

الخصائص البدنية والفسولوجية وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري

لطلاب كلية التربية البدنية والرياضية بالجمهورية اليمنية

أ. حسام الدين غيلان سيف عون جامعة البيضاء - الجمهورية اليمنية

د. بولوفة بوجمعة جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى محاولة التعرف على الخصائص البدنية والفسولوجية وعلاقتها بمستوى الاداء المهاري لطلبة قسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء بالجمهورية اليمنية حيث كانت عينة البحث مكونه من 70 طالبا 30 طالبا للمستوى الاول و40 طالبا للمستوى الرابع وكانت ادوات الدراسة عباره عن اختبارات بدنية وفسولوجية ومهارية تم تطبيقها على العينة من اجل الحصول على نتائج تبين لنا مدى استفادة طالب التربية البدنية والرياضية من المقررات العملية المبرمجة في القسم وهل يستفيد الطالب بدنيا وفسولوجيا ومهاريا أثناء فترة دراسته من المستوى الأول وحتى المستوى الرابع ومن خلال النتائج المتحصل عليها وجد أن الطالب أثناء دراسته من المستوى القسم عنده أداء مهاري جيد مع ضعف في اللياقة البدنية والفسولوجية وذلك لسوء برمجة المقررات العملية في القسم وعدم الاهتمام في تنمية هذه الجوانب من خلال عمل مقررات للياقة البدنية والفسولوجية والتركيز عليها في المقررات العملية الأخرى للألعاب الرياضية المختلفة وكذلك عدم وجود اختبارات قبول للطلبة تقام على أسس علمية وتشمل كل من اللياقة البدنية والفسولوجية والأداء المهاري.

الكلمات المفتاحية: الخصائص البدنية(السرعة، القوة، التحمل ، المرونة) - الخصائص الفسيولوجية(الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين، القدرة الهوائية، القدرة اللاهوائية) - الأداء المهاري - التربية الرياضية.

the characteristics of the physical, physiological and their relationship to the level of performance for students of the Faculty physical Education and Sports of the Republic of Yemen.(Study case of first and fourth year - Albayda University)

Summary:

The study aims to try to identify the characteristics of the physical, physiological and their relationship to the level of performance. This study shows skills of students in the Department of Physical Education and Sports at Albayda University, Republic of Yemen, where the research sample contains 70 students: 30 students of the first level and 40 students of the fourth level. They were the tools to the study; physical, physiological and skill which have been applied to the samples in order to get the results. The study shows us the extent to which a student of Physical Education and Sports of practical courses programmed in section. The benefit for the students physically, physiologically and skill appeared during the period of study from the first level and even the fourth level and through the obtained results. It was found that the performance was good but the physical and physiological fitness were weak. That is because of the courses in the department, also the careless in developing these sides through concentrating on these courses. n developing these sides through concentrating on these courses. Beside to that there are any acceptance tests on a scientific bases to involved the skilled performance, physical fitness and physiological fitness as well.

the characteristics of the physical, physiological and their relationship to the level of performance for students of the Faculty physical Education and Sports of the Republic of Yemen.(Study case of first and fourth year - Albayda University)

Résumé:

L'étude visait à tenter d'identifier les caractéristiques de la physique, physiologique et leur relation avec le niveau de compétences de performance pour les étudiants du Département de l'éducation physique et du Sport Universitaire République blanc du Yémen, où l'échantillon de recherche de numérotation 70 étudiants 30 étudiants pour le premier niveau et 40 étudiants au niveau de la quatrième et outils a été d'étudier les mots de tests de physique, physiologique et compétences ont été appliquées à l'échantillon afin d'obtenir les résultats nous montrer la mesure dans laquelle un étudiant de l'éducation physique et des sports de cours pratiques programmés dans la section bénéficiera l'élève physiquement et physiologiquement et Mharria au cours de la période d'étude du premier niveau et même le quatrième niveau et par les résultats obtenus a été trouvé pour être un étudiant pendant ses études à la section a une performance Mehari bon à la faiblesse de la condition physique et les cours pratiques physiologiques et si mal programmation dans le département et un manque d'intérêt pour le développement de ces aspects à travers le travail des décisions de la remise en forme et le physiologique et se concentrer sur pratiques des cours d'autres jeux de différents sports, ainsi que l'absence de tests d'acceptation pour les étudiants sont tenus sur une base scientifique et inclure toutes les remise en forme les compétences physiologiques et de performance.

مقدمة:

تسعى المجتمعات إلى إعداد المواطن الصالح الذي يساهم بشكل فعال في ارتقائها وتعد التربية البدنية والرياضية بأنشطتها المتنوعة والمختلفة، والنظم والقواعد التي تحكمها إحدى الوسائل التربوية، وأساساً قوياً في إعداد المواطن الصالح، حيث تزوده بخبرات ومهارات واسعة تمكنه من التكيف مع مجتمعه وتمده بالصحة والقدرة على العمل والإنتاج. (سعد، 1993). كما يشير كامل و آخرون " الى إن الإعداد الأكاديمي التخصصي يهدف إلى تزويد طلاب كليات التربية الرياضية بالمواد الدراسية التي تعمق فهمه للمادة التعليمية التي يتخصص فيها ومساعدته على السيطرة والتحكم من مهاراته والقدرة على توظيفها في المواقف التعليمية، ومعلم التربية الرياضية يدرس المقررات المرتبطة بالدراسات النظرية والتطبيقية لمجموعة الأنشطة التي سيقوم بتدريسها للتلاميذ في مراحل التعليم المختلفة، وهي عبارة عن أنشطة جماعية (كرة قدم . كرة سلة . كرة طائرة . كرة اليد) وأنشطة فردية (ألعاب قوى، تمرينات، وجمباز، سباحة، ومنازلات) بالإضافة إلى مجموعة مقررات ترتبط بالعلوم الأساسية" (كامل و آخرون ، 2000، ص18) كما يرى أمير " أن القدرات البدنية تعد من الركائز الأساسية التي يتوقف عليها المستوى المهاري للأنشطة الرياضية المختلفة، فإن الارتقاء بمستوى المهارة الحركية يتطلب نوعية معينة من الصفات البدنية والوظيفية بجانب بعض العوامل الأخرى وذلك تبعاً للاختلافات والفروق بين هذه الأنشطة الرياضية، ويؤدي ضعف هذه الخصائص والقدرات إلى تدني مستوى الأداء البدني والمهاري لدى الطلاب المعلمين" (أمير، 1997، م ، ص128). حيث يرى الطالب أن كليات وأقسام التربية البدنية والرياضية تعد أحد الصروح العلمية المتخصصة في إعداد الطلبة للانخراط في مهنة التربية البدنية والرياضية، حيث تساهم إسهاماً كبيراً في إعداد جيلاً من المعلمين يمكنهم من أداء دور تربوي متميز في هذا المجال، وقد اكتسبت هذه الكليات والأقسام تميزها من كونها تعنى بالطلاب من كل النواحي البدنية والفسولوجية، الجسمية، والصحية، والاجتماعية، والنفسية، والمهارية، فتخصص التربية البدنية يهدف إلى إعداد معلم كفاء قادر على تنشيط جميع هذه الجوانب، وعلى هذا يتم اختيار طلاب هذا التخصص بدقه وموضوعية، لأنهم سيحملون عبء متابعة كثير من جوانب الرعاية والملاحظة للتلاميذ في مدارسهم بعد التخرج، ومن هنا تحرص الكلية

عند وضع خططها وبرامجها في الوقوف على استعدادات وقدرات المتحقيين بها، للوفاء بمتطلبات الدراسة بكافة جوانبها النظرية والعملية (التطبيقية).

الإشكالية:

تعتبر التربية البدنية والرياضية بمختلف أنشطتها ونظمها وقواعدها التي تحكمها من الوسائل التربوية والأساس القوي في إعداد المواطن الصالح، وأن عملية اختيار معلم التربية البدنية والرياضية تعتبر الأساس الأول في منظومة إعداد المهني حيث أن الاختيار السليم ومراعاة متطلبات المهنة يعتبر الخطوة الأولى نحو الإعداد السليم والمناسب الذي يترتب عليه رفع مستوى أدائه المهني حيث يأتي هنا دور كليات وأقسام التربية البدنية والرياضية في هذا الجانب من خلال اختيار الطلاب المناسبين لدراسة هذا الإختصاص، ومن تتوفر فيهم الشروط المناسبة لدخول هذا المجال من خلال عمل اختبارات قبول تشمل الخصائص البدنية والفسولوجية والجسمية للطلاب المتقدمين، وهذا ما أكدته دراسة دولت وأسماء من خلال وضع وبناء مستويات معيارية يتم في ضوئها اختيار هؤلاء الطلاب المعلمين ومراجعة هذه المعايير وتحديثها بصفة مستمرة تجعلهم يمارسون الأنشطة المختلفة في مقررات التربية الرياضية وخصوصاً التطبيقية منها دون تعب وعناء، حيث أن الطالب يتعرض أثناء دراسته في هذه الكليات والأقسام إلى دراسة مقررات عملية (تطبيقية) بجانب المقررات النظرية، وطبيعة هذه المقررات العملية متنوعة ومتعددة المهارات، وتحتاج إلى نوعية معينة من المعلمين الذين تتوفر فيهم قدرٌ مناسبٌ من الخصائص البدنية والفسولوجية والمهارية بالإضافة إلى مستوى عالٍ من القدرات الحركية مما يؤهلهم للتفوق في هذا النوع من التأهيل، ويساهم بدرجة فعالة في استفادتهم من هذه المقررات، ولعل تحليل الأداء المهاري لتلك الأنشطة الرياضية في المقررات العملية (التطبيقية) ببرنامج الكلية يدل على أن هذه المقررات تحتاج إلى صفات وخصائص بدنية، وفسولوجية، وجسمية خاصة. ولأهمية ذلك رأى الطالب كونه مدرساً في قسم التربية البدنية أن القيام بدراسة شاملة لمعظم هذه الخصائص ومدى علاقتها بمستوى الأداء المهاري بالمقررات التطبيقية، أو الألعاب التي يمارسها الطالب ببرنامج الكلية الذي سوف يوفر فرصاً أكبر للنجاح والقيام بمتطلبات المهنة التي سيقوم بها بعد التخرج

بالكفاءة المطلوبة خاصة إذا تم ربط هذه المتغيرات بالأداء المهاري (المقررات التطبيقية) مما دفع الباحث إلى محاولة الإجابة على التساؤل الآتي:

السؤال العام: ماهي الخصائص البدنية والفسولوجية وعلاقتها بمستوى الاداء المهاري التي يتميز بها طلاب قسم التربية البدنية والرياضية (جامعة البيضاء) في الجمهورية اليمنية ؟
الأسئلة الفرعية:

1. ما مستوى الخصائص البدنية والفسولوجية المميزة لطلاب السنة الأولى ؟
2. ما مستوى الخصائص البدنية والفسولوجية المميزة لطلاب السنة الرابعة ؟
3. ما مستوى الأداء المهاري للمقررات العملية (التطبيقية) المميزة لطلاب السنة الرابعة؟
4. هل توجد فروق في الخصائص البدنية والفسولوجية للطلاب حسب مستواهم الدراسي (السنة الأولى والرابعة)؟
5. ما العلاقة الموجودة بين الخصائص البدنية والفسولوجية لطلاب السنة الرابعة ومستوى أدائهم المهاري في المقررات العملية؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة: يتميز طلاب قسم التربية البدنية والرياضية (جامعة البيضاء) في الجمهورية اليمنية بمستوى أداء مهاري عال رغم تدني مستوى خصائصهم البدنية والفسولوجية.

الفرضيات الجزئية:

1. يتميز طلاب السنة الأولى بخصائص بدنية وفسولوجية مقبولة لممارسة الرياضة.
2. يتميز طلاب السنة الرابعة بخصائص بدنية وفسولوجية متدنية.
3. يتميز طلبة السنة الرابعة بمستوى أداء مهاري عال.
4. توجد فروق في الخصائص البدنية والفسولوجية حسب مستواهم الدراسي (السنة الأولى والرابعة).
5. توجد علاقة ارتباطية بين الخصائص البدنية والفسولوجية لطلبة السنة الرابعة ومستوى أدائهم المهاري حسب المقررات العملية التطبيقية في برنامج الكلية.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:

- 1- مستوى الخصائص البدنية والفسولوجية المميزة لطلاب السنة الأولى.
- 2- مستوى الخصائص البدنية والفسولوجية المميزة لطلاب السنة الرابعة.
- 3- مستوى الأداء المهاري للمقررات العملية (التطبيقية) المميزة لطلاب السنة الرابعة.
- 4- العلاقة بين الخصائص البدنية والفسولوجية لطلاب السنة الرابعة ومستوى أدائهم المهاري في المقررات العملية (التطبيقية).

المفاهيم الدالة:

1- الخصائص البدنية: يعرفها أمير " بأنها " مجموعة العناصر والمكونات البدنية المرتبطة بالأداء المهاري في النشاط

الرياضي الممارس. حيث يقصد بالخصائص البدنية في هذه الدراسة عناصر اللياقة البدنية الأتية (القوة العضلية، التحمل العضلي، السرعة، المرونة) (أمير، 1997، ص48).

- القوة العضلية: يعرفها عبد المقصود نقلاً عن ستيلر 1973 بأنها "إمكانية العضلات أو المجموعة العضلية في التغلب على مقاومة أو عدة مقاومات خارجية" (عبد المقصود، 1997، ص113). كما يشير ريلي وتوماس **Reilly and Thomas** أن اللاعبين الأفضل بنية عضلية والأكثر قوة قادرون على أداء المهارات الحركية أثناء المنافسة تحت ضغط معين بصورة أفضل من اللاعبين المماثلين والأقل قوة عضلية (Reilly، 1977، ص183-184). حيث يعتبر ويسلوف وآخرون **Wisloff, et. Al** أن القوة العضلية مؤشراً للأداء الجيد والفعال، حيث أشار إلى أن هناك علاقة إيجابية بين القوة العضلية والأداء أثناء الموسم الرياضي، وتعد القوة العضلية من أهم الخصائص التي يمكن أن تميز اللاعبين الناجحين عن أمثالهم الأقل نجاحاً (Wisloff، 1998، ص462-467).

- التحمل العضلي: عرفها علاوي و رضوان " بأنها "قدرة العضلة أو العضلات في التغلب على مقاومات ذات شدة ما بين الشدة الأقل من القصوى إلى الشدة المتوسطة أو مواجهة هذه المقاومات أثناء الأداء لفترة طويلة" (علاوي و رضوان، 2001، ص103)

- السرعة: عرفها علاوي و رضوان " بالقدرة على التحرك من مكان إلى آخر في أقل زمن ممكن" (علاوي و رضوان، 2001م، ص140). وتتوقف السرعة على عوامل داخلية كسلامة الجهاز العصبي، ونوعية الألياف العضلية وكفاءة الأداء البدني، وعلى عوامل خارجية كالطقس، والرياح، وحالة الملعب (Gore، 2000، ص356-362).

- المرونة: ويعرفها الهزاع "بانها المدى الحركي للفرد عند مفصل أو مجموعة من المفاصل (الهزاع، 1997، ص70).

2- الخصائص الفسيولوجية: الفسيولوجي (علم وظائف الأعضاء): يعرفه سيد " بأنه العلم الذي يعني بدراسة جميع الوظائف الحيوية لأعضاء وأجهزة الجسم، وكيفية عمل كل منها، والعلاقة التنظيمية التي تربط وظائف الأجهزة الحيوية بالجسم بعضها البعض وتأثير العوامل الداخلية والخارجية على تلك الوظائف" (سيد، 2003، ص20). ويقصد بها في هذه الدراسة القدرة اللاهوائية والقدرة الهوائية.

- القدرة اللاهوائية: يعرفها الهزاع " بانها قدرة الفرد على أداء بدني عنيف في أقل زمن ممكن (الهزاع 1993م، ص146)، ويشير ريلي وآخرون **Rrilly, et.al** إلى أن القدرة اللاهوائية هامة في سرعة الجسم أثناء الحركات القصيرة والوثب للحصول على الكرة في الهواء بمختلف الألعاب الرياضية (Reilly, t.، 1995، ص207-213).

- القدرة الهوائية (اللياقة القلبية التنفسية): يعرفها الهزاع بانها " قدرة الفرد على استهلاك الأكسجين وتعني الاستهلاك الأقصى للأكسجين وهي دليل على اللياقة القلبية التنفسية (الهزاع، 1993م، ص159).

- الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين $VO_2 \max$: يعرفه علاوي و عبد الفتاح بما يلي "يطلق على أكبر سرعة لاستهلاك الأكسجين أثناء العمل العضلي باستخدام أكثر من 50% من العضلات بالجسم بالحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين أو القدرة الهوائية القصوى (علاوي و عبد الفتاح، 1984 م، ص302) كما يشير إدوارد فوكس بأن الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين يعد أهم عامل من عوامل النجاح الرياضي في فعاليات ومسابقات وألعاب التحمل جميعها، وهي قدرة الجسم القصوى على نقل واستهلاك أكبر كمية ممكنة من الأكسجين داخل

العضلات المشاركة في ذلك العمل (Fox، 1984). وكذلك تعريف كروسر، ستاريشكا، تسمرمان: بأنه القدرة القصوى لاستيعاب واستهلاك الأوكسجين ترتبط بإمكانية جسم الفرد القصوى على القيام بالمجهود البدني الهوائي الطويل الأمد بأفضل صورة ممكنة (Grosser M، 2008).

3- مستوى الأداء المهاري: تعريف إجرائي: نقصد به في هذه الدراسة الدرجة التي حصل عليها الطالب أثناء أداء الاختبارات المهارية في المقرر الدراسي العملي (التطبيقي) في نهاية كل فصل دراسي.

- المهارة: يعرفها حسنين "هي القدرة على أداء العمليات الحركية في سرعة وسهولة ودقة بمعناها العام" (حسينين، 1998، م، ص882).

4- التربية الرياضية: يعرفها السمرائي و بسطويسي " بأن التربية الرياضية مثلها كمثل المواد المنهجية الدراسية الأخرى، تعتبر وسيلة من الوسائل التربوية في المجال الدراسي" (السمرائي و بسطويسي، 1984، م، ص 68).

الدراسات السابقة والمشابهة:

الدراسة الاولى: قام عصام يحيى، عام(1993) بدراسة تحت عنوان "أثر المواد التطبيقية على بعض الصفات البدنية والوظيفية لطلبة كلية التربية الرياضية ببور سعيد" رسالة ماجستير حيث هدفت هذه الدراسة إلى: تأثير البرنامج الدراسي العملي على القدرات البدنية والمهارية والوظيفية للطلاب أثناء دراستهم لهذه الكليات والأقسام حيث تبينت نتائجها في تأثير هذه المقررات العملية (التطبيقية) على مستوى اللياقة البدنية والمهارة الحركية لهؤلاء الطلاب وأوصت هذه الدراسات بضرورة مراجعة وتحديث هذه المقررات حتى تتناسب مع مستوى اللياقة البدنية المفترض أن يصل إليها الطالب أثناء دراسته كما أوصت كذلك بضرورة إعادة النظر في اختبارات القبول للطلاب المتقدمين للالتحاق بهذه المهنة لتكون أكثر شمولاً للمواصفات التي ينبغي أن تتوفر في الطالب الذي يرغب في ممارسة هذه المهنة.

الدراسة الثانية: قامت غادة أنيس محمد العدوي عام 2000م بدراسة تحت عنوان "تأثير برنامج للياقة البدنية على بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية لضباط الشرطة" وهدفت الدراسة

إلى وضع برنامج للياقة البدنية ودراسة تأثيره على بعض عناصر اللياقة البدنية وهي القوة السرعة، المرونة، اللياقة الهوائية، اللياقة اللاهوائية، تركيب الجسم ودراسة تأثير البرنامج على بعض المتغيرات الفسيولوجية وهي النبض، الضغط، الكولسترول، السعة الحيوية ودراسة تأثير البرنامج المقترح على نسبة الدهون بالجسم واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ملائمة لطبيعة البحث وكانت العينة قوامها 27 ضابطاً من ضباط القيادات الوسطى بمعهد تدريب ضباط الشرطة وكانت الأدوات المستخدمة اختبارات اللياقة البدنية لعناصر اللياقة البدنية (قوة، سرعة، تحمل هوائي، تحمل لا هوائي، مرونة، تركيب الجسم) والقياسات الفسيولوجية للنبض والسعة الحيوية والكولسترول وتوصلت الدراسة إلى أن البرنامج المقترح أدى إلى تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية وهي (السرعة والقوة والتحمل الهوائي واللاهوائي وتركيب الجسم) كما أدى البرنامج المقترح إلى تحسين بعض المتغيرات الفسيولوجية وهي النبض والضغط والكولسترول والسعة الحيوية.

الدراسة الثالثة: قام عصام الدين متولي عبد الله، عام 2001م، بدراسة بعنوان "القيمة التنبؤية لاختبارات القبول للطلاب المعلمين المتقدمين لقسم التربية البدنية بكلية المعلمين بالإحساء بالمملكة العربية السعودية" دراسات ومقاييس في مجال التربية البدنية مكتبة اليميني الطبعة الأولى. حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الاختبارات البدنية للقبول والمقررات العملية بكلية المعلمين بالإحساء على عينة من (60 طالبا) من قسم التربية البدنية وقد أظهرت نتائج الدراسة على وجود علاقة دالة إحصائياً بين اختبارات القبول والمقررات العملية التي تدرس بالكلية، كما وجد أن مقررات (ألعاب القوى - كرة القدم - التمرينات - الجمباز) من أكثر المقررات العملية التي يتأثر الأداء فيها بعنصر القدرة التي تقاس باختبار الوثب العريض من الثبات.

الدراسة الرابعة: قام ممدوح محمد حسين، عام 2001، بدراسة بعنوان "دراسة لبعض المتغيرات البيولوجية وعلاقتها بمستوى الأداء العملي لطلاب قسم التربية البدنية بجامعة الملك سعود بالرياض". حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على المتغيرات البيولوجية المساهمة في مستوى الأداء العملي للطلاب والعلاقة بين بعض المتغيرات البيولوجية ومستوى الأداء العملي للطلاب

حيث وجد أن هناك علاقات ارتباط داله إحصائياً بين المتغيرات البيولوجية الحضارية ومستوى الأداء العملي وأن المتغيرات البيولوجية للمهارة البدنية والأنثروبومترية والفسيوبيولوجية تسهم في مستوى الأداء العملي حيث طبقت الدراسة على عينة من طلاب قسم التربية البدنية بجامعة الملك سعود للعام الدراسي 90-91 وبلغ حجم العينة 110 طالب أعمارهم 18-20 سنة. كما استخلص إلى عدة نقاط أهمها، وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين مستوى الأداء العملي وبعض المتغيرات الفسيولوجية وهي معدل النبض وضغط الدم الانقباضي بعد الجهد والسعة الحيوية النسبية والكفاءة البدنية والمعامل الحيوي.

الدراسة الخامسة: قام مستوى على الفقيه عام(2004م)، بدراسة تحت عنوان "الخصائص البدنية والفسيوبيولوجية والمهارية والنفسية المميزة لناشئ كرة القدم 10-16 سنة"، رسالة ماجستير، جامعة الملك سعود - كلية التربية قسم التربية البدنية وعلوم الحركة. حيث هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق في القدرة الهوائية بين مراكز اللعب حيث حقق لاعبي الدفاع والهجوم قيم أعلى مقارنة بلاعبي وسط الميدان حيث أجريت الدراسة على لاعبي كرة القدم السعوديين حيث أشارت نتائجها على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى 00.5) بين مراكز اللعب (الدفاع، والوسط، الهجوم) حيث كان لاعبو الهجوم الأفضل في القدرة اللاهوائية مقارنة بأقرانهم من لاعبي خط الدفاع ووسط الميدان كما أكدت هذه الدراسة أيضا على أن اختبار الوثب العمودي من ضمن الاختبارات التي ساهمت في التمييز بين اللاعبين ذوي المستوى العالي وأقرانهم ذوي المستوى المنخفض.

الدراسة السادسة: قام أحمد محمد عبد السلام, على عبدالله الجفري عام (2005م) بدراسة تحت عنوان "المستويات المعيارية لبعض الخصائص البدنية والصحية والوظيفية المميزة لطلاب كلية التربية البدنية والرياضية بالمملكة العربية السعودية"، وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف: على مستوى اللياقة البدنية لبعض الخصائص البدنية والصحية والوظيفية المميزة لطلاب كلية التربية البدنية والرياضية بالرياض وإيجاد العلاقة بين القياسات البدنية والصحية والوظيفية وتحديد مستويات معيارية لتلك القياسات، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث، وشملت عينة البحث على 571 طالبا من طلاب كلية التربية البدنية والرياضية بالرياض يمثلون

جميع المستويات الدراسية، وكانت الأدوات المستخدمة اختبار هارفارد للخطوة واختبارات اللياقة البدنية وقياس الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين وكانت الأدوات (شريط قياس - ساعة إيقاف - مراتب - جهاز العقلة - جهاز لقياس نسبة الشحوم) وتوصلت الدراسة إلى: أن مستوى اللياقة البدنية للطلاب بكلية التربية البدنية والرياضية بالرياض متوسطة وأن تحديد مستويات معيارية يمكن الاستعانة بها في تقييم مستوى القياسات البدنية والصحية والوظيفية للطلاب بكلية التربية البدنية والرياضية بالرياض كما يوجد ارتباط إيجابي بين المتغيرات البدنية والصحية والوظيفية للطلاب.

مناقشة الدراسات السابقة: من خلال إطلاعنا على الدراسات السابقة نجد معظم الدراسات السابقة تناولت موضوعاً واحداً هو التعرف على الخصائص أو الإستعدادات البدنية أو الفسيولوجية لفئات مختلفة من المجتمعات والبعض الآخر ربط هذه الخصائص بمستوى الأداء المهاري بلعبة أو رياضه معينه، وبعض هذه الدراسات هدفت إلى معرفة أثر البرنامج العملي الدراسي على هذه الخصائص، ومع أن هذه الدراسات أتفقت على موضوع واحد إلا أنها اختلفت في مجال البحث في هذا الموضوع من حيث عينة الدراسة، والبلد، والمنطقه، وأدوات جمع البيانات والمنهج العلمي المتبع، وكذلك طرق الإحصاء والتحليل. وبالرغم من الدراسات الأخيرة أتفقت مع الدراسه الحالية في تناولها لموضوع الخصائص البدنية والفسيولوجية وربطها بمستوى الأداء المهاري في ألعاب ورياضات مختلفة إلا أن هذه الدراسة تختلف عن الدراسات السابقة في كونها الأولى حسب علم الباحث تطبق على طلاب في مجال التربية البدنية والرياضية في الجمهورية اليمنية وتهدف للتعرف على خصائصهم البدنية والفسيولوجية وربط هذه الخصائص بمستوى أدائهم المهاري في ست مقررات عملية (هي عبارة عن المنهج الدراسي العملي التي سيقوم الطالب بتدريسه للتلاميذ في المدارس بعد تخرجه). وقد أستطاع الباحث من خلال عرضه ومراجعته لهذه الدراسات أن يسترشد إلى مايلي:

1. منهج البحث المستخدم والملائم لطبيعة الدراسة.
2. وسائل وطرق جمع البيانات المتعلقة بهذه الدراسة، بالإضافة إلى طريقة اختيار العينه وحجمها، وأهم الاختبارات والمقاييس المستخدمه في هذه الدراسة.

3. التعرف على الطرق والاساليب الاحصائية التي تساعد في تحقيق أهداف الدراسة.
4. الاستفادة من نتائج وتوصيات الدراسات السابقة في تدعيم نتائج الدراسة الحالية.
الدراسة الاستطلاعية: لقد قام الباحث بتطبيق الاختبارات البدنية والفسولوجية على عينه عشوائية من طلاب قسم التربية البدنية والرياضية كلية التربية رداً وقوامها 12 طالباً من جميع مستويات القسم حيث أن هذه العينة تمثل إلى حد كبير مفردات العينة الأصلية التي أجريت عليها الدراسة.
منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الذي يصنف ضمن مناهج البحث المتبعة

أدوات الدراسة : الدراسة تطلبت إلى ثلاثة اختبارات هي كالآتي:

الاختبار الأول: وذلك عن طريق اختبار عناصر اللياقة البدنية الآتية:

- 1- اختبار القوة العضلية: تم تقدير قوة وتحمل عضلات الذراعين والكتفين بواسطة اختبار الانبطاح المائل _ ثني الذراعين (push-up). (الهزاع، 1997، ص75).
 - 2- اختبار التحمل العضلي: تم قياس تحمل عضلات البطن والظهر بواسطة اختبار الجلوس من الرقود ثني الركبتين مع وضع اليدين متقاطعتين على الصدر لأكبر عدد من المرات في 60 ثانية(الهزاع، 1997، ص98).
 - 3- اختبار السرعة: تم قياس السرعة بواسطة اختبار العدو لمسافة 50 متر(علاوي ورضوان، 2001، ص103).
 - 4- اختبار المرونة: تم قياس مرونة عضلات أسفل الظهر وخلف الفخذين بواسطة صندوق المرونة لأقرب سم. (الهزاع، 1997م، ص178).
- الاختبار الثاني:** بالنسبة لأدوات الاختبار الثاني والمتمثل في قياس الخصائص الفسيولوجية:
- 1- قياس القدرة اللاهوائية: تم تقدير القدرة اللاهوائية بواسطة اختبار القفز العمودي لأقرب سم. (الهزاع، 1997، ص228).
 - 2- قياس القدرة الهوائية (اللياقة القلبية التنفسية): تم تقدير القدرة الهوائية بواسطة حساب الزمن اللازم لقطع مسافة 1600 متر (رضوان، 2006، ص363).

الاختبار الثالث: قياس مستوى الأداء المهاري: تم قياس مستوى الأداء المهاري عن طريق رصد الدرجات التي حصل عليها طلاب المستوى الرابع في اختبارات الأداء المهاري للأنشطة الرياضية ببرنامج الكلية في نهاية كل فصل دراسي بالمقررات العملية التالية " كرة القدم، كرة الطائرة، كرة اليد، كرة السلة، العاب القوى، الجمباز"، وذلك حتى نهاية الفصل الدراسي الأول لعام 2008-2009 م وتعتبر الدرجة من 50 هي الدرجة التي حصل عليها الطالب عند تقييمه في اختبارات الأداء المهاري لكل نشاط رياضي على حده في نهاية كل فصل دراسي، وقد تم اختيار هذه الأنشطة على اعتبار أن هذه الأنشطة هي محتوى المنهج الدراسي المقرر، وهذه المقررات موزعة على سبعة فصول دراسية في قسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء.

الأدوات المستخدمة لجمع بيانات الدراسة: ساعات توقيت، شريط قياس، صندوق خشبي، ميزان الكتروني، مسطرة كبيرة، طباشير.

اختبار الصدق: يقصد بالصدق صحة الاختبار لقياس ما وضع لقياسه أو صلاحية الأسلوب أو أداة القياس.

فالاختبار الأول والثاني هما عبارة عن اختبارات بدنية وفسولوجية موجهة ومقننه من قبل علماء ومختصين مشهود لهم في المجال وقد تم اعتمادها من خلال الاستعانة بالمراجع العلمية المتعددة التي أكدت على أهمية هذه الاختبارات والمقاييس حيث يمثل الاختبار الأول مقياس الخصائص البدنية (اللياقة البدنية) بينما يمثل الاختبار الثاني مقياس الخصائص الفسولوجية (القدرة اللاهوائية، القدرة الهوائية) كما تم حساب الأداء المهاري لطلاب المستوى الرابع بحساب الدرجات المتحصلين عليها في المقررات العملية لسته مقررات في نهاية كل فصل دراسي. ثم جمعت هذه النتائج وللتأكد من صدق الاختبارات على البيئة اليمينية استخدم الطالب معامل الصدق وهو (معامل الثبات)، حيث قام الباحث بحساب معامل الارتباط وقيمة ثبات كل اختبار، وكانت درجة الصدق المتحصل عليها (0.95).

الثبات: للتأكد من ثبات الاختبار الأول الخاص باختبار الخصائص البدنية أو (اللياقة البدنية) للطلاب وكذلك الاختبار الثاني الخاص باختبار الخصائص الفسولوجية، قام الباحث بإجراء اختبارات بدنية وأخرى فسولوجية على مجموعة من طلاب قسم التربية البدنية والرياضية رداً

كلية التربية جامعة البيضاء حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية وهم يمثلون جزء من أفراد عينة المجتمع الحقيقي (12 طالبا)، ثم قمنا بتسجيل النتائج المتحصل عليها واعدنا إجراء الاختبارات في نهاية الأسبوع الثاني على نفس العينة. بعدما قمنا بالدراسة الاستطلاعية على الطلاب على مرحلتين اختبار قبلي وبعدي قمنا بحساب قيمة الثبات بطريقة (a) كرونباخ حيث بلغت درجة الصدق ب(0.90)

عينة الدراسة : تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وهم كل أفراد مجتمع الدراسة من الطلاب الذكور "طلاب السنة الأولى وعددهم 30 طالبا، وطلاب السنة الرابعة وعددهم 40 طالبا والذين تتراوح أعمارهم بين 18-27 سنة وهذه الدراسة تضم عينة تمثل طلاب المستوى الأول والرابع من قسم التربية البدنية والرياضية كلية التربية رادع جامعة البيضاء في الجمهورية اليمنية البالغ عددهم (70)، وهم بذلك يمثلون المجتمع الأصلي للبحث أي عبارة عن مسح شامل. **مجالات الدراسة:** المجال البشري للدراسة: اعتمدت هذه الدراسة على طلاب المستوى الأول والمستوى الرابع من قسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء في الجمهورية اليمنية البالغ عددهم (70)، وهم بذلك يمثلون المجتمع الأصلي للبحث.

المجال المكاني للدراسة: تم إجراء جميع الاختبارات والقياسات البدنية والفسولوجية داخل الصالة المغلقة لقسم التربية البدنية والرياضية في الجامعة وبالنسبة لاختباري السرعة 50 مترا والقدرة الهوائية 1600 مترا فقد طبقت على مضمار العاب القوى في الأستاذ الرياضي بالمدينة. **المجال الزمني:** بعد تحديد عينة الدراسة تم إجراء الاختبارات والقياسات على الطلاب خلال العام الدراسي: 2008 – 2009 م، خلال الفترة الزمنية من 15/ 3/ 2009 إلى 22/ 3/ 2009 م.

أساليب المعالجة الإحصائية: تمت معالجة البيانات المتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية باستعمال جهاز الإعلام الآلي عن طريق منظومة أو حزمة تحليل البيانات الإحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS) التي بفضلها تم استخراج كل أنواع الجداول والمقاييس الإحصائية المناسبة لهذه الدراسة، والمتمثلة أساساً فيما يلي: اختبار مان . ويتني، المتوسط الحسابي، الانحراف

المعياري، الوسيط، اختبار التباين، اختبار مان ويتني (رضوان، 2002، ص334)، البرنامج الإحصائي (SPSS).

عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى والتي مفادها "يتميز طلاب السنة الأولى بقسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء بالجمهورية اليمنية بخصائص بدنية وفسولوجية مقبولة لممارسة الرياضة".

الجدول رقم (04) يبين القوة العضلية لطلاب السنة الأولى.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
30	24	20	20	09.29	86.34	17	40

يبين هذا الجدول أن أصغر قيمة للقوة العضلية لطلبة السنة الأولى يقدر ب(17) وأكبر قيمه للقوة العضلية تقدر ب(40) بينما جاءت قيمة متوسط قوتهم العضلية مقدر ب(24) بانحراف معياري قدره (09.29) وبدرجة تباين قدرها(86.34)، في حين يوجد نصف الطلبة قوتهم العضلية أكبر من(20) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغليبيتهم فتقدر قوتهم العضلية ب(20).وعليه نستنتج أن معدل القوة العضلية لطلبة السنة الأولى مرتفع ولكن بوجود فروق فردية كبيرة جدا بينهم.

الجدول رقم (05) يبين التحمل العضلي لطلاب السنة الأولى.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
30	19.10	19	19	03.33	11.12	14	26

يوضح هذا الجدول أن أصغر قيمة للتحمل العضلي لطلبة السنة الأولى يقدر ب(14) وأكبر قيمه للتحمل العضلي تقدر ب(26) وعالية جاءت قيمة متوسط تحملهم العضلي تقدر ب(19.10) بانحراف معياري قدره (03.33) وبدرجة تباين قدرها(11.12) في حين يوجد نصف الطلبة تحملهم العضلي أكبر من(19) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغليبيتهم فيقدر تحملهم العضلي ب(19).

الجدول رقم (06) يبين مرونة طلاب السنة الأولى.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
30	12.73	12	11	02.91	08.47	08	19

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن أصغر قيمة لمرونة طلبة السنة الأولى يقدر بـ(08) وأكبر قيمه للمرونة يقدر بـ(19) وعلية جاءت قيمة متوسط مرونتهم تقدر بـ(12.73) بانحراف معياري قدره (2.91) وبدرجة تباين قدرها(08.47)، في حين يوجد نصف الطلبة مرونتهم أكبر من(12) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فتقدر مرونتهم بـ(11).

الجدول رقم (07) يبين الوثب العمودي لطلاب السنة الأولى.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
30	41.96	40.50	33	07.39	54.72	33	66

يبين هذا الجدول أن أصغر قيمة للوثب العمودي لطلبة السنة الأولى يقدر بـ(33) وأكبر قيمه للوثب العمودي يقدر بـ(66) وعلية جاءت قيمة متوسط وثبهم العمودي تقدر بـ(41.96) بانحراف معياري قدره (07.39) وبدرجة تباين قدرها(54.72)، في حين يوجد نصف الطلبة وثبهم العمودي أكبر من(40.50) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر وثبهم العمودي بـ(33).

الجدول رقم (08) يبين سرعة طلاب السنة الأولى.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
30	06.56	6.81	07.32	0.83	0.68	05.14	07.57

يوضح هذا الجدول أن أصغر قيمة لسرعة طلبة السنة الأولى يقدر بـ(05.14) وأكبر قيمة للسرعة يقدر بـ(07.57) وعلية جاءت قيمة متوسط سرعتهم تقدر بـ(06.56) بانحراف معياري قدره (0.83) وبدرجة تباين قدرها(0.68)، في حين يوجد نصف الطلبة سرعتهم أكبر من(06.81) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فتقدر سرعتهم بـ(07.32).

الجدول رقم (09) يبين جري أو مشي 1600م طلاب السنة الأولى.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
30	06.54	06.47	07.12	0.96	0.93	05.15	8.20

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن أصغر قيمة لمسافة 1600م لطلبة السنة الأولى مقدره بـ(05.15) وأكبر قيمه مسافة 1600م يقدر بـ(08.20) وعلية جاءت قيمة متوسط مسافة 1600م لديهم بـ(06.54) بانحراف معياري قدره (0.96) وبدرجة تباين قدرها(0.93)، في حين يوجد نصف الطلبة مستواهم في مسافة 1600م أكبر من(06.47) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغليبتهم فمستواهم في مسافة 1600م يقدر بـ(07.12).

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية والتي مفادها " يتميز طلاب السنة الرابعة بقسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء بالجمهورية اليمنية بخصائص بدنية وفسولوجية متدنية".

الجدول رقم (10) يبين القوة العضلية لطلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	17.82	16.50	12	05.53	30.66	10	30

يبين هذا الجدول أن أصغر قيمة للقوة العضلية لطلبة السنة الرابعة يقدر بـ(10) وأكبر قيمه للقوة العضلية يقدر بـ(30) وعلية جاءت قيمة متوسط قوتهم العضلية مقدر بـ(17.82) بانحراف معياري قدره (05.53) وبدرجة تباين قدرها(30.66)، في حين يوجد نصف الطلبة قوتهم العضلية أكبر من(16.50) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغليبتهم فتقدر قوتهم العضلية بـ(12).

الجدول رقم (11) يبين التحمل العضلي لطلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	14.62	12	10	08.40	70.70	09	61

يوضح هذا الجدول أن أصغر قيمة للتحمل العضلي لطلبة السنة الرابعة تقدر بـ(09) وأكبر قيمه للتحمل العضلي تقدر بـ(61) وعلية جاءت قيمة متوسط تحملهم العضلي مقدرة بـ(14.62) بانحراف معياري قدره (8.40) وبدرجة تباين قدرها(70.70). في حين يوجد نصف الطلبة تحملهم العضلي أكبر من(12) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر تحملهم العضلي بـ(10).

الجدول رقم (12) يبين مرونة طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	14.81	13.50	10	04.42	19.61	10	25

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن أصغر قيمة لمرونة طلبة السنة الرابعة تقدر بـ(10) وأكبر قيمه للمرونة تقدر بـ(25) وعلية جاءت قيمة متوسط مرونتهم مقدرة بـ(14.81) بانحراف معياري قدره (04.42) وبدرجة تباين قدرها(19.61)، في حين يوجد نصف الطلبة مرونتهم أكبر من(13.50) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر مرونتهم بـ(10).

الجدول رقم (13) يبين الوثب العمودي لطلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	34.92	34.50	32	08.42	71.03	16	55

يبين هذا الجدول أن أصغر قيمة للوثب العمودي لطلبة السنة الرابعة تقدر بـ(16) وأكبر قيمه للوثب العمودي تقدر بـ(55) وعلية جاءت قيمة متوسط وثبهم العمودي مقدرة بـ(34.92) بانحراف معياري قدره (08.42) وبدرجة تباين قدرها(71.03)، في حين يوجد نصف الطلبة وثبهم العمودي أكبر من(34.50) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر وثبهم العمودي بـ(32).

الجدول رقم (14) يبين سرعة طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	07.52	07.47	07.45	0.53	0.28	06.12	08.72

يوضح هذا الجدول أن أصغر قيمة لسرعة لطلبة السنة الرابعة تقدر ب(06.12) وأكبر قيمه للسرعة تقدر ب(08.72) وعلية جاءت قيمة متوسط سرعتهم تقدر ب(07.52) بانحراف معياري قدره (0.53) وبدرجة تباين قدرها(0.28)، في حين يوجد نصف الطلبة سرعتهم أكبر من(07.47) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغليبتهم فتقدر سرعتهم ب(07.45).

الجدول رقم (15) يبين جري/مشي 1600م لطلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	07.26	07.43	07.58	0.72	0.51	05.20	08.30

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن أصغر قيمة لمسافة 1600م لطلبة السنة الرابعة مقدره ب(05.20) وأكبر قيمه لمسافة 1600م مقدره ب(08.30) وعلية جاءت قيمة متوسط مسافة 1600م لديهم ب(07.26) بانحراف معياري قدره (0.72) وبدرجة تباين قدرها(0.51)، في حين يوجد نصف الطلبة مستواهم في مسافة 1600م أكبر من(07.43) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغليبتهم فيقدر مستواهم في مسافة 1600م ب(07.58).

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة والتي مفادها "يتميز طلبة السنة الرابعة بقسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء بالجمهورية اليمنية بمستوى أداء مهاري عالي".

الجدول رقم (16) يبين الأداء المهاري لكرة القدم لدى طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	32.70	32	31	04.68	21.95	25	41

يبين هذا الجدول أن أصغر قيمة للأداء المهاري لكرة القدم لطلبة السنة الرابعة يقدر بـ(25) وأكبر قيمة تقدر بـ(41) وعلية جاءت قيمة متوسط أدائهم المهاري تقدر بـ(32.70) بانحراف معياري قدره (04.68) وبدرجة تباين قدرها(21.95)، في حين يوجد نصف الطلبة سنهم أكبر من(32) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر أداءهم المهاري في كرة القدم بـ(31).

الجدول رقم (17) يبين الأداء المهاري لكرة السلة لدى طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	37.22	38	43	06.84	46.79	25	50

يوضح هذا الجدول أن أصغر قيمة للأداء المهاري لكرة السلة لطلبة السنة الرابعة يقدر بـ(25) وأكبر قيمة تقدر بـ(50) وعلية جاءت قيمة متوسط أدائهم المهاري تقدر بـ(37.22) بانحراف معياري قدره (06.84) وبدرجة تباين قدرها(46.79)، في حين يوجد نصف الطلبة سنهم أكبر من(38) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر أداءهم المهاري في كرة السلة بـ(43).

الجدول رقم (18) يبين الأداء المهاري لكرة اليد لدى طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	35.55	34	28	06.53	42.66	25	47

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن أصغر قيمة للأداء المهاري لكرة اليد لطلبة السنة الرابعة يقدر بـ(25) وأكبر قيمة تقدر بـ(47) وعلية جاءت قيمة متوسط أدائهم المهاري تقدر بـ(35.55) بانحراف معياري قدره (06.53) وبدرجة تباين قدرها(42.66)، في حين يوجد نصف الطلبة سنهم أكبر من(34) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر أداءهم المهاري في كرة اليد بـ(28).

الجدول رقم (19) يبين الأداء المهاري لكرة الطائرة لدى طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	36.60	35	33	05.21	27.22	30	48

يبين هذا الجدول أن أصغر قيمة للأداء المهاري لكرة الطائرة لطلبة السنة الرابعة يقدر بـ(30) وأكبر قيمة تقدر بـ(48) وعلية جاءت قيمة متوسط أدائهم المهاري تقدر بـ(36.60) بانحراف معياري قدره (05.21) وبدرجة تباين قدرها(27.22)، في حين يوجد نصف الطلبة سنهم أكبر من(35) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر أدائهم المهاري في كرة الطائرة بـ(33).

الجدول رقم (20) يبين الأداء المهاري لألعاب القوى لدى طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	30.97	30	29	03.30	10.89	26	42

يوضح هذا الجدول أن أصغر قيمة للأداء المهاري لألعاب القوى لطلبة السنة الرابعة يقدر بـ(26) وأكبر قيمة تقدر بـ(42) وعلية جاءت قيمة متوسط أدائهم المهاري تقدر بـ(30.97) بانحراف معياري قدره (03.30) وبدرجة تباين قدرها(10.89)، في حين يوجد نصف الطلبة سنهم أكبر من(30) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغلبيتهم فيقدر أدائهم المهاري في ألعاب القوى بـ(29).

الجدول رقم (21) يبين الأداء المهاري للجمباز لدى طلاب السنة الرابعة.

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	التباين	أصغر قيمة	أكبر قيمة
40	35.92	36	34	04.21	17.76	28	47

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن أصغر قيمة للأداء المهاري للجمباز لطلبة السنة الرابعة يقدر بـ(28) وأكبر قيمة تقدر بـ(47) وعلية جاءت قيمة متوسط أدائهم المهاري تقدر بـ(35.92) بانحراف معياري قدره (04.21) وبدرجة تباين قدرها(17.76)، في حين يوجد

نصف الطلبة سنهم أكبر من (36) والنصف الآخر أصغر منه، أما أغليبتهم فيقدر أداءهم المهاري في الجمباز بـ(34).

عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة والتي مفادها "توجد فروق في الخصائص البدنية والفيولوجية لطلاب قسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء بالجمهورية اليمنية حسب مستواهم الدراسي (السنة الأولى والرابعة)".

الجدول رقم (22) يبين مدى وجود فروق في القوة العضلية بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة.

السنة	حجم العينة	قيمة المتوسط	مجموع المتوسطات	قيمة مان . ويتني	قيمة Z المعيارية	مستوى الخطأ	قيمة Z المجدولة	مستوى الدلالة	القرار
الأولى	30	45.98	1379.50	285.50	03.74	0.05	01.96	0.00	توجد دلالة
الرابعة	40	27.64	1105.50						

يبين هذا الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي للقوة العضلية لطلبة السنة الأولى يقدر بـ(45.98) مقابل قيمة (27.64) لطلبة السنة الرابعة، وعليه جاءت قيمة اختبار مان . ويتني تقدر بـ(285.50) ولكون حجم العينة الصغيرة أكبر من (20) تم تحويل قيمته إلى قيمة معيارية مقدرة بـ(03.74) وهي أكبر من القيمة المجدولة عند مستوى الخطأ (0.05) والمقدرة بـ(01.96) وهو ما يؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القوة العضلية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة بمستوى خطأ قدره (0.00) لصالح طلبة السنة الأولى.

الجدول رقم (23) يبين مدى وجود فروق في التحمل العضلي بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة.

السنة	حجم العينة	قيمة المتوسط	مجموع المتوسطات	قيمة مان . ويتني	قيمة Z المعيارية	مستوى الخطأ	قيمة Z المجدولة	مستوى الدلالة	القرار
الأولى	30	49.67	1490	175	05.06	0.05	01.96	0.00	توجد دلالة
الرابعة	40	24.88	995						

يوضح هذا الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي للتحمل العضلي لطلبة السنة الأولى يقدر بـ(49.67) مقابل قيمة (24.88) لطلبة السنة الرابعة، وعليه جاءت قيمة اختبار مان . ويتني تقدر بـ(175) ولكون حجم العينة الصغيرة أكبر من(20) تم تحويل فقيمتها إلى قيمة معيارية مقدرة بـ(05.06) وهي أكبر من القيمة الجدولة عند مستوى الخطأ(0.05) والمقدرة بـ(01.96) وهو ما يؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في تحملهم العضلي بمستوى خطأ قدره (0.00) لصالح طلبة السنة الأولى.

الجدول رقم (24) يبين مدى وجود فروق في المرونة بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة.

السنة	حجم العينة	قيمة المتوسط	مجموع المتوسطات	قيمة مان . ويتني	قيمة Z المعيارية	مستوى الخطأ	قيمة Z الجدولة	مستوى الدلالة	القرار
الأولى	30	30.35	910.50	445.50	01.84	0.05	01.96	0.06	لا
الرابعة	40	39.36	1574.50						توجد دلالة

يبين هذا الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي لمرونة طلبة السنة الأولى يقدر بـ(30.35) مقابل قيمة (39.36) لطلبة السنة الرابعة، وعليه جاءت قيمة اختبار مان . ويتني تقدر بـ(445.50) ولكون حجم العينة الصغيرة أكبر من(20) تم تحويل فقيمتها إلى قيمة معيارية مقدرة بـ(01.84) وهي أصغر من القيمة الجدولة عند مستوى الخطأ والمقدرة بـ(01.96) وهو ما يؤكد على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في مرونتهم بمستوى خطأ قدره (0.06).

الجدول رقم (25) يبين مدى وجود فروق في وثب بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة.

السنة	حجم العينة	قيمة المتوسط	مجموع المتوسطات	قيمة مان . ويتني	قيمة Z المعيارية	مستوى الخطأ	قيمة Z الجدولة	مستوى الدلالة	القرار
الأولى	30	44.90	1347	318	03.35	0.05	01.96	0.00	توجد
الرابعة	40	28.45	1138						دلالة

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي لوثب طلبة السنة الأولى يقدر بـ(44.90) مقابل قيمة (28.45) لطلبة السنة الرابعة، وعليه جاءت قيمة اختبار مان . ويتني تقدر بـ(318) ولكون حجم العينة الصغيرة أكبر من(20) تم تحويل فقيمتها إلى قيمة معيارية مقدرة بـ(03.35) وهي أكبر من القيمة المجدولة عند مستوى الخطأ(0.05) والمقدرة بـ(01.96) وهو ما يؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوثب العمودي بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة بمستوى خطأ قدره (0.00) لصالح طلبة السنة الأولى.

الجدول رقم (26) يبين مدى وجود فروق في السرعة بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة.

السنة	حجم العينة	قيمة المتوسط	مجموع المتوسطات	قيمة مان . ويتني	قيمة Z المعيارية	مستوى الخطأ	قيمة Z المجدولة	مستوى الدلالة	القرار
الأولى	30	21.22	636.50	171.50	05.08	0.05	01.96	0.00	توجد دلالة
الرابعة	40	46.21	1848.50						

يوضح هذا الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي لسرعة طلبة السنة الأولى يقدر بـ(21.22) مقابل قيمة (46.21) لطلبة السنة الرابعة، وعليه جاءت قيمة اختبار مان . ويتني تقدر بـ(171.50) ولكون حجم العينة الصغيرة أكبر من(20) تم تحويل فقيمتها إلى قيمة معيارية مقدرة بـ(05.08) وهي أكبر من القيمة المجدولة عند مستوى الخطأ(0.05) والمقدرة بـ(01.96) وهو ما يؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في سرعتهم بمستوى خطأ قدره (0.00) لصالح طلبة السنة الأولى.

الجدول رقم (27) يبين مدى وجود فروق في جري/ مشي 1600م بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة.

السنة	حجم العينة	قيمة المتوسط	مجموع المتوسطات	قيمة مان . ويتني	قيمة Z المعيارية	مستوى الخطأ	قيمة Z المجدولة	مستوى الدلالة	القرار
الأولى	30	26.18	785.50	320.50	03.31	0.05	01.96	0.00	توجد دلالة
الرابعة	40	42.49	1699.50						

يبين هذا الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي في جري/ مشي 1600م طلبة السنة الأولى يقدر بـ(26.18) مقابل قيمة (42.49) لطلبة السنة الرابعة، وعليه جاءت قيمة اختبار مان - ويتني تقدر بـ(320.50) ولكون حجم العينة الصغيرة أكبر من (20) تم تحويل قيمته إلى قيمة معيارية مقدرة بـ(03.31) وهي أكبر من القيمة الجدولة عند مستوى الخطأ (0.05) والمقدرة بـ(01.96) وهو ما يؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة بمستوى خطأ قدره (0.00) لصالح طلبة السنة الأولى.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة والتي مفادها "توجد علاقة ارتباطيه بين الخصائص البدنية والفسولوجية لطلبة السنة الرابعة بقسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء بالجمهورية اليمنية ومستوى أدائهم المهاري حسب المقررات العملية التطبيقية في برنامج الكلية".

الجدول رقم (28) يبين قيمة معامل ارتباط القوة العضلية لطلاب السنة الرابعة وأدائهم

المهاري

الجمباز	ألعاب القوى	كرة الطائرة	كرة اليد	كرة السلة	كرة القدم	الأداء المهاري
-0.13	-0.08	0.05	0.16	-0.11	0.05	القوة

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط بين القوة العضلية والأداء المهاري في مختلف الرياضات ضعيفة في مجملها، بحيث نجدها تقدر بـ(0.16) مع كرة اليد و(-0.13) مع الجمباز، (-0.11) مع كرة السلة، (-0.08) مع ألعاب القوى، (0.05) مع كرة القدم و(0.05) مع كرة الطائرة.

الجدول رقم (29) يبين قيمة معامل الارتباط بين التحمل العضلي لطلاب السنة الرابعة

وأدائهم المهاري.

الجمباز	ألعاب القوى	كرة الطائرة	كرة اليد	كرة السلة	كرة القدم	الأداء المهاري
-0.73	0.29	0.23	0.02	-0.03	0.14	التحمل العضلي

يوضح هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط بين التحمل العضلي والأداء المهاري في مختلف الرياضات ضعيفة في مجملها، بحيث نجدها تقدر ب(-0.73) مع الجمباز و(0.29) مع ألعاب القوة، (0.23) مع كرة الطائرة، (0.14) مع كرة القدم (-0.03) مع كرة السلة و(0.02) مع كرة اليد.

الجدول رقم (30) يبين قيمة معامل الارتباط بين المرونة لطلاب السنة الرابعة وأدائهم

المهاري.

الجمباز	ألعاب القوى	كرة الطائرة	كرة اليد	كرة السلة	كرة القدم	الأداء المهاري
0.07	0.02	-0.01	-0.32	0.10	0.11	المرونة

يبين هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط بين المرونة والأداء المهاري في مختلف الرياضات ضعيفة في مجملها، بحيث نجدها تقدر ب(-0.32) مع كرة اليد و(0.11) مع كرة القدم، (0.10) مع كرة السلة، (0.07) مع الجمباز، (0.02) مع ألعاب القوى و(-0.01) مع كرة الطائرة.

الجدول رقم (31) يبين قيمة معامل الارتباط بين الوثب لطلاب السنة الرابعة وأدائهم

المهاري.

الجمباز	ألعاب القوى	كرة الطائرة	كرة اليد	كرة السلة	كرة القدم	الأداء المهاري
-0.04	0.01	0.06	-0.15	0.23	0.04	الوثب

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط بين الوثب العمودي والأداء المهاري في مختلف الرياضات ضعيفة في مجملها، بحيث نجدها تقدر ب(0.23) مع كرة السلة و(-0.15) مع كرة اليد، (0.06) مع كرة الطائرة، (0.04) مع كرة القدم، (-0.04) مع الجمباز و(0.01) مع ألعاب القوى.

الجدول رقم (32) يبين قيمة معامل الارتباط بين السرعة لطلاب السنة الرابعة وأدائهم المهاري.

الجمباز	ألعاب القوى	كرة الطائرة	كرة اليد	كرة السلة	كرة القدم	الأداء المهاري
0.10	0.18	0.06	-0.07	0.01	0.06	السرعة

يوضح هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط بين السرعة والأداء المهاري في مختلف الرياضات ضعيفة في مجملها، بحيث نجدها تقدر بـ(0.18) مع ألعاب القوى و(0.10) مع الجمباز، (-0.07) مع كرة اليد، (0.06) مع كرة الطائرة، (0.06) مع كرة القدم و(0.01) مع كرة السلة.

الجدول رقم (33) يبين قيمة معامل الارتباط بين جري/مشي 1600م لطلاب السنة الرابعة وأدائهم المهاري.

الجمباز	ألعاب القوى	كرة الطائرة	كرة اليد	كرة السلة	كرة القدم	الأداء المهاري
0.25	0.32	0.35	0.16	0.01	0.17	جري/مشي 1600م

يبين هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط بين جري/مشي 1600م والأداء المهاري لمختلف الرياضات ضعيفة في مجملها، بحيث نجدها تقدر بـ(0.35) مع كرة الطائرة و(0.32) مع ألعاب القوى، (0.25) مع الجمباز، (0.17) مع كرة القدم، (0.16) مع كرة اليد و(0.01) مع كرة السلة.

مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات: بعد عرض وتحليل بيانات الدراسة الميدانية سنحاول مناقشتها في ضوء الفرضيات للوقوف على درجة تحققها أو بطلانها.

مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضية الأولى: والتي مفادها " يتميز طلاب السنة الأولى بخصائص بدنية وفسولوجية مقبولة لممارسة الرياضة". تشير نتائج الدراسة الميدانية إلى:

* أن معدل القوة العضلية لطلبة السنة الأولى مرتفع ولكن بوجود فروق فردية كبيرة جداً بينهم، أي أن هناك بعض الطلبة لديهم قوة عضلية كبيرة جداً وبعضهم ضعيفي القوة العضلية لأنهم غير رياضيين.

* أن لطلبة السنة الأولى بصفة عامة تحملاً عضلياً معتبراً ناتج عن كثافة الحصص التطبيقية التي تحتويها المقررات الدراسية.

* أن لطلبة السنة الأولى بصفة عامة لديهم مرونة متوسطة، لأن هذه الصفة لا يمكن تطويرها إلا في سن مبكرة.

* أن لطلبة السنة الأولى لديهم إمكانيات عالية في الوثب العمودي بحيث يقومون بالوثب لمسافات طويلة، لممارستهم الرياضة خلال طوال دراستهم في السنة الأولى.

* أن لطلبة السنة الأولى سرعة معتبرة ناتجة عن تمرنهم المستمر الذي سمح لهم برفع خصائص اللياقة البدنية.

* أن لطلبة السنة الأولى لديهم قدرة عالية في جري/ مشي 1600م لارتباط هذه الخاصية مع باقي خصائص اللياقة البدنية المرتفعة أيضاً إذا يتميز طلاب السنة الأولى بخصائص بدنية وفسولوجية مقبولة لممارسة الرياضة.

وهذا ما يدعم ما توصلت إليه هذه الدراسة، إذا يمكن القول أن الفرضية الأولى محققة، وبالتالي قبولها.

مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية الثانية: والتي مفادها " يتميز طلاب السنة بخصائص بدنية وفسولوجية متدنية "، تؤكد نتائج الدراسة الميدانية على:

* أن معدل القوة العضلية لطلبة السنة الرابعة متوسطة ولكن بوجود فروق فردية كبيرة جداً بينهم، وهذا راجع لكون البعض منهم ممارساً للرياضة فحافظ على قوته البدنية والأغلبية الباقية غير رياضية فهي لا تمارس الرياضة خارج الكلية ولا داخلها لكون مقرراتهم العلمية تحتوى فقط على المقاييس النظرية.

* أن التحمل العضلي لطلبة السنة الرابعة متواضع مع تسجيل فروق فردية بينهم، لكون معظمهم غير رياضيين.

* أن لطلبة السنة الرابعة لديهم مرونة منخفضة مع وجود فروق فردية طفيفة بينه، نظراً لكبر سنهم وعدم قدرتهم على تطوير هذه الخاصية.

* أن لطلبة السنة الأولى سرعة منخفضة لا تسمح لهم بممارسة باقي الأنشطة الرياضية.

* أن طلبة السنة الرابعة لديهم قدرة لاهوائية متواضعة نظراً لتدني مستوى مختلف خصائصهم البدنية.

إذا يتميز طلاب السنة الرابعة بخصائص بدنية وفسولوجية متدنية. هذا ما يدعم ما توصلت إليه الدراسة، إذا يمكن القول أن الفرضية الثانية محققة وبدرجة عالية، وبالتالي تم قبولها.

مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية الثالثة: والتي مفادها " يتميز طلاب السنة الرابعة بقسم التربية البدنية والرياضية جامعة البيضاء بالجمهورية اليمنية بمستوى أداء مهاري عالي". تشير نتائج الدراسة الميدانية إلى:

* أن طلبة السنة الرابعة لديهم أداء مهاري حسن في كرة القدم، أي أنهم تحصلوا على درجات حسنة في اختبارات الأداء المهاري الخاص بكرة القدم.

* أن طلبة السنة الرابعة لديهم أداء مهاري جيد في كرة السلة، أي أنهم تحصلوا على درجات جيدة في اختبارات الأداء المهاري الخاص بكرة السلة.

* أن طلبة السنة الرابعة لديهم أداء مهاري جيد في كرة اليد، أي أنهم تحصلوا على درجات جيدة في اختبارات الأداء المهاري الخاص بكرة اليد.

* أن طلبة السنة الرابعة لديهم أداء مهاري جيد في كرة الطائرة، أي أنهم تحصلوا على درجات جيدة في اختبارات الأداء المهاري الخاص بكرة الطائرة.

* أن طلبة السنة الرابعة لديهم أداء مهاري متوسط في ألعاب القوى، أي أنهم تحصلوا على درجات متوسطة في اختبارات الأداء المهاري الخاص بألعاب القوى.

* أن طلبة السنة الرابعة لديهم أداء مهاري جيد في الجمباز، أي أنهم تحصلوا على درجات جيدة في اختبارات الأداء المهاري الخاص بالجمباز.

إذا يتميز طلاب السنة الرابعة بكلية التربية البدنية والرياضية بالجمهورية اليمنية بأداء مهاري عال.

وهذا ما يدعم ما توصلت إليه الدراسة، إذا يمكن القول أن الفرضية الثالثة محققة جزئياً، وبالتالي تم قبولها.

مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية الرابعة: والتي مفادها " توجد فروق في الخصائص
بدنية و فسيولوجية للطلاب حسب مستواهم الدراسي (السنة الأولى والرابعة) "، تؤكد نتائج
الدراسة الميدانية على:

* أن طلبة السنة الأولى أفضل من طلبة السنة الرابعة في مستوى القوة العضلية، وما يؤكد ذلك
هو وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القوة العضلية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة
لصالح طلبة السنة الأولى.

* أن طلبة السنة الأولى أفضل من طلبة السنة الرابعة في التحمل العضلي، وما يؤكد ذلك هو
وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في تحملهم العضلي لصالح
طلبة السنة الأولى.

* أن كل من طلبة السنة الرابعة وطلبة السنة الأولى لا يمتلكون مرونة مناسبة لممارسة الرياضة،
وما يؤكد ذلك هو عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في
مرونتهم.

* أن طلبة السنة الأولى أفضل من طلبة السنة الرابعة في الوثب العمودي، وما يؤكد ذلك هو
وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوثب العمودي بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة لصالح
طلبة السنة الأولى.

* أن طلبة السنة الأولى أفضل من طلبة السنة الرابعة في السرعة، وما يؤكد ذلك هو وجود فروق
ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في سرعتهم لصالح طلبة السنة الأولى.

* أن طلبة السنة الأولى أفضل من طلبة السنة الرابعة في جري/ مشي 1600م ، وما يؤكد ذلك
هو وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة لصالح طلبة
السنة الأولى. وهذا ما يدعم ما توصلت إليه هذه الدراسة، إذا يمكن القول أن الفرضية الرابعة
متحققة وبدرجة عالية جدا، وبالتالي تم قبولها.

مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية الخامسة: والتي مفادها " توجد علاقة بين الخصائص
البدنية والفسيولوجية لطلاب (السنة الرابعة) ومستوى أدائهم المهاري حسب المقررات العملية
(التطبيقية) في برنامج الكلية "، تشير نتائج الدراسة الميدانية إلى:

* أنه لا توجد علاقة ارتباطيه بين القوة العضلية لطلبة السنة الرابعة تربية بدنية ورياضية وأدائهم المهاري.

* حيث نستنتج أنه توجد علاقة ارتباطيه قوية جدا بين التحمل العضلي لطلبة السنة الرابعة وأدائهم المهاري في الجمباز وكذا وجود علاقة متوسطة القوة بينها وبين كل من ألعاب القوى وكرة الطائرة، أما باقي الرياضات فلم تسجل بينها وبين التحمل أية علاقة ارتباطيه.

* حيث يمكن القول أنه لا توجد علاقة ارتباطيه بين مرونة طلبة السنة الرابعة وأدائهم المهاري في مختلف الرياضات ما عدى رياضة كرة اليد التي سجل معها ارتباط متوسط القوة.

* مما سبق يمكن القول أنه لا توجد علاقة ارتباطيه بين الوثب العمودي لطلبة السنة الرابعة تربية بدنية ورياضية ومختلف عناصر الأداء المهاري إلا مع كرة السلة التي تربطها معها علاقة ارتباطيه متوسطة القوة.

* حيث يمكن القول أنه لا توجد علاقة ارتباطيه بين سرعة طلبة السنة الرابعة ومختلف عناصر الأداء المهاري.

* أنه توجد علاقة ارتباطيه متوسطة القوة بين جري/ مشي 1600م لطلبة السنة الرابعة تربية بدنية ورياضية وكل من أدائهم المهاري في كرة الطائرة وألعاب القوى والجمباز على التوالي، مقابل عدم وجود أية علاقة ارتباطيه بينها وبين كل من كرة القدم وكرة اليد وكذا كرة السلة. هذا ما يدعم ما توصلت إليه هذه الدراسة، إذا يمكن القول أن الفرضية الخامسة غير متحققة، وبالتالي تم رفضها.

مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضية العامة: والتي مفادها " يتميز طلاب قسم التربية البدنية والرياضية بمستوى أداء مهاري عالي رغم تدني مستوى خصائصهم البدنية والفسولوجية "، تشير نتائج الدراسة إلى:

* أن طلاب السنة الأولى يتميزون بخصائص بدنية وفسولوجية مقبولة لممارسة الرياضة.

* أن طلاب السنة الرابعة يتميزون بخصائص بدنية وفسولوجية متدنية.

* أن طلاب السنة الرابعة يتميزون بأداء مهاري عال.

* أنه توجد فروق بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة في الخصائص البدنية والفسولوجية التي يتمتعون بها لصالح طلبة السنة الأولى.

* أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الخصائص البدنية والفسولوجية لطلاب (السنة الرابعة ومستوى أدائهم المهاري من خلال المقررات العملية (التطبيقية) فكلما إنتقل الطلبة إلى مستوى أعلى انخفضت لياقتهم البدنية وارتفع مستوى أدائهم المهاري.

إذا يتميز طلاب قسم التربية البدنية بمستوى أداء مهاري عال غير أن خصائصهم البدنية والفسولوجية متدنية.

إذا يمكن القول أن الفرضية العامة الأولى محققة في شطرها الأول وجزئيا في شطرها الثاني، وبالتالي قبولها.

الاستنتاجات: يمكن عرضها فيما يلي:

* أن معدل سن طلبة السنة الرابعة أكبر من معدل سن طلبة السنة الأولى، غير أن معدل أطولهم متقاربة غير أن أوزان طلبة السنة الأولى أكبر من أوزان طلبة السنة الرابعة.

* أن طلاب السنة الأولى بقسم التربية البدنية يتميزون بخصائص بدنية وفسولوجية مقبولة لممارسة الرياضة.

* أن طلاب السنة الرابعة بقسم التربية البدنية يتميزون بخصائص بدنية وفسولوجية متدنية.

* أن طلاب السنة الرابعة بقسم التربية البدنية يتميزون بأداء مهاري عال.

* كما توجد فروق بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة بقسم التربية البدنية في الخصائص البدنية والفسولوجية التي يتمتعون بها لصالح طلبة السنة الأولى.

* كما لا توجد علاقة ارتباطية بين الخصائص البدنية والفسولوجية لطلاب (السنة الرابعة) بقسم التربية البدنية ومستوى أدائهم المهاري من خلال المقررات العملية (التطبيقية).

* مما سبق يمكن القول أن طلاب قسم التربية البدنية والرياضية بالجمهورية اليمنية يتميزون بمستوى أداء مهاري عال غير أن خصائصهم البدنية والفسولوجية متدنية.

الاقتراحات:

1. إعادة تقييم مستوى الخصائص البدنية والفسولوجية لطلاب التربية البدنية والرياضية بالجمهورية اليمنية على فترات متقاربة ولجميع المستويات الدراسية ببرنامج الكلية ومقارنتها بمستوى هذه الخصائص مع خصائص الطلاب اليمنيين في اقسام وكليات التربية البدنية ومع الكليات والاقسام الأخرى في المجتمعات العربية .
2. الاخذ بعين الاعتبار معايير ومستويات هذه الخصائص(البدنية، الفسولوجية) عند اختيار وانتقاء الطلاب المتقدمين للقسم أو الكلية كل عام دراسي.
3. مراعاة هذه الخصائص (البدنية، الفسولوجية) عند وضع مفردات المقررات العملية (التطبيقية) ببرنامج الكلية.
4. إعادة النظر في برامج المقررات العملية لطلاب القسم أو الكلية بغرض اجراء تنمية شاملة ومرتزة لجميع عناصر اللياقة البدنية للطلاب والتي تساعدهم على الانجاز في الأداء البدني والمهاري في المقررات العملية (التطبيقية)، وذلك بتخصيص جزء من الوقت في بداية ونهاية المحاضرة العملية (التطبيقية).

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع باللغة العربية

1. أمير، كاظم جابر. (1997). اللياقة البدنية والصحة. الكويت.
2. حسنين، قاسم حسن. (1998). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة. ط1. الأردن: دار الفكر.
3. حسين ، ممدوح محمد. (2001). دراسة لبعض المتغيرات البيولوجية وعلاقتها بمستوى الأداء العملي لطلاب قسم التربية البدنية بجامعة الملك سعود بالرياض. عمان : دار المناهج.
4. رضوان، محمد نصر الدين. (2002). الإحصاء الوصفي في علوم التربية البدنية والرياضية. ط1. القاهرة: دار الفكر العربي.
5. رضوان ، محمد نصر الدين. (2006). طرق قياس الجهد البدني في الرياضة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
6. زكيه إبراهيم كامل و آخرون. (2000). طرق التدريس في التربية الرياضية . مكتبة الإشعاع الفنية. ط 1.
7. سعد، عصام يحيى محمد. (1993). أثر المواد التحليلية على بعض الصفات البدنية والوظيفية لطلبة كلية التربية الرياضية - رسالة ماجستير، بور سعيد.
8. السمراي، عباس أحمد صالح و بسطويسي، أحمد بسطويسي. (1984). طرق التدريس التربية الرياضية. جامعة بغداد.
9. سيد، أحمد نصر الدين. (2003). فسيولوجيا الرياضة نظريات وتطبيقات. ط1. القاهرة: دار الفكر العربي.
10. عبد السلام، احمد محمد و الجفري، على عبدالله . (2005). المستويات المعيارية لبعض الخصائص البدنية والصحية والوظيفية المميزة لطلاب كلية التربية البدنية والرياضية. المملكة العربية السعودية.

11. عبد الله، عصام الدين متولي. (2001). القيمة التنبؤية لاختبارات القبول للطلاب المعلمين المتقدمين لقسم التربية البدنية بكلية المعلمين بالإحساء . ط1. المملكة العربية السعودية : مكتبة اليميني.
12. عبد المقصود، السيد. (1997). نظريات التدريب الرياضي الجوانب الأساسية العلمية التدريبية.
13. العدوي، غادة أنيس محمد. (2000). تأثير برنامج للياقة البدنية على بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية لضباط الشرطة.
14. علاوي ، محمد حسن و عبد الفتاح، أبو العلا أحمد. (1984). فسيولوجيا التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
15. علاوي، محمد ورضوان، محمد. (2001). اختبارات الأداء الحركي. القاهرة: دار الفكر العربي.
16. الفقيه، مستوى على. (2004). الخصائص البدنية والفسولوجية والمهارية والنفسية المميزة لناشئ كرة القدم 10-16 سنة. رسالة ماجستير، جامعة الملك سعود.
17. الهزاع، هزاع محمد. (1993). تجارب معملية في وظائف أعضاء الجهد البدني. جامعة الملك سعود. الرياض المملكة العربية السعودية.

ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية

18. Fo Grosser M ,Starischka S ,Zimmermann E ,(1984).Das neue Konditionstraining ,BLV Sportwissen,Munchen,2008.x, Edward ,Sport Physiology,2nd,Saunders college publishing,USA.
19. Gore, C:(2000). Physiological tests for Elite Athletes .Australian sports Commission Human kinetics,Chapter..
20. Grosser M ,Starischka S ,Zimmermann E ,(2008)Das neue Konditionstraining ,BLV Sportwissen,Munchen.
21. Reilly, and Thomas,(1977). Application of multivariate analysis to the fitness assessment of soccer players. British journal of sports Medicine.
22. Reilly, T: and Stratton, G: (1995).Children and adolescents in sports: physidogical considerations. Sport Exercise and Injury.
23. Wisloff,u: Helgerud,j ;(1998).strength and endurance of elite soccer players .Med .Sci. Sport Exere.