧,٣١	١٧,٢٥	٣,١٩	٠,٦-	٠,٦٣-
١٢-	تحويل الانتباه	درجة	٠,٢١	٠,٣	٠,٤	٠,٤٥	١,٠٥-
١٣-	اختبار تركيز الانتباه	درجة	١٤,٩	١٥	١,٨٥	١,٤٢-	٠,٢١-

ادراكات حس حركية مهارية							
١٤-	اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ ث	درجة	٢,٩	٣	٠,٧٣	٠,٧٣-	٠,١٦
١٥-	اختبار قدرة اللاعب علي الاحساس بدقة الاداء	درجة	٨,٢	٨,٥	١,٠٣	٠,٩٤	١,٢٤-

المتغيرات المهارية							
١٦-	اليد والقدم اليسري	بنش بالامامية	درجة	٦,٣٥	٦,٢٥	٠,٤١	١,٠٤-
		بنش بالخلفية	درجة	٦,٣٠	٦,٠٠	٠,٤٢	٠,٦٦-
		بك تشاجي بالامامية	درجة	٦,٥٥	٦,٥٠	٠,٤٣	١,٧٣-
		بك تشاجي بالخلفية	درجة	٦,٣٥	٦,٢٥	٠,٤١	١,٠٤-
١٧-	اليد والقدم اليمني	بنش بالامامية	درجة	٦,٢٥	٦,٠٠	٠,٣٥	٠,٥٧
		بنش بالخلفية	درجة	٦,٣٠	٦,٠٠	٠,٤٢	٠,٦٥-
		بك تشاجي بالامامية	درجة	٦,٥٥	٦,٥٠	٠,٤٣	١,٧٣-
		بك تشاجي بالخلفية	درجة	٦,٤٥	٦,٥٠	٠,٣٦	٠,٧٣-

يوضح جدول (١ - ٣) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لافراد عينة البحث ويتضح ان جميع القيم تتراوح ما بين ($3 \pm$) مما يشير الى اعتدالية البيانات وبعدها تماماً عن عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

وسائل جمع البيانات :

المسح المرجعي :

قام الباحث بمسح مرجعي لبعض المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرتبطة التي تناولت رياضة التايكوندو وموضوع الادراكات الحس حركية ، التي عن طريقها قام الباحث بتحديد الادراكات - الحس حركية و الاختبارات المناسبة لقياسها .

استطلاع رأي الخبراء :

تم استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم الإدراكات الحس حركية الخاصة بناشيء التايكوندو والاختبارات المناسبة لقياسها ، وأنسب التمرينات لتنمية هذه الإدراكات الحس - حركية .

و لقد راعى الباحث الشروط الآتية عند اختيار السادة الخبراء :

أن يكون حاصلًا على درجة الدكتوراه في التربية الرياضية ، أو أن يكون لديه خبرة في مجال تدريب التايكوندو لا تقل عن عشر سنوات

أن يكون متخصص في رياضة التايكوندو، أو علم النفس الرياضي، أو علم التدريب الرياضي وقد قام الباحث بعرض ما توصل إليه من الإدراكات حس حركية والاختبارات المناسبة لقياسها على السادة الخبراء مرفق (١) لاستطلاع رأيهم حول محتوى الاستمارة الموضوعة مرفق (٢) لتحديد أهم الإدراكات الحس - حركية لناشيء التايكوندو في المرحلة السنوية من ١٢ - ١٤ سنة ، والاختبارات المناسبة لقياسها .

ولقد راعى الشروط الآتية عند اختياره لهذه الاختبارات :

أن تتفق وهدف البحث

أن تتناسب مع طبيعة الأداء في رياضة التايكوندو

أن تتميز بالاقتصاد في الوقت والجهد مع إمكانية تطبيقها

أن تتميز بسهولة أدائها

مناسبتها للعمر الزمني لعينة البحث

أن تتميز بموضوعية علمية عالية أو مقبولة (الصدق ، الثبات)

وبعد استطلاع رأي السادة الخبراء تم تحديد أهم الإدراكات الحس - حركية لناشيء التايكوندو

والاختبارات المناسبة لقياسها كما هو موضح بجدول (٢-٣)

جدول (٢-٣)

أهم الادراكات الحس - حركية لناشئ التايكوندو والاختيارات المناسبة لقياسها

م	الادراكات الحس - حركية	اختبارات الادراكات حس حركية عامة	وحدة القياس
١-	الاحساس بالمسافة	١- اختبار قياس مسافة القدم اليمني	سم
		٢- اختبار قياس مسافة القدم اليسر	سم
٢-	الاحساس بالزمن	١- اختبار ادراك الزمن بمرور ٣ ث	ث
		٢- اختبار ادراك الزمن بمرور ١٠ ث	ث
		٣- اختبار ادراك الزمن بمرور ٣٠ ث	ث
٣-	الاحساس بالقوة	١- اختبار قياس قوة القبضة اليمني	كجم
		٢- اختبار قياس قوة القبضة اليسري	كجم
٤-	تحويل الانتباه	اختبار تحويل شبكة الاداء	درجة
٥-	تركيز الانتباه	اختبار شبكة الاداء	درجة
١-	اختبارات الادراكات حس	اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ ث	درجة
٢-	حركية مهارية	اختبار قدرة اللاعب علي الاحساس بدقة الاداء	درجة

أجهزة وأدوات البحث :

- شريط قياس
- ساعة إيقاف
- كرات طبية
- جهاز ديناموميتر
- ملعب مستوي (بساط تايكوندو) .
- قناع حاجب للرؤية
- كيس لكم .

الاختبارات والمقاييس :

- قياس الطول باستخدام جهاز الرستاميتير
- قياس الوزن باستخدام الميزان الطبي لقياس الأوزان
- قياس الادراكات الحس - حركية باستخدام اختبارات الإدراك الحس- حركي

الاختبارات المستخدمة في البحث :

قام الباحث بتحديد أهم اختبارات قياس الإدراك الحس- حركي المستخدمة قيد البحث ، وبالاعتماد على المراجع العلمية و الدراسات المشابهة و استطلاع رأى الخبراء قد حصرها فيما يلي :

- الإحساس بالمسافة
- الإحساس بالزمن
- الإحساس بالقوة

- تحويل الانتباه

- تركيز الانتباه

قياس مستوى الأداء :

قام الباحث باستخدام استمارة تقييم مستوى الأداء مرفق (١) من خلال ثلاث محكمين مرفق (١) $6/4/3$ المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة :
تم إيجاد المعاملات العلمية الخاصة باختبارات الادراكات الحس حركية قيد البحث (الصدق ، الثبات) في الفترة من $2022/4/3$ إلى $2022/4/12$ للتأكد من صلاحية تلك الاختبارات من الناحية العلمية و ذلك على النحو التالي :

أولاً : حساب معامل الصدق :

اعتمد الباحث على طريقه التمايز لإيجاد صدق اختبارات الإدراك الحس حركي ، حيث يرى صاحب الشحات (٢٠٠٨م) أن صدق التمايز يقصد به قدرة الاختبار المقترح على التفريق بين الأشخاص الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الصفة أو السمة ، ناحية أخرى (٣ : ٨٠) وقد قام الباحث بتطبيق اختبارات الإدراك الحس - حركي قيد الدراسة

صدق الاختبارات :

جدول (٣-٣)

دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في متغير
اختبارات الادراكات الحس حركية العامة لدى عينة التقنين

$$n = 1 \quad n = 2 \quad n = 8$$

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		فروق المتوسطات	قيمة ت
			ع ±	س	ع ±	س		
١-	قياس مسافة القدم اليميني	سم	١,٢٩	٤٩,٣٩	١,٤٥	٤٣,١٣	٦,٢٦	٨,٥٧*
٢-	قياس مسافة القدم اليسري	سم	٢,٣٣	٥٠,٣٥	١,٩٢	٤٢,٦٢	٧,٧٣	٦,٧٨*
٣-	اختبار إدراك الزمن بمرور ٣ث	ث	٠,٤٥	٢,٧٠	٠,٦٥	٤,٠	١,٣٠	٤,٤٨*
٤-	اختبار ادراك الزمن بمرور ١٠ث	ث	٠,٩٤	١٠,٧٠	٠,٧٢	١٤,١٠	٣,٤٠	٧,٧٢*
٥-	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣٠ث	ث	١,٣٣	٢٩,٩٠	١,٥٧	٢٤,٣٠	٥,٦٠	٧,٤٦*
٦-	قياس قوة القبضة اليميني	كجم	١,٤٥	٢٢,٦٠	١,٩٦	١٥,٢٠	٧,٤٠	٨,٠٤*
٧-	قياس قوة القبضة اليسري	كجم	١,٨٢	٢٣,٤٦	١,١٩	١٧,٧٥	٥,٧١	٦,٩٦*
٨-	اختبار تحويل الانتباه	درجة	٠,٠٩	٠,٣٢	٠,٠٧	٠,١٨	٠,١٦	٣,٧٢*
٩-	اختبار تركيز الانتباه	درجة	١,٣٢	١٧,٩٠	١,١٤	١٢,٤٥	٤,٤٥	٨,٢٥*

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية $0,05 = 1,74$

يوضح جدول (٣ - ٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لدى عينة التقنين في متغير اختبارات الادراكات الحس حركية العامة عند مستوى

معنوية ٥...، مما يشير إلى صدق الاختبارات دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في متغير اختبارات الادراكات الحس حركية المهارية لدى عينة التقنين.

جدول (٤-٣)

دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في متغير الاختبارات المهارية لدى عينة التقنين

$$n = 1 \quad n = 2 \quad n = 8$$

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		فروق المتوسطات	قيمة ت
			ع ±	س	ع ±	س		
١-	اختبار تسديد للكلمات والركلات في ١٠ ث	تكرار	٥,٧٥	٠,٥٩	٢,٣٥	٠,٤٢	٣,٤٠	١٢,٥٩*
٢-	اختبار قدرة اللاعب علي علي الاحساس بدقة الاداء	درجة	١٣,٣٠	١,٢٨	٧,١٠	١,٥٦	٦,٣٠	٨,١٥*

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٥,٠٥ = ١,٧٤

يوضح جدول (٤ - ٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لدى عينة التقنين في متغير اختبارات الادراكات الحس حركية المهارية عند مستوى معنوية ٥...، مما يشير إلى صدق الاختبارات.

جدول (٥-٣)

دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في متغير اختبارات مستوى الأداء المهارى لدى عينة التقنين

$$n = 1 \quad n = 2 \quad n = 8$$

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		فروق المتوسطات	قيمة ت
			ع ±	س	ع ±	س		
١-	بنش بالامامية	درجة	٧,٣٠	٠,٦٧	٤,٢٥	٠,٧٢	٣,٠٥	٨,٢٤*
٢-	بنش بالخلفية	درجة	٧,٢٥	٠,٧٤	٣,٣٠	٠,٥٦	٣,٩٥	١١,٢٨*
٣-	بك تشاجي بالامامية	درجة	٦,٩٥	٠,٦١	٣,٤٥	٠,٤٨	٣,٥٠	١٢,٠٦*
٤-	بك تشاجي بالخلفية	درجة	٧,٧٥	٠,٧٧	٤,٢٠	٠,٨٦	٣,٥٥	٨,٤٥*

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٥,٠٥ = ١,٧٤

يوضح جدول (٥-٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لدى عينة التقنين في متغير اختبارات مستوى الأداء المهارى عند مستوى معنوية ٥...، مما يشير إلى صدق الاختبارات.

ثانيا : حساب معامل ثبات الاختبارات :

جدول (٦ - ٣)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبارات الادراكات الحس - حركية العامة لدى عينة التقنين

ن = ٨

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني	
			س	ع ±	س	ع ±
١-	قياس مسافة القدم اليميني	سم	٤٦,٤٧	٣,٤٥	٤٦,٨٢	٢,٨٣
٢-	قياس مسافة القدم اليسري	سم	٤٦,٥١	٢,٩٧	٤٧,١١	٣,٢٦
٣-	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣ ث	ث	٣,٥٦	٠,٤٢	٣,٤٤	٠,٣٣
٤-	اختبار ادراك الزمن ١٠ ث	ث	١٢,٧٤	١,٣٢	١٢,٣٦	١,٠٤
٥-	اختبار ادراك الزمن ٣٠ ث	ث	٢٥,٣٧	١,٨٢	٢٤,٨٥	٢,١١
٦-	قياس القوة القبضة اليميني	كجم	٢٠,٥١	١,٧٣	٢٠,٧٤	١,٩٦
٧-	قياس قوة القبضة اليسري	كجم	٢١,٣١	٢,٨٣	٢١,٤٣	٢,٥٦
٨-	تحويل الانتباه	درجة	٠,٢٢	٠,٤٦	٠,٣٠	٠,٣٥
٩-	اختبار تركيز الانتباه	درجة	١٤,٢٣	٢,٤١	١٥,٠٤	١,٨٧

قيمة و الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٦٢

يوضح جدول (٦ - ٣) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني (إعادة تطبيق الاختبار) في متغير اختبارات الادراكات الحس - حركية العامة لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات .

جدول (٧ - ٣)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبارات الادراكات الحس

ن = ٨

حركية المهارة لدى عينة التقنين

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني	
			س	ع ±	س	ع ±
١-	اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ ث	تكرار	٢,٦٦	٠,٧٩	٢,٨٣	٠,٦٢
٢-	اختبار قدرة اللاعب علي الاحساس بدقة الاداء	درجة	٧,٩٢	١,١١	٨,٢٥	٠,٩٨

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٦٢

يوضح جدول (٧ - ٣) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني (إعادة تطبيق الاختبار) في متغير اختبارات الادراكات الحس - حركية المهارة لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات

جدول (٨ - ٣)

معامل الارتباط بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني لاختبارات
مستوى الاداء المهارى لدى عينة التقنين

ن = ٨

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	المتغيرات	م
	ع ±	س	ع ±	س			
*٠,٩٧	٠,٣٩	٦,٣٠	٠,٤٣	٦,٢٥	درجة	بنش بالامامية	-١
*٠,٩٤	٠,٤٣	٦,٥٠	٠,٤٦	٦,٣٥	درجة	بنش بالخلفية	-٢
*٠,٩٦	٠,٤١	٦,٤٥	٠,٤٥	٦,٣٥	درجة	بك تشاجي بالامامية	-٣
*٠,٩٣	٠,٤٠	٦,٦٠	٠,٤٤	٦,٤٥	درجة	بك تشاجي بالخلفية	-٤

قيمة و الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٦٢

يوضح جدول (٨-٣) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني (إعادة تطبيق الاختبار) في متغير اختبارات مستوى الاداء المهارى لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات

البرنامج التدريبي :

يتضمن البرنامج التدريبي مجموعة من التمرينات لتنمية بعض الإدراكات الحس - حركية من خلال الإعداد البدني العام والخاص والإعداد المهارى .

تحديد الفترة الزمنية للبرنامج التدريبي :

تم تحديد الفترة الزمنية للبرنامج التدريبي باثني عشر أسبوعا .
وتم تحديد عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية :

من ٣ - ٥ تدريبات اسبوعيا

إجراءات تطبيق التجربة :

- القياس القبلي : قام الباحث بإجراء القياسات القبلية على عينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة في الفترة من ٢٠٢٢/٤/١٥م إلى ٢٠٢٢/٤/١٦م.
- تنفيذ التجربة الأساسية : تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على عينة البحث وذلك لمدة ١٢ أسبوع في الفترة من ٢٠٢٢/٤/١٨م إلى ٢٠٢٢/٨/٧م بواقع (٣) وحدات تدريبية أسبوعيا وذلك أيام (السبت والاثنين والأربعاء) .
- القياس البيني : بعد مرور (٦) أسابيع من البرنامج قام الباحث بإجراء القياسات البينية على عينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة في الفترة من ٢٠٢٢/٥/٢٨م إلى ٢٠٢٢/٥/٢٩م

- **القياس البعدي** : بعد الانتهاء من البرنامج التدريبي المقترح قام الباحث بإجراء القياسات البعدية على عينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة في الفترة من ١٠/٧/٢٠٢٢م إلى ١٢/٧/٢٠٢٢م مع مراعاة نفس الشروط والظروف وترتيب تطبيق الإختبارات التي تم اتباعها في القياسات القبالية والبيئية ..

وقد قام الباحث بوضع البرنامج التدريبي وفقا لما يلي :

يهدف البرنامج التدريبي إلى تنمية بعض الإدراكات الحس - حركية لناشيء التايكوندو

١٢-١٤ سنة ومعرفة تأثيرها على تحسين مستوى الأداء في الأربع مهارات قيد البحث

أسس وضع البرنامج التدريبي :

عند وضع البرنامج التدريبي المقترح تم مراعاة الأسس التالية :

- مراعاة الهدف من البرنامج
- ملائمة محتوى البرنامج لخصائص النمو البدني والنفسي والفسولوجي للمرحلة السنية ١٢ - ١٤ سنة مع مراعاة الفروق الفردية لأفراد عينة البحث
- توفير الامكانيات والأدوات المستخدمة في البرنامج
- مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملي مراعاة عنصر التشويق للتمرينات وتدرجها من السهل للصعب
- مراعاة التشكيل المناسب للحمل من حيث الحجم والشدة لتجنب ظاهرة الحمل الزائد.
- أن تكون فترات الراحة بين التمرينات داخل الجرعات التدريبية للوحدة التدريبية الواحدة كافية لوصول أفراد عينة البحث للحالة الطبيعية
- مراعاة التدرج في زيادة شدة وحجم الحمل
- الخصوصية
- التكيف والتأقلم

المعالجات الإحصائية :

(١) المتوسط الحسابي

(٢) الوسيط

(٣) الإنحراف المعياري

(٤) التقلطح

(٥) الإلتواء

(٦) معامل الارتباط

(٧) اختبار T

(٨) تحليل التباين

(٩) أقل دلالة فروق معنوية .L.S.D.

(١٠) نسبة التحسن

عرض النتائج ومناقشتها :

عرض النتائج :

جدول (١ - ٤)

تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة القبلية والبيئية والبعديّة
في متغير الإدراكات الحس حركية العامة قيد البحث

م	المتغير	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف
١	قياس مسافة القدم اليميني	بين القياسات	٢	٧٤,٥	٣٧,٢٥	*٦,٤٤
		داخل القياسات	٢٧	١٥٦,٢	٥,٧٩	
		المجموع	٢٩	٢٣٠,٧		
٢	قياس مسافة القدم اليسري	بين القياسات	٢	١٢٣,٥	٦١,٨	*٤,٢٨
		داخل القياسات	٢٧	٣٨٩,٩	١٤,٤	
		المجموع	٢٩	٣١٥,٤		
٣	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣ث	بين القياسات	٢	١,٨٦	٠,٩٣	*٧,٧
		داخل القياسات	٢٧	٣,٢٧	٠,١٢	
		المجموع	٢٩	٥,١٣		
٤	اختبار ادراك الزمن بمرور ١٠ث	بين القياسات	٢	٢٢,٠٩	١١,٠٥	*٩,٤٤
		داخل القياسات	٢٧	٣١,٥٨	١,١٧	
		المجموع	٢٩	٥٣,٦٧		
٥	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣٠ث	بين القياسات	٢	٦٤,٩٩	٣٢,٥	*٢٢,٩٣
		داخل القياسات	٢٧	٣٨,٢٦	١,٤٢	
		المجموع	٢٩	١٠٣,٢٥		
٦	قياس قوة القبضة اليميني	بين القياسات	٣	٤٣,٧٥	١٤,٥٨	*٤,٢٤
		داخل القياسات	٣٦	١٢٢,٩٣	٣,٤٤٣	
		المجموع	٣٩	١٦٧,٦٨		
٧	قياس قوة القبضة اليسري	بين القياسات	٣	٣٩,٤٦	١٢,٨٢	*٣,٩١
		داخل القياسات	٣٦	١١٧,٩٦	٣,٢٨	
		المجموع	٣٩	١٥٦,٤٢		
٨	تحويل الانتباه	بين القياسات	٢	١,٧٤	٠,٨٧	*١٢,٤٢
		داخل القياسات	٢٧	٢,٠٦	٠,٠٧	
		المجموع	٢٩	٣,٨		
٩	اختبار تركيز الانتباه	بين القياسات	٢	٢٠٢,٢	١٠١,١	*٤٠,٠٨
		داخل القياسات	٢٧	٦٨,١	٢,٥٢	
		المجموع	٢٩	٢٧٠,٣		

قيمة ف الجدولية عند درجتى حرية ٢ ، ٢٧ ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٣,٣٥

يوضح جدول (١ - ٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البيئية - البعدية) في متغير اختبارات الإدراكات الحس الحركية العامة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجتى حرية ٢ ، ٢٧ ويتضح وجود فروق دالة إحصائياً مما استوجب الباحث إيجاد أقل دلالة فروق معنوية باستخدام اختبار (L.S.D)

جدول (٢-٤)

اقل دلالة فروق معنوية بين قياسات البحث القبلية والبيئية و البعدية في متغير اختبارات

الادراكات الحس حركية العامة قيد البحث

L.S.D	فروق المتوسطات			المتوسطات	القياس	الاختبار	
	البعدي	البيئي	القبلي				
١.٨	*٣.٨٦	*١.٩١		٤٧.١٧	القبلي	قياس مسافة القدم اليميني	١
	*١.٩٥			٤٩.٠٨	البيئي		
				٥١.٠٣	البعدي		
٢.٨٤	*٤.٩٥	*٢.٨٦		٤٦.٩٩	القبلي	قياس مسافة القدم اليسري	٢
	*٢.٠٩			٤٩.٨٥	البيئي		
				٥١.٩٤	البعدي		
٠.٢٦	*٠.٦١	*٠.٣٣		٣.٧	القبلي	اختبار ادراك الزمن بمرور ث٣	٣
	*٠.٢٨			٣.٣٧	البيئي		
				٣.٠٩	البعدي		
٠.٨١	٢.١٠	*١.١٣		١٢.٦	القبلي	اختبار ادراك الزمن بمرور ث١٠	٤
	٠.٩٧			١١.٤٧	البيئي		
				١٠.٥	البعدي		
٠.٨٩	*٢.٥٥	*٢.٢٣		٢٥.٣٤	القبلي	اختبار ادراك الزمن بمرور ث٣٠	٥
	١.٢٣			٢٧.٦٦	البيئي		
				٢٨.٨٩	البعدي		
١.٣٩	*٢.٢٦	*٠.٩١		١٦.٢٢٢	القبلي	قياس قوة القبضة اليميني	٦
	*١.٧٥			١٧.١٣	البيئي		
				١٨.٨٨	البعدي		
١.٣٥	*٢.١١	*٠.٥٧		١٧.٣١	القبلي	قياس قوة القبضة اليسري	٧
	*١.٥٤			١٧.٨٨	البيئي		
				١٩.٤٢	البعدي		
٠.٢	*٠.٥٩	*٠.٢٧		٠.٢١	القبلي	تحويل الانتباه	٨
	*٠.٣٢			٠.٤٨	البيئي		
				٠.٨	البعدي		
١.١٩	*٦.٣٠	*٣.٩٠		١٤.٩	القبلي	اختبار تركيز الانتباه	٩
	*٢.٤٠			١٨.٨	البيئي		
				٢١.٢	البعدي		

يوضح جدول (٢ - ٤) اقل دلالة فروق معنوية بين القياسات الثلاثة القبلية والبيئية والبعدي في متغير اختبارات الادراكات الحس حركية العامة باستخدام اختبار LSD ، وقد انحصرت قيمة اختبار (L.S.D) ما بين (٢) كأقل قيمة في اختبار تحويل الانتباه (٢,٨٤) كأكبر قيمة في اختبار قياس مسافة القدم اليسرى.

جدول (٣-٤)

فروق نسب التحسن المئوية بين قياسات البحث الثلاثة القبلية والبيئية و البعدية في متغير
اختبارات الادراكات الحس - حركية العامة قيد البحث

م	الاختبار	القياس	المتوسطات	فروق المتوسطات		
				القبلي	البيئي	البعدى
١	قياس مسافة القدم اليمنى	القبلي	٤٧.١٧			٨.١٨
		البيئي	٤٩.٠٨			٣.٩٧
		البعدى	٥١.٠٣			
٢	قياس مسافة القدم اليسرى	القبلي	٤٦.٩٩	٨.٦		١٠.٥٣
		البيئي	٤٩.٨٥			٤.١٩
		البعدى	٥١.٩٤			
٣	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣ ث	القبلي	٣.٧	٨.٩٢		١٦.٤٨
		البيئي	٣.٣٧			٨.٣
		البعدى	٣.٠٩			
٤	اختبار ادراك الزمن بمرور ١٠ ث	القبلي	١٢.٦	٧.٩٧		١٦.٦٦
		البيئي	١١.٤٧			٨.٤٥
		البعدى	١٠.٥			
٥	اختبار ادراك الزمن بمرور ٣٠ ث	القبلي	٢٥.٣٤	٩.١٥		١٤
		البيئي	٢٧.٦٦			٤.٤٤
		البعدى	٢٨.٨٩			
٦	قياس قوة القبضة اليمنى	القبلي	١٦.٢٢٢	٥.٦١		١٦.٣٩
		البيئي	١٧.١٣			١٠.٢١
		البعدى	١٨.٨٨			
٧	قياس قوة القبضة اليسرى	القبلي	١٧.٣١	٣.٢٩		١٢.١٩
		البيئي	١٧.٨٨			٨.٦١
		البعدى	١٩.٤٢			
٨	تحويل الانتباه	القبلي	٠.٢١	١٢٨.٥٧		٢٨٠.٩٥
		البيئي	٠.٤٨			٦٦.٦٦
		البعدى	٠.٨			
٩	اختبار تركيز الانتباه	القبلي	١٤.٩	٢٦.١٧		٤٢.٢٨
		البيئي	١٨.٨			١٢.٧٦
		البعدى	٢١.٢			

يوضح جدول (٣-٤) فروق نسب التحسن المئوية بين قياسات البحث الثلاثة القبلية والبيئية و البعدية في متغير اختبارات الادراكات الحس - حركية العامة قيد البحث ، وقد انحصرت نسبة التحسن ما بين (٢٨٠,٩٥%) كأكبر قيمة تحسن بين القياس القبلي والبعدى فى اختبار تحويل الانتباه ، (٣,٩٧%) كاصغر قيمة تحسن بين القياس البيئي والبعدى فى اختبار قياس مسافة القدم اليمنى.

جدول (٤-٤)

تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة القبلية والبيئية والبعديّة في متغير اختبارات الادراكات

الحس حركية المهارية قيد البحث

م	المتغير	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف
١	اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ اث	بين القياسات	٢	٣٢.٦	١٦.٣	*٤٥.٣٧
		داخل القياسات	٢٧	٩.٧	٠.٣٦	
		المجموع	٢٩	٤٢.٣		
٢	قياس مسافة القدم اليسري	بين القياسات	٢	١٦٦.٢	٨٣.١	٨٥.٩٧
		داخل القياسات	٢٧	٢٦.١	٠.٩٦	
		المجموع	٢٩	١٩٢.٣		

قيمة ف الجدولية عند درجتى حرية ٢ ، ٢٧ ومستوى معنوية ٠.٠٥ = ٣,٣٥

يوضح جدول (٤ - ٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البيئية - البعدية) في متغير اختبارات الادراكات الحس الحركية المهارية عند مستوى معنوية ودرجتى حرية ٢ ، ٢٧ ويتضح وجود فروق دالة إحصائيا مما استوجب الباحث ايجاد اقل دلالة فروق معنوية باستخدام اختبار (L.S.D).

جدول (٤-٥)

اقل دلالة فروق معنوية بين قياسات البحث القبلية والبيئية والبعديّة في متغير

اختبارات الادراكات الحس - حركية المهارية قيد البحث

L.S.D	فروق المتوسطات			المتوسطات	القياس	الاختبار	م
	البعدي	البيئي	القبلي				
٠.٤٥	*٢.٥	*١.٧		٢.٩	القبلي	اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ اث	١
	*٠.٨			٤.٦	البيئي		
				٥.٤	البعدي		
٠.٧٥	*٥.٧	*٣.٦		٨.٢	القبلي	اختبار قدرة اللاعب علي الإحساس بدقة الاداء	٢
	*٢.١			١١.٨	البيئي		
				١٣.٩	البعدي		

يوضح جدول (٤-٥) اقل دلالة فروق معنوية بين القياسات الثلاثة القبلية والبيئية والبعديّة في متغير اختبارات الادراكات الحس حركية المهارية باستخدام اختبار (LSD) وقد انحصرت قيمة الاختبار (L.S.D) ما بين (٠,٤٥) كاقبل قيمة في اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ اث ، (٠.٧٢) كأكبر قيمة في اختبار قدرة اللاعب على الاحساس بدقة الأداء.

جدول (٦-٤)

فروق نسب التحسن المئوية بين قياسات البحث الثلاثة القبلية والبيئية و البعدية في متغير

اختبارات الادراكات الحس - حركية المهارة قيد البحث

م	الاختبار	القياس	المتوسطات	فروق نسب التحسن المئوية %		
				القبلي	البيئي	البعدي
١	اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ اث	القبلي	٢.٩			
		البيئي	٤.٦	٥٨.٦٢	٨٦.٢	
		البعدي	٥.٤		١٧.٣٩	
٢	اختبار قدرة اللاعب علي الإحساس بدقة الأداء	القبلي	٨.٢	٤٣.٩	٦٩.٥١	
		البيئي	١١.٨		١٧.٧٩	
		البعدي	١٣.٩			

يوضح جدول (٦-٤) فروق نسب التحسن المئوية بين قياسات البحث الثلاثة القبلية والبيئية والبعدية في متغير اختبارات الادراكات الحس - حركية المهارة قيد البحث، وقد انحصرت نسبة التحسن ما بين (٨٦,٢) كأكبر قيمة تحسن بين القياس القبلي والبعدي في إختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ اث ، (١٧,٣٩) كأصغر قيمة تحسن بين القياس البيئي والبعدي في اختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ اث أيضا.

جدول (٧-٤)

تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - البيئية - البعدية) في القدرات المهارة

قيد البحث لليد و القدم اليسرى

م	المتغير	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف
١	بنش باليد الامامية يسري	بين القياسات	٢	٢٣.١٥٠	١١.٥٧٥	*٦٨.٦٩
		داخل القياسات	٢٧	٤.٥٥٠	٠.٠١٧	
		المجموع	٢٩	٢٧.٧٠٠		
٢	بنش باليد الخلفية يسري	بين القياسات	٢	١٣.٦١٧	٦.٨٠٨	*٤٦.٣٥
		داخل القياسات	٢٧	٣.٧٢٥	٠.١٣٠	
		المجموع	٢٩	١٧.٣٤٢		
٣	بك تشاجي بالامامية يسري	بين القياسات	٢	٢٠.٠	١٠.٠٠٠	*٦٤.٦٧
		داخل القياسات	٢٧	٤.١٧٥	٠.١٥٥	
		المجموع	٢٩	٢٤.١٧٥		
٤	بك تشاجي بالخلفية يسري	بين القياسات	٢	١٩.٥٠	٩.٥٢٥	*٥٦.٦٧
		داخل القياسات	٢٧	٤.٥٢٥	٠.١٦٨	
		المجموع	٢٩	٢٣.٥٧٥		

قيمة ف الجدولية عند درجتى حرية ٢ ، ٢٧ ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٣,٣٥

يوضح جدول (٧-٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - البيئية - البعدية) في القدرات المهارة قيد البحث لليد والقدم اليسرى وذلك عند مستوى معنوية ٥... ويتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة مما دفع الباحث إلى إجراء اختبار (L.S.D) لبيان اقل دلالة فروق معنوية بين - المجموعات.

جدول (٨-٤)

اقل دلالة فروق معنوية بين قياسات البحث الثلاثة (القبليية - البينية - البعدية)

في القدرات المهارية قيد البحث لليد والقدم اليسرى

L.S.D	فروق المتوسطات			المتوسطات	القياس	الاختبار	م
	البعدية	البينية	القبلي				
٠.٠٩	*٢.١٥	*١.٠٠		٦.٣٥	القبلي	بنش باليد الامامية يسرى	١
	*١.١٥			٧.٣٥	البيني		
				٨.٥٠	البعدية		
٠.٢٧	*١.٦٥	*٠.٨٠		٦.٣٠	القبلي	بنش باليد الخلفية يسرى	٢
	*٠.٨٥			٧.١٠	البيني		
				٧.٩٥	البعدية		
٠.٢٩	*٢.٠٠	*١.٠٠		٦.٥٥	القبلي	بك تشاجي بالامامية يسرى	٣
	*١.٠٠			٧.٥٥	البيني		
				٨.٥٥	البعدية		
٠.٣١	*١.٩٥	*١.٠٥		٦.٣٥	القبلي	بك تشاجي بالخلفية يسرى	٤
	*٠.٩٠			٧.٤٠	البيني		
				٨.٣٠	البعدية		

يوضح جدول (٨-٤) اقل دلالة فروق معنوية بين قياسات البحث الثلاثة القبليية - البينية - البعدية) في القدرات المهارية قيد البحث لليد والقدم اليسرى ، حيث انحصرت قيمة اختبار (L.S.D) ما بين (٠.٠٩) كاقبل قيمة في اختبار القدرات المهارية الخاص بمهارة بنش بالامامية يسرى ، (٠,٣١) كأكبر قيمة في اختبار القدرات المهارية الخاص بمهارة بك تشاجي بالخلفية يسرى.

جدول (٩-٤)

فروق معدل التغير بين قياسات البحث الثلاثة القبليية - البينية - البعدية) في القدرات

المهارية قيد البحث لليد والقدم اليسرى

L.S.D	فروق المتوسطات			المتوسطات	القياس	الاختبار	م
	البعدية	البينية	القبلي				
	٣٣.٨٥	١٥.٧٤		٦.٣٥	قبلي	بنش باليد الامامية يسرى	١
	١٥.٦٤			٧.٣٥	بيني		
				٨.٥٠	بعدية		
	٢٦.١٩	١٢.٦٩		٦.٣٠	قبلي	بنش باليد الخلفية يسرى	٢
	١١.٩٧			٧.١٠	بيني		
				٧.٩٥	بعدية		
	٣٠.٥٣	١٥.٢٦		٦.٥٥	قبلي	بك تشاجي بالامامية يسرى	٣
	١٣.٢٤			٧.٥٥	بيني		
				٨.٥٥	بعدية		
	٣٠.٧٠	١٦.٥٣		٦.٣٥	قبلي	بك تشاجي بالخلفية يسرى	٤
	١٢.٦			٧.٤٠	بيني		
				٨.٣٠	بعدية		

يوضح جدول (٩-٤) فروق معدل التغير بين بين قياسات البحث الثلاثة القبليية - البينية - البعدية) في القدرات المهارية قيد البحث لليد والقدم اليسرى ، حيث انحصرت بين (٣٣,٨٥) كأكبر

قيمة بين القياس القبلي والبعدي في اختبار القدرات المهارية الخاص بمهارة بنش بالامامية يسرى ، (١١,٩٧) كأقل قيمة في اختبار القدرات المهارية الخاصة بمهارة بنش بالخلفية يسرى

جدول (١٠-٤)

تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة (القبليية - البينية - البعدية)

في القدرات المهارية قيد البحث لليد والقدم اليمنى

م	المتغير	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف
١	بنش باليد الامامية يسرى	بين القياسات	٢	١٠.٨٥٠	٥.٤٢٥	*٢٣.١٦
		داخل القياسات	٢٧	٦.٣٢٥	٠.٢٣٤	
		المجموع	٢٩	١٧.١٧٥		
٢	بنش باليد الخلفية يسرى	بين القياسات	٢	٢٥.٦٥٠	١٢.٨٢٥	*٧٨.٢٥
		داخل القياسات	٢٧	٤.٤٢٥	٠.١٦٤	
		المجموع	٢٩	٣٠.٠٧٥		
٣	بك تشاجي بالامامية يسرى	بين القياسات	٢	١٢.١٧	٦.٤٠٨	*٢٥.٢٦
		داخل القياسات	٢٧	٦.٨٥٠	٠.٢٥٤	
		المجموع	٢٩	١٩.٦٦٧		
٤	بك تشاجي بالخلفية يسرى	بين القياسات	٢	٢١.٠٥٠	١٠.٥٢٥	*٦٨.٨٩
		داخل القياسات	٢٧	٤.١٢٥	٠.١٥٣	
		المجموع	٢٩	٢٥.١٧٥		

قيمة ف الجدولية عند درجتى حرية ٢ ، ٢٧ ومستوى معنوية ٠.٠٥ = ٣,٣٥

يوضح جدول (١٠-٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبليية - البينية - البعدية) فى القدرات المهارية قيد البحث لليد والقدم اليمنى وذلك عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ويتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة مما دفع الباحث الى إجراء اختبار (L.S.D) لبيان اقل دلالة فروق معنوية بين المجموعات، حيث تراوحت بين (٢٣,١٦) كأقل قيمة فى اختبار القدرات المهارية الخاصة بمهارة بنش باليد الامامية يمين، (٧٨٢٥) كأكبر قيمة فى اختبار القدرات المهارية الخاص بمهارة بنش باليد الخلفية يمينى .

جدول (١١-٤)

اقل دلالة فروق معنوية بين قياسات البحث الثلاثة (القبليية - البينية - البعدية) في القدرات

المهارة قيد البحث لليد والقدم اليمنى

L.S.D	فروق المتوسطات			المتوسطات	القياس	الاختبار	م
	البعدية	البينية	القبليية				
٠.٣٦	*١.٤٥	*٠.٩٥		٦.٢٥	قبلي	بنش باليد الامامية يسري	١
	*٠.٥٠			٧.٢٠	بيني		
				٧.٧٠	بعدي		
٠.٣٠	*٢.٢٥	*٠.٩٠		٦.٣٠	قبلي	بنش باليد الخلفية يسري	٢
	*١.٣٥			٧.٢٠	بيني		
				٨.٥٥	بعدي		
٠.٣٨	*١.٦٠	*٠.٧٥		٦.٥٥	قبلي	بك تشاجي بالامامية يسري	٣
	*٠.٨٥			٧.٣٠	بيني		
				٨.١٥	بعدي		
٠.٢٩	*٢.٠٥	*٠.٩٥		٦.٤٥	قبلي	بك تشاجي بالخلفية يسري	٤
	*١.١٠			٧.٤٠	بيني		
				٨.٥٠	بعدي		

يوضح جدول (١١-٤) اقل دلالة فروق معنوية بين قياسات البحث الثلاثة (القبليية - البينية - البعدية) في القدرات المهارة قيد البحث لليد والقدم اليمنى ، حيث بلغت أقل قيمة (٠.٢٩) في اختبار القدرات المهارة الخاص بمهارة بك تشاجي بالقدم الخلفية اليمنى ، وكانت أكبر قيمة (٠.٣٨) في اختبار القدرات المهارة الخاص بمهارة بك تشاجي بالقدم الامامية اليمنى.

جدول (١٢-٤)

فروق معدل التغير بين قياسات البحث الثلاثة (القبليية - البينية - البعدية) في القدرات

المهارة قيد البحث لليد والقدم اليمنى

م	الاختبار	القياس	المتوسطات	فروق المتوسطات		
				القبليية	البينية	البعدية
١	بنش باليد الامامية يسري	قبلي	٦.٢٥		١٥.٢٠	٢٣.٢٠
		بيني	٧.٢٠			٦.٩٤
		بعدي	٧.٧٠			
٢	بنش باليد الخلفية يسري	قبلي	٦.٣٠		١٤.٢٨	٣٥.٧١
		بيني	٧.٢٠			١٨.٧٥
		بعدي	٨.٥٥			
٣	بك تشاجي بالامامية يسري	قبلي	٦.٥٥		١١.٤٥	٢٤.٤٢
		بيني	٧.٣٠			١١.٦٤
		بعدي	٨.١٥			
٤	بك تشاجي بالخلفية يسري	قبلي	٦.٤٥		١٤.٧٢	٣١.٧٨
		بيني	٧.٤٠			١٤.٨٦
		بعدي	٨.٥٠			

يوضح جدول (١٢-٤) فروق معدل التغير بين بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية - البعدية) في القدرات المهارية قيد البحث لليد والقدم اليمنى ، وقد انحصرت نسبة التحسن ما بين (٦,٩٤) كأقل قيمة تحسن بين القياس البيني والبعدي في اختبار القدرات المهارية الخاص بمهارة بنش باليد الامامية اليمنى ، (٣٥,٧١) كأكبر قيمة تحسن بين القياس القبلي والبعدي في اختبار قياس القدرات المهارية الخاص بمهارة بنش باليد الخلفية اليمنى .

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج الفرض الأول : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة بين قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البينية - البعدية) لصالح القياس البعدي في متغيرات الإدراكات الحس - حركية العامة ..

يتضح من جدول (١ - ٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البينية - البعدية) في متغير اختبارات الإدراكات الحس حركية العامة لدى عينة البحث حيث أن قيمة (ف) الجدولية (٣,٣٥) وذلك عند مستوى معنوية (٠.٠٥) ودرجاتى حرية (٢٧.٢) اقل من قيمة (ف) المحسوبة والتي انحصرت في متغير الادراكات الحس - حركية العامة ما بين (٣,٩١ ، ٤٠.٠٨) وبذلك يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة مما دفع الباحث الى إجراء إختبار (L.S.D) لبيان أقل دلالة فروق معنوية بين المجموعات .

كما يشير جدول (٢ - ٤) أقل دلالة فروق معنوية بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية - البعدية) في متغير اختبارات الادراكات الحس - حركية العامة لدى عينة البحث حيث اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل متغيرات الادراكات الحس - حركية ماعدا متغير مسافة القدم اليسرى بين القياس البيني والبعدي (٢,٠٩) حيث كانت قيمة (L.S.D) الجدولية (٢,٨٤) أقل من قيمة اختبار (LSD) المحسوبة والتي انحصرت ما بين (٢٠٠٩ ، ٤,٩٥) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة ، متغير قوة القبضة اليمنى بين القياس القبلي والبيني (٠.٩١) حيث كانت قيمة اختبار (L.S.D) الجدولية (١.٣٩) أقل من قيمة اختبار (L.S.D) المحسوبة والتي انحصرت ما بين (٢٠٦٦ ، ٠.٩١) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة ، متغير قوة القبضة اليسرى بين القياس القبلي والبيني (٠,٥٧) حيث كانت قيمة اختبار (LSD) الجدولية (١,٣٥) أقل من قيمة اختبار (LSD) المحسوبة والتي انحصرت ما بين (٢,١١ ، ٠,٥٧) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة .



ويتضح من جدول (٣ - ٤) الخاص بفروق نسب التحسن المئوية بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية - البعدية) في متغير اختبارات الادراكات الحس - حركية العامة لدى عينة البحث وجود فروق في نسب التحسن الملوية حيث يتضح بالنسبة لاختبار قياس مسافة القدم اليمنى انحصار نسبة التحسن ما بين (٣,٩٧، ٨,١٨) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في قياس مسافة القدم اليسرى انحصرت نسبة التحسن (٤,١٩%، ١٠,٥٣%) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في اختبار ادراك الزمن بمرور ٣ ث انحصرت نسبة التحسن ما بين (٨,٤٥%، ١٦,٦٦%) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في اختبار ادراك الزمن بمرور ١٠ ث انحصرت نسبة التحسن ما بين (٨,٤٥، ١٦,٦٦) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في اختبار ادراك الزمن بمرور ٣ ث انحصرت نسبة التحسن ما بين (٤.٤٤%، ١٤%) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في اختبار قوة القبضة اليمنى انحصرت نسبة التحسن ما بين (١٦,٣٩، ٥,٦١%) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في اختبار قوة القبضة اليسرى انحصرت نسبة التحسن ما بين (٢,٢٩، ١٢,١٩) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في اختبار تحويل الانتباه انحصرت نسبة التحسن ما بين (٦٦,٦٦%، ٢٨٠,٩٥%) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة أما اختبار شبكة الأداء انحصرت نسبة التحسن ما بين (١٢,٧٦%، ٤٢,٢٨%) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة.

ويرجع الباحث هذا التحسن في الادراكات الحس - حركية إلى تمارينات الادراك الحس - حركي التي تم إدخالها على البرنامج التدريبي الذي طبق على عينة البحث ويتفق هذا ونتائج دراسة كل من صاحب الشحات (٢٠٠٨)، محمد محمود عرنديس (٢٠١١)، رامز عبد الستار (٢٠١٣) والتي أشارت إلى أن البرنامج التدريبي الموجه لتنمية الادراكات الحس - حركية له تأثير إيجابي في تحسن كافة الادراكات الحس - حركية ومستوى الأداء المهاري .

(٨٣ : ١)، (٦٧ : ٢)، (٦٦ : ٣)

مناقشة نتائج الفرض الثاني :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية - البعدية) لصالح القياس البعدي في متغيرات الادراكات الحس - حركية المهارية .

يتضح من جدول (٤ - ٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البينية - البعدية) في متغير اختبارات الادراكات الحس حركية المهارية حيث أن قيمة (ف) الجدولية (٣,٣٥)



وذلك عند مستوى معوية ٠.٠٥ أقل من قيمة (ف) المحسوبة والتي انحصرت في متغير الادراكات الحس - حركية المهارية ما بين (٤٥,٣٧ ، ٨٥,٩٧)

وبذلك يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة مما دفع الباحث إجراء اختبار (L.S.D) لبيان أقل دلالة فروق معنوية بين المجموعات.

ويوضح جدول (٥ - ٤) أقل دلالة فروق معنوية بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البيئية - البعدية) في متغير اختبارات الادراكات الحس حركية المهارية لدى عينة البحث حيث اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية باستخدام أقل دلالة فروق معنوية (LSD) حيث بلغت قيمة (L.S.D) بالنسبة لاختبار تسديد اللكمات والركلات في اث (٠.٤٥) وفي اختبار قدرة اللاعب على الاحساس بدقة الأداء (٠,٧٢) .

ويوضح جدول (٦ - ٤) الخاص بفروق نسب التحسن المئوية بين قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البيئية - البعدية) في متغير اختبارات الادراكات الحس - حركية المهارية لدى عينة البحث وجود فروق في نسب التحسن المئوية حيث يتضح بالنسبة لاختبار تسديد اللكمات والركلات في ١٠ ث انحصار نسبة التحسن ما بين (١٧.٣٩ % ، ٨٦,٢٢ %) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة

مناقشة نتائج الفرض الثالث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البيئية - البعدية) لصالح القياس البعدي في القدرات المهارية لليد والقدم اليسرى واليمنى .
أولاً: بالنسبة للقدرات المهارية لليد والقدم اليسرى .

يبين جدول (٧ - ٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبلية - البيئية - البعدية) في القدرات المهارية لليد والقدم اليسرى لدى عينة البحث حيث أن قيمة (ف) الجدولية (٣,٣٥) وذلك عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجتى حرية (٢ ، ٢٧) أقل من قيمة (ف) المحسوبة والتي انحصرت في القدرات المهارية لليد والقدم اليسرى بين (٤٦,٣٥ ، ٦٨,٦٩) وبذلك يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة مما دفع الباحث إلى إجراء اختبار (L.S.D) لبيان أقل دلالة فروق معنوية بين المجموعات

ويتضح من جدول (٨ - ٤) أقل دلالة فروق معنوية بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البيئية - البعدية) في القدرات المهارية لليد والقدم اليسرى لدى عينة البحث حيث اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية باستخدام أقل دلالة فروق معنوية (L.S.D) حيث

انحصرت قيمة اختبار (L.S.D) ما بين (٠.٠٩) كأقل قيمة في اختبار القدرات مهارية الخاص بمهارة بنش باليد الامامية يسرى ، (٠.٣١) كأكبر قيمة في اختبار القدرات مهارية الخاص بمهارة بك تشاجي بالقدم الخلفية يسرى .

ويوضح جدول (٩ - ٤) الخاص بمعدل التغير بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البيئية - البعدية) في القدرات مهارية لليد والقدم اليسرى لدى عينة البحث وجود فروق في نسب التغير حيث يتضح بالنسبة لمتغير بنش باليد الامامية يسرى انحصار نسبة التغير ما بين (١٥,٦٤ ، ٣٣,٨٥) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة ، في بنش باليد الخلفية يسرى حيث انحصرت نسبة التغير ما بين (١١,٩٧ ، ٢٦,١٩) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة ، في بك تشاجي بالقدم الامامية يسرى انحصرت نسبة التغير ما بين (١٣,٢٤ ، ٣٠,٥٣) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في بك تشاجي بالقدم الخلفية يسرى انحصرت نسبة التغير ما بين (١٢,١٦ ، ٣٠,٧٠) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة

ثانياً : بالنسبة للقدرات مهارية لليد والقدم اليمنى .

يبين جدول (١٠ - ٤) دلالة الفروق بين قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البيئية - البعدية) في القدرات مهارية لليد والقدم اليمنى لدى عينة البحث حيث أن قيمة (ف) الجدولية (٣,٣٥) وذلك عند مستوى معنوية (٠.٠٥) ودرجتي حرية (٢ ، ٢٧) أقل من قيمة (ف) المحسوبة والتي انحصرت في القدرات مهارية لليد والقدم اليمنى بين (٢٣,١٦ ، ٧٨,٢٥) وبذلك يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة مما دفع الباحث إلى إجراء اختبار (L.S.D) لبيان أقل دلالة فروق معنوية بين المجموعات

ويتضح من جدول (١١ - ٤) أقل دلالة فروق معنوية بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البيئية - البعدية) في القدرات مهارية لليد والقدم اليمنى لدى عيلة البحث حيث اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية باستخدام اقل دلالة فروق معنوية (L.S.D) حيث انحصرت قيمة اختبار (L.S.D) ما بين (٠,٢٩) كأقل قيمة في اختبار القدرات مهارية الخاصة بمهارة بك تشاجي بالقدم الخلفية يمنى ، (٠,٣٨) كأكبر قيمة في القدرات مهارية الخاص بمهارة بك تشاجي بالقدم الامامية يمنى.

ويوضح جدول (١٢ - ٤) الخاص بمعدل التغير بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبليّة - البيئية - البعدية) في القدرات مهارية لليد والقدم اليمنى لدى عينة البحث وجود فروق في نسب التغير حيث يتضح بالنسبة لمتغير بنش باليد الامامية يمنى انحصار نسبة التغير ما بين

(٦,٩٤ ، ٢٠,٢٣) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة، في بنش باليد الخلفية اليمنى حيث انحصرت نسبة التغير ما بين (١٤,٢٩ - ٣٥,٧) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة ، في بنش باليد الامامية انحصرت نسبة التغير ما بين (١١,٤٥ ، ٢٤,٤٢) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة ، في بك تشاجي بالقدم الخلفية اليمنى انحصرت نسبة التغير ما بين (١٤,٧٢ ، ٣١,٧٨) لصالح القياس البعدي بمقارنة متوسطات القياسات الثلاثة.

ومن خلال العرض السابق يتضح تحسن في مستوى الادراكات الحس ومستوى الأداء المهاري لمهارات قيد البحث ويرجع الباحث التحسن في الأداء للمهارات قيد البحث إلى التحسن في الادراكات الحس - حركية وبهذا يتحقق الهدف من البحث في التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح للادراكات الحس - حركية مستوى الأداء المهاري ومن هنا نجد أن نتائج الدراسة الحالية تتفق ونتائج دراسة كل من صاحب الشحات (٢٠٠٨) ، محمد محمود عرنديس (٢٠١١) ، رامز عبد الستار (٢٠١٣) إذ أشارت معظم نتائج البرامج التي تؤدي بتمرينات الإدراك الحس - حركي والمستخدم ل تنمية الإدراك حركية الأمر الذي يحسن من مستوى الأداء المهاري . (٣:٦٦) ، (٢ : ٦٧) ، (١ : ٨٣)

الاستخلاصات والتوصيات :

الاستخلاصات :

في ضوء هدف البحث وفي حدود العينة والمجالات الإحصائية لبيانات الدراسة امكن التوصل الى الاستنتاجات التالية

(١) يؤثر البرنامج المقترح والمطبق على عينة البحث تأثيراً إيجابياً على الإدراكات الحس - حركية (الإحساس بالمسافة - الإحساس بالزمن - الإحساس بالقوة - تحويل الانتباه- تركيز الانتباه.

(٢) يؤثر البرنامج المقترح تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات (بنش باليد الامامية - بنش باليد الخلفية - بك تشاجي بالقدم الامامية - بك تشاجي بالقدم الخلفية).

(٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في الاختبارات المستخدمة قيد الدراسة لصالح القياس البعدي لدى عينة لبحث.



(٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في مستوى أداء بعض المهارات (بنش باليد الامامية - بنش باليد الخلفية - بك تشاجي بالقدم الامامية - بك تشاجي بالقدم الخلفية) لصالح القياس البعدي لدى عينة البحث

التوصيات :

انطلاقا مما أسفرت عنه الدراسة من استخلاصات وفي ضوء النتائج التي تم التوصل اليها في هذا البحث يوصي الباحث بما يلي :

(١) الاهتمام بتنمية الإدراكات الحس - حركية في المرحلة السنية من (١٢ - ١٤ سنة). (٢) الإستعانة بالبرنامج التدريبي قيد البحث عند التخطيط التدريبي لناشئ التايكوندو من (١٢ - ١٤ سنة)

(٢) الإستعانة بتمرينات الإدراكات الحس - حركية التي أدخلت على البرنامج التدريبي المطبق على عينة البحث عند تنمية الإدراكات الحس حركية.

(٤) تطبيق برامج الادراكات الحس - حركية على مراحل سنية أخرى .



المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- ١) رامز عبد الستار (٢٠١٣) تأثير برنامج تدريبي لقدرات الادراك الحسي حركي علي أداء بعض المهارات الأساسية لكرة القدم، رسالة ماجستير، جامعة حلوان .
- ٢) محمد محمود عرندس (٢٠١١م) تأثير برنامج تدريبي لتطوير الادراك الحس - حركي والمستوي الرقمي لدى لرباع في رفعة الخطف، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
- ٣) صاحب الشحات: تأثير برنامج تمرينات لبعض مكونات الإدراك الحس - حركي على مستوى الأداء المهاري لناشئ كرة اليد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ٢٠٠٨م.
- ٤) غفران حسني حامد سلامة : تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء الفني وفق تعديلات القانون الدولي للكروجي في التايكوندو، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان، القاهرة ، ٢٠١٤م ..
- ٥) أبو الوفا أحمد محمود أبو الوفا : تأثير استخدام بعض الوسائط التدريبية علي تنمية بعض الصفات البدنية والأداء المهاري للاعبين التايكوندو ،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان ، القاهرة ، ٢٠٠٩م.
- ٦) احمد سعيد زهران برسيم: الطريق الاولمبي في رياضة التايكوندو، الطبعة الأولى، دار الكتب المصرية، القاهرة، ٢٠٠٥م
- ٧) غفران حسني حامد سلامة : تأثير تنمية القدرة العضلية علي فاعلية احتساب النقاط باستخدام واقي الجذع الإلكتروني وفق تعديلات القواعد الرسمية الدولية للكروجي في التايكوندو، رسالة ماجستير غير منشور ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان، القاهرة ، ٢٠١٠م.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- ٨) Casolino E,Lupo C.Cortis. C,Chiodo.S,Min ganti .C,capranical, Tessit ore.A : Technical and tactical analysis of Youth Taekwondo performance, Department of Human Movement and sport Sciences, University of Rome" Foroitalico," Rome, Italy, Jun; 26(6):148995.doi:10.1519/Jsc.0b013e 31823 LA66D, 2012
- ٩) Chung, P.,Ng,G : Taekwondo training improves theneuromotor excitability and reaction of large and small muscles, Physical therapy in sport, 13(3), PP.163-169,2012. Mental Strategies of international Level Taekwondo athletes, University of Ottawa(Canada), 1995

ثالثاً : مواقع شبكة الانترنت

- 10) .http://forum.sh3bwah.maktoob.com/t107898.html
- 11) -https://www.iasj.net/iasj?func-fulltext&ald-47469,21/07/2020, Tuesday.