





جامعة تيسمسيلت

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات

مصنفة " C "

في الآداب، الحقوق والعلوم السياسية، العلوم الاقتصادية
والعلوم الإنسانية والاجتماعية

المجلد الثالث عشر العدد 02 ديسمبر 2022

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

المجلد: 13 العدد: 02 ديسمبر (2022)

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات
مصنفة " C "



جامعة تيسمسيلت - الجزائر -

شروط النشر وضوابطه

المعيار مجلة علمية مصنفة تنشر البحوث الأكاديمية والدراسات الفكرية والعلمية والأدبية التي لم يسبق نشرها من قبل.

- دورية تصدر مرتين في السنة عن جامعة بتيسمسيلت. الجزائر.

- تُقبل البحوث باللغات العربية والفرنسية والإنجليزية.

- ضرورة وجود مختصر أو تمهيد للمقال سواء باللغة العربية أو الأجنبية.

- تخضع البحوث والدراسات المقدمة للمجلة للشروط الأكاديمية المتعارف عليها.

- تخضع البحوث للتحكيم من طرف اللجنة العلمية للمجلة.

- تتم الكتابة بخط (Traditional Arabic) حجم (15)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (14).

- تتم كتابة البحوث كاملة أو الفقرات والمصطلحات والكلمات باللغة الأجنبية داخل البحوث المكتوبة باللغة الفرنسية بخط

(Times new roman) حجم (12)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (10).

- تكون الهوامش والإحالات على طريقة أسلوب APA

- لا يقل حجم البحث عن 10 صفحات ولا تتجاوز 15 صفحة.

- المواد المنشورة تعبر عن آراء أصحابها، والمجلة غير مسؤولة عن آراء وأحكام الكتاب. كما أن ترتيب البحوث يخضع لاعتبارات تقنية وفنية.

المدير المسئول عن النشر

أ. د. عيساني امحمد.

المعيار

المجلد الثالث عشر العدد 2 ديسمبر 2022

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات

مصنفة " C "

تصدر عن جامعة تيسمسيلت - الجزائر

توجه جميع المراسلات باسم رئيس التحرير

عن طريق البوابة الإلكترونية www.asjp.cerist.dz

جامعة تيسمسيلت. الجزائر.

البريد الإلكتروني: www.cuniv.tissemsilt.dz

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

رئيس المجلة:

أ. د. دهوم عبد المجيد

المدير المسؤول عن النشر:

أ.د. عيساني محمد

رئيس التحرير:

أ.د. مرسي رشيد.

نواب رئيس التحرير:

أ.د. واضح أحمد الأمين، أ.د. علاق عبد القادر، أ.د. العيداني الياس، د. عطار خالد، د. قاسم قادة، د.

دهقاني أيوب، د. بوسكرة عمر، د. لكحل فيصل.

سكرتيرا المجلة:

عرجان نورة، سلطاني محمد رضا

هيئة التحرير:

أ.د. غربي بكاي، أ.د. قاسم قادة، د. عطار خالد، د. صالح ربوح، أ.د. مصايح محمد، د. بن رابح خير الدين،
د. بوسيف إسماعيل، أ.د. بوراس محمد، أ. د. شريط عابد، د. محي الدين محمود عمر، أ.د. روشو
خالد، أ.د. العيداني إلياس، أ.د. فايد محمد

الهيئة العلمية:

من جامعة تيسمسيلت: أ.د. بشير دردار، أ.د. بن فريجة الجلاي، أ.د. أحمد واضح أمين، أ.د. تواتي خالد، د. ربوح صالح، أ.د.
غربي بكاي، أ.د. بوركية ختة، أ.د. طعام شامخة، أ.د. شريف سعاد، أ.د. يعقوبي قدوية، أ.د. مرسلبي مسعودة، أ.د. بن علي
خلف الله، أ.د. رزايقية محمود، د. بوغاري فاطمة، د. قردان ميلود: ا.د. بوغراة محمد، أ.د. يونس محمد، رزايقية محمود، د.فتح
محمود، د. عيسى حورية، د. بوضوار صورية، وسواس نجاة، أ. د. بوزيان أحمد، من جامعة صفاقس، تونس: أ. د. عبد الحميد
عبد الواحد، د. بوبكر بن عبد الكريم، من جامعة المنصورة، مصر: د. محمد كمال سرحان، من جامعة طرابلس، ليبيا: د.
أحمد شرراش، من الجامعة الأردنية، الأردن: أ. د صادق الحايك، من جامعة الجزائر 03، الجزائر: د. فتحي بلغول، من
جامعة لمين دباغين، سطيف: أ. د بوطالبي بن جدو، من جامعة وهران: أ. د. مخطار حبار، من جامعة سيدي بلعباس: أ.
د. محمد بلوحي، من جامعة سعيدة: د. عبد القادر راجحي، من جامعة تلمسان: أ. د. محمد عباس، أ. د. عبد الجليل مرتاض،
من جامعة تيزي وزو: أ. د. مصطفى درواش، من جامعة مستغانم: د. منصور بن لكحل، من جامعة زيان عاشور، الجلفة:
د. حربي سليم، د. علة مختار، عروي مختار، من جامعة حسيبة بن بوعلي، شلف: أ. د حفصاوي بن يوسف، أ. د موسى
فريد، د. بوراس محمد، د. علاق عبد القادر، د. روشو خالد، أ.د. مرسي مشري، د. لعروسي أحمد، د. قززان مصطفى، د.
مسيكة محمد الصغير، د. زرقين عبد القادر، د. محمودي قادة،
د. العيداني إلياس، د. عيسى سماعيل، د. بوزكري الجيلاي،
د. ضويفي حمزة، د. كروش نور الدين ، د. بوكريدي عبد القادر، د. عادل رضوان. من جامعة ابن خلدون تيارت:
أ. د. عليان بوزيان، أ. د. فتاك علي، أ. د. بو سماحة الشيخ، أ. د. بن داود إبراهيم، أ. د. شريط عابد. UNIVERSITIE
PAUL SABATIER TOULOUZE 03. FRANCE: CRISTINE Mensson

كلمة العدد

يسر هيئة تحرير مجلة المعيار أن تقدم لكم المجلد الثالث عشر في عدده الثاني من سنة 2022م آملة أن تكون قد فتحت هذا الفضاء العلمي لكل الباحثين.

احتوى هذا العدد على أبحاث متنوعة، حيث خُصّص لكل ما يتعلق بالآداب والعلوم والإنسانية والاجتماعية، فتناول مواضيع في الفلسفة، التاريخ، وعلم النفس، بالإضافة إلى العديد من المقالات ذات الطابع الاقتصادي والقانوني، أما في الأدب فقد احتوى العدد على أبحاث حول النقد الأدبي وقضايا النشر، وفي علم الاجتماع تناول الباحثون قضايا تحوُّل القيم الاجتماعية وفكرة التواصل، ليختتم بأبحاث أخرى في النشاطات البدنية والرياضية.

تأمل هيئة التحرير أن تكون قد منحت للباحثين الفرصة المناسبة لتسيير حياتهم المهنية والعلمية.

المدير المسؤول عن النشر

أ.د. عيساني محمد



إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

الدكتور مسيكة صالح في ذمة الله

اللهم اغفر له وارحمه
وعافه واعف عنه
وأكرم نزله ووسع
مدخله واغسله بالماء
والثلج والبرد ونقه
من الذنوب والخطايا
كما ينقى الثوب
الأبيض من الدنس



كلمة في حق المرحوم الأستاذ:

مسيكة محمد الصغير

بمناسبة صدور هذا العدد من مجلة المعيار يطيب لنا أن ننوه بالمجهودات العلمية والعملية المقدمة من طرف الأستاذ المرحوم: مسيكة محمد الصغير وبتفانيه في خدمة العلم والمعرفة. تدرّج في مراتب التربية والتعليم من معلم إلى أستاذ التعليم المتوسط إلى مدير متوسطة، ثم انضم إلى سلك الأساتذة الجامعيين في أواخر 2013م، وكان عضواً محكّماً في المجلة (مجلة المعيار) تخصص حقوق، فقد كان أستاذاً بشوشاً متواضعاً خلوقاً متعاوناً مع الجميع يسعى في خدمة مصالح الناس والجميع يشهد له بذلك، نسأل المولى عز وجل أن يرحمه برحمته الواسعة، ويجعل قبره روضة من رياض الجنة، وأن يوسع له فيه مُدَّ بصره ويسكنه جوار النبيين والشهداء والصالحين وحسن أولئك رفيقاً، ويلهم أهله وذويه الصبر الجميل. آمين

أ.د. غربي بكاي

محتويات العدد

الرقم	الموضوع	الصفحة
01	- اتجاه التصحيح اللغوي عند القدماء سعد روان جامعة الجزائر02 (الجزائر) / أحمد حساني جامعة الجزائر 02 (الجزائر)	1-12
02	- التأويل والتأويل المضاعف تجاوز أم تجاوز، بحث في خرائط القراءة عند كيليطو مجاهد سامية جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / د. بوركبة بختة جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	13-23
03	- التجريب في الرواية الجزائرية المعاصرة. النشأة والتأصيل حراث ايمان جامعة باتنة/ سعادنة جمال جامعة باتنة	24-31
04	- التلقي النقدي لبحث السرقات الشعرية عند ابن رشيق القيرواني في كتابه 'قراضة الذهب' د. شهيرة برباري جامعة محمد خيضر بسكرة (الجزائر) / د. سعاد طويل جامعة محمد خيضر بسكرة (الجزائر)	32-45
05	الرواية التاريخية في النقد الجزائري المعاصر - التاريخ والرواية فضاء الرشح وغواية الإنشاء لبشير بويجرة أنموذجاً - بوزيان محفوظ جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / د. طعام شامخة جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	46-53
06	الصور السينمائية وجمالياتها في الفيلم الصامت (الأفلام الأولى، الرواد الأوائل) عبدو نادية جامعة الجلفة (الجزائر) / زيتوني عبدالرزاق جامعة الجلفة (الجزائر)	54-64
07	المستوى التعبيري اللغوي في السرد العربي -رواية (ميرامار) لنجيب محفوظ أنموذجاً- مختارية بن عابد جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم (الجزائر)	65-77
08	المصطلحات الصوتية الفيزيائية بين الدراسات الحديثة والدراسات القديمة ط د. لنقار ياسين جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / أ.د. بن فريحة الجيلالي جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	78-89
09	المصطلحات اللسانية ومشروع الذخيرة اللغوية العربية من منظور "عبد الرحمن الحاج صالح" د. تاحي بختة جامعة حسيبة بن بوعلي-الشلف-الجزائر.	90-98
10	المقاربة النقدية للقصّة القصيرة جدًا عند أحمد جاسم الحسين وحسين المناصرة قراءة في نقد النقد فهيحة محمّم جامعة الإخوة منتوري قسنطينة1-الجزائر / أ.د. وافية بن مسعود جامعة الإخوة منتوري قسنطينة 1(الجزائر)	99-114
11	الهوية وتجليات الانتماء في الشعر المغاربي الحديث محمد كوشنان مخبر الدراسات المعجمية والمصطلحية جامعة المدية (الجزائر)	115-131
12	بحث الأزمة في ترجمة المصطلح المستجد كورونا (كوفيد-19) عايدي فاطنة جامعة عمار ثليجي-الأغواط- الجزائر/ بن يوسف شتيح جامعة عمار ثليجي-الأغواط- الجزائر	132-142
13	بنية الشخصية وأبعادها الدلالية في رواية -"الزنزانة رقم 06" التفاعلية للكاتب "حمزة قريرة" نوال قرين جامعة قاصدي مرباح -ورقلة- الجزائر	143-156
14	تقسيمات الجملة العربية بين التراث والمعاصرة صفية سلطان جامعة حمه لخضر -الوادي (الجزائر) / عباس عبد الرؤوف جامعة حمه لخضر -الوادي (الجزائر)	157-171
15	خطاب "الما بعد" والمركزيات الجديدة في النقد الجزائري المعاصر ط.د. بلحاج كريمة جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / د. رندي محمد المركز الجامعي آفلو (الجزائر)	172-184
16	فاعلية اليوتوب " youtube " في تعليم اللّغة العربية معزوز خيرة جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	185-193
17	فعل القراءة عند حبيب مونسي من خلال كتابه نظريات القراءة في النقد المعاصر حنه أحمد جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / قردان الميلود جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	194-205
18	مصطلح البديع ودلالته عند علماء القرن الرابع الهجري مقارنة بين الباقلاني والروماني د. فتوح محمود جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / د. بن سعيد بشير جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	206-214

222-215	مقاربة أسلوبية في إلباذا الجزائر لمفدي زكريا د. دعنون آسية جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	19
233-223	Chanson sportive algérienne : création artistique et linguistique contemporaines TAAM Amina Université Abdelhamid IBN BADIS, Mostaganem/ BENRAMDANEFarid Université M'Hamed BOUGARA, Boumerdes	20
243-234	La compréhension des sigles de la presse algérienne spécialisée dans les TIC : Cas des étudiants du département de l'informatique MENDJOUR Hanane Université Ibn Badis -Mostaganem (Algérie/ BENRAMDANE FARID Université M'hamed Bougara Boumerdès (Algérie)	21
253-244	AlgerianApproachesto IrregularWars A. Kheireddine BOUHEDDA University of Medea(Algeria)/ B. Abdelbassat KALAFAT University Djilali Bounaama Khemis Miliana	22
265-254	Security threats to the phenomenon of illegal migration in the Sahel region of Africa- Study on the international dimension – Ait Ahmed Lamara MohamedPhD student, University of Sousse(Tunis) / Houria Boubekeur Doctor and researcher inAfrican Studies Tissemsilt University(Algeria)	23
275-266	الإطار القانوني والتنظيمي للوساطة في الجزائر العقون رفيق جامعة تيسمسيلت(الجزائر)	24
287-276	المشاركة السياسية في الانتخابات التشريعية جوان 2021 بالجزائر: دراسة مسحية في أسباب تراجع نسبة التصويت معيزي ليندة جامعة تيسمسيلت(الجزائر)/د.دهقاني أيوب جامعة تيسمسيلت(الجزائر)	25
298-288	المعضلة الجيوسياسية في الشرق الأوسط: قراءة في حسابات الربح والخسارة للسياسة الأمنية الإسرائيلية تجاه الأزمة السورية د. رحموني عبد الرحيم جامعة تلمسان(الجزائر)	26
308-299	النظام القانوني للفضاء الخارجي شكيرن ديلمي جامعة خميس مليانة (الجزائر)	27
327-309	النظرية المؤسسية التاريخية كأداة تفسير لظاهرة الانتقال الديمقراطي في الدول المغاربية (الجزائر، تونس، والمغرب ضمن إطار مقارن) آيت نوري رياض جامعة قسنطينة 3 (الجزائر)/ لطاد ليندة جامعة الجزائر 3 (الجزائر)	28
341-328	أهمية أنابيب نقل الطاقة في تحقيق السلام والتكامل الاقليمي ط.د. سحنون نور الايمان جامعة الجزائر 03	29
353-342	تبعات تحول الجزائر إلى دولة استقرار للمهاجرين الأفارقة ط.د. منصور نوال جامعة الجزائر 3/ د. حقاني حليلة جامعة الجزائر 3	30
363-354	تقنيات الهندسة الوراثية في ميزان الشريعة والقانون..التلقيح الصناعي نموذجاً لعطب بختة جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	31
379-364	توظيف عقد الاعتماد الإيجاري كآلية لحل إشكالية تمويل المؤسسات الصغيرة والمتوسطة في الجزائر بن شنوف فيروز جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	32
390-380	حماية حق المؤلف في المكتبة الرقمية د. مناصرية حنان جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	33
404-391	مشكلات إعادة بناء الدولة العربية ما بعد الثورات الشعبية في البلدان العربية 2010-2020-حالة ليبيا- ط.د. إبراهيم الخليل كرنال جامعة "امحمد بوقرة" بومرداس (الجزائر)	34
416-405	واقع الحوكمة المحلية في الجزائر بين التحديات والامتطلبات بومحكاك خدوجة جامعة سطيف 2 (الجزائر)/ لييد عماد جامعة سطيف 2 (الجزائر)	35
426-417	الدور الاستشاري للمحكمة الدستورية في الجزائر معلق سعيد جامعة تيسمسيلت (الجزائر)/ العقون رفيق جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	36

444-427	أثر خصائص مجلس الإدارة على الأداء المالي للشركات العمومية - دراسة حالة - بلحاج بن زيان جميلة جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / بوكريد عبد القادر جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	37
458-445	أثر صادرات الجزائر نحو إفريقيا على النمو الاقتصادي في الجزائر براهيمي عبد القادر جامعة أحمد درايعية أدرار (الجزائر) / بلال بوجمعة جامعة أحمد درايعية أدرار (الجزائر)	38
470-459	السياسات الاجتماعية والنمو الاقتصادي -دراسة قياسية باستعمال نموذج ARDL- العوفي حكيمه جامعة مصطفى اسطمبولي، معسكر(الجزائر)	39
481-471	العلاقة بين الاستثمار الأجنبي المباشر والتنوع الاقتصادي بالجزائر: -دراسة قياسية للفترة (1995-2020)- العربي مليكة جامعة بلحاج بوشعيب عين تموشنت-الجزائر- / بن الدين نور الهدى جامعة الجيلالي اليايس سيدي بلعباس-الجزائر- / ملياني ياسين جامعة بلحاج بوشعيب عين تموشنت-الجزائر-	40
495 -482	تأثير الصدمات النفطية على الإيرادات العامة في الجزائر-دراسة تحليلية اقتصادية خلال الفترة (1970-2020)- ماجن محمد محفوظ جامعة يحيى فارس المدية (الجزائر) / خليل عبد القادر جامعة يحيى فارس المدية (الجزائر)	41
510-496	تطور الاقتصاد الرقمي للعالم العربي في ظل جائحة كورونا بن فريحة نجاة جامعة الجيلالي بوعنامة خميس مليانة (الجزائر) / نصاح سليمان جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	42
524-511	Protection of consumer will in the electronic consumption contract A comparative study between Algeria and France and England legislations Moulay asma University of Algiers 01(Algeria)/ Moulay Zakaria University of Algiers01(Algeria)/ ANAN Ammar University of Algiers01, (Algeria)	43
538-525	دراسة تحليلية لواقع تمويل الاستثمارات الخضراء عن طريق الصكوك الإسلامية - عرض بعض التجارب الدولية - نور الدين طواهرية جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / عبد الحق القيني جامعة البليدة 2 (الجزائر)	44
556-539	دور العولمة الثقافية في التأثير على سلوك المستهلك من خلال وسائل الإعلام والاتصال البرامج التلفزيونية أنموذجا- الحاج سالمى جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / سوداني نادية جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	45
573-557	واقع المزيج التسويقي الموسع على فنادق ولاية تيسمسيلت فندق ملاس نموذجا معموري حليلة عزيزة جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / د.دحمانى علي جامعة حسية بن بوعللي شلف (الجزائر)	46
589-574	واقع وسائل الدفع الالكترونية المستحدثة في إطار التكنولوجيا المالية د. فوزي إينال جامعة الجزائر-3- (الجزائر)	47
602-590	أثر برنامج تدريبي مقترح بتمارين البليومتري على القوة الانفجارية لمصارع الكونغ فو(18-20) سنة عبورة رابع جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / سي العربي شارف جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / واضح أحمد الأمين جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	48
619-603	أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة زواوشة عبد القادر جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / بومعزة محمد لمين جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	49
633-620	اقتراحات لتعزيز مناعة الرياضيين في ظل جائحة كوفيد 19 سامر محمد عبد الوارث جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / واضح أحمد الأمين جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	50
647-634	انعكاسات التغيير الثقافي على تكوين الاتجاه نحو ممارسة النشاط الرياضي داخل المؤسسات التربوية - مرحلة التعليم الثانوي- كحلي أحمد جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / ربوح صالح جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	51
662-648	برنامج تروحي مقترح باستخدام ألعاب القوى للأطفال لتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لفترة السنة الثانية ابتدائي عبدالرحمان مراد جامعة تيسمسيلت (الجزائر) / فرفور محمد جامعة تيسمسيلت (الجزائر)	52
673-663	تأثير برنامج مقترح للتصور العقلي في تحسين بعض مهارات السباحة السباحين 12-14 سنة حمزة صديق جامعة تيسمسيلت / عرابي سعاد جامعة الجزائر 03	53
688-674	تقييم حمولة التدريب باستعمال مقياس إدراك الجهد الذاتي srPE وعلاقتها بحدوث الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر حاج أحمد مراد جامعة البويرة (الجزائر) / بولحارس نجيب جامعة البويرة (الجزائر) / قطيش محمود عبد الرحيم جامعة البويرة (الجزائر)	54
699-689	علاقة الكفاءة التدريسية لأستاذ التربية البدنية بالسلوك التوافقي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط سحوان أحمد جامعة حسية بن بوعللي الشلف (الجزائر) / يحيواوي محمد جامعة حسية بن بوعللي الشلف (الجزائر)	55

711-700	Kinship relationships under the crisis of Covid-19; field study in HammamSokhna _Setif- Amal Saghir Univ_batna/ Ben Sahel Lakhder Univ_batna	56
727-712	إشكالية الثقافة الرقمي وتعزيز الوعي الاجتماعي في تفعيل الصورة السياحية ط/د كنزة خيمش جامعة باجي مختار عنابة (الجزائر) / د/ ملياني نادية جامعة باجي مختار عنابة (الجزائر)	57
742-728	التأويلية البديل المنهجي لقراءة النص الديني عند محمد أركون أ. بوسكرة علي جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)	58
760-743	التنشئة الأسرية للأمهات وعلاقتها بممارسة العنف ضد الأبناء دراسة ميدانية لعينة من الامهات بولاية تيزي وزو ربيعة رميشي جامعة مولود معمري تيزي وزو (الجزائر)	59
771-761	الجدور التاريخية للمشكلات الاجتماعية في الجزائر 1830-1980 بن عودة محمد جامعة الجيلالي بوعمامة خميس مليانة (الجزائر)	60
778-772	الدراسات الكمية والكيفية في ميدان علوم الاعلام والاتصال دراسة في المفهوم والاشكاليات كيحول طالب جامعة الجيلالي بوعمامة خميس مليانة-الجزائر- / دحماني سمير جامعة الجيلالي بوعمامة خميس مليانة-الجزائر-	61
794-779	الدعوة إلى إعادة النظر في تفسير القرآن الكريم، سؤال المشروعية والمنهج فضيلة بنت محفوظ جوهرى جامعة الجزائر 1 بن يوسف بن خدة (الجزائر)	62
808-795	الدمج المدرسي للطفل التوحدي من وجهة نظر أساتذة التعليم الابتدائي ط.د/ فطيمة مغلاوي جامعة قسنطينة 2 - الجزائر-	63
819-809	الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى المراهق المتمدرس من وجهة نظر علم النفس وبعض الأدبيات والدراسات السابقة ط: طيبي عبد القادر كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة أبو قاسم سعد الله -الجزائر-/ الأستاذ الدكتور بحري نبيل كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة أبو قاسم سعد الله -الجزائر-	64
830-820	الصدفة، الضجيج والانظام كمفاهيم أساسية في فلسفة ميشال سير د. تيان مصطفى جامعة قسنطينة 02 (الجزائر)	65
846-831	العولمة والمرض النفسي من وجهة نظر الطلبة (دراسة ميدانية بجامعة الشلف) سيدي عابد عبد القادر جامعة حسبية بن بوعلي الشلف (الجزائر)	66
855-847	العولمة وأخلاقيات التفكير الرقمي د. ياسين مشتة المدرسة العليا للأساتذة- بوزريعة (الجزائر)	67
867-856	المنهج التجريبي في علم الاجتماع بين أوغست كونت وإميل دوركايم موسى قروني جامعة الجيلالي بوعمامة/ خميس مليانة (الجزائر)/ مفتاح بن اعمر جامعة الجيلالي بوعمامة/ خميس مليانة (الجزائر)	68
876-868	أنماط السلوكيات المنحرفة لدى المراهقين مستخدمي شبكة التواصل الاجتماعي فيسوك بوزار يوسف جامعة خميس مليانة (الجزائر)/ بوكريطة فاروق جامعة خميس مليانة (الجزائر)	69
887-877	تاريخ الأقليات في الدولة العثمانية - الأقلية اليهودية أنموذجا - أمينة حمودي جامعة الجزائر 2 (الجزائر)	70
902-888	تصميم اختبار تشخيص صعوبة تعلم الرياضيات دراسة تقنية على عينة من تلاميذ الطور الثاني من المرحلة الابتدائية بهلول حليلة جامعة سطيف 2 (الجزائر)/ أ.د تيغليت صلاح الدين جامعة سطيف 2 (الجزائر)	71
911-903	تعليمية الفلسفة والدراسات البيئية فاطمة صياد جامعة حسبية بن بوعلي-الشلف(الجزائر)	72
922-912	ثنائية الحقيقة والمنهج في فلسفة "هانز جورج غادامير" د. آسيا واعر جامعة باجي مختار عنابة - الجزائر-	73
938-923	جودة الحياة المدرسية في المدرسة الابتدائية: من وجهة نظر المعلمين أحمد خان جامعة "محمد بن أحمد" وهران 2 (الجزائر)/ بدرة معتمم ميموني جامعة "محمد بن أحمد" وهران 2 (الجزائر)	74

950-939	حضور الجبل ورمزيته في تاريخ الفلسفة حاج بن دحمان جامعة غليزان (الجزائر)	75
963-951	دراسة تاريخية لكلمة الترحيب الملقاة من طرف " فاطمة بكار " بمناسبة افتتاح مدرسة الإرشاد والتعليم بمنطقة سيدو - تلمسان 1953م- د. عمر جمال الدين دحماني جامعة جيلالي اليابس، سيدي بلعباس (الجزائر)	76
973-964	دور الإعلام العربي في تشكيل ثقافة الطفل د. لعويي يونس جامعة جيجل / ط.د: بوطيشة نصيحة جامعة جيجل	77
985-974	رمزية أسلوب التعبير النصي في الفضاء العمومي الافتراضي في الجزائر دراسة تحليلية سيميولوجية لعينة من خطاب صفحات فيسبوك رباب بن عياش كلية علوم الإعلام والاتصال جامعة الجزائر 3	78
996-986	طبيعة الخبرة الفنية بين محاكاة أفلاطون وهرمينوطيقا غادامير ط.د. عبايد نورية جامعة ابن خلدون تيارت-الجزائر -	79
1008-997	مدينة قسنطينة في الفترة القديمة بين تاريخها العريق ونقص الإثباتات الأثرية د. بودراع سفيان جامعة قسنطينة 2 (الجزائر) / سلامي توفيق جامعة قسنطينة 2 (الجزائر)	80
1022-1009	مدينة هيوريجيوس من التأسيس الى الفتح العربي الإسلامي عمار نواره جامعة الجزائر 2 (الجزائر) / سنية صامت جامعة باجي مختار عنابة (الجزائر)	81
1040-1023	مستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة ليسانس كلية العلوم الاجتماعية جامعة ابن خلدون- تيارت- المتزامنة مع جائحة كوفيد-19 ط.د / شعيب فتيحة جامعة ابن خلدون تيارت (الجزائر) / شعشوع عبد القادر جامعة ابن خلدون (الجزائر)	82
1052-1041	نحو رؤية معاصرة لدور مؤسسات التنشئة الاجتماعية في التقليل من السلوك الانحرافي لدى المراهق المتمدرس د. خريش زهير جامعة تيارت (الجزائر) / د. بوسكرة عمر جامعة المسيلة (الجزائر)	83
1061-1053	وسائل الإصلاح عند جمعية العلماء المسلمين الجزائريين في فترة ما بين 1931-1954 شهباني سماعيل المركز الجامعي مغنية (الجزائر)	84
1075-1062	علم اجتماع المخاطر نحو مقارنة سوسيو دينية - فلسفية مرباح مليكة جامعة ابن خلدون. (الجزائر)	85
1094-1076	التغير الاجتماعي وتأثيره على الخصائص البنائية الوظيفية للأسرة الريفية د. عبد السلام سليمة جامعة محمد بوضياف-المسيلة (الجزائر)	86

أثر برنامج تدريبي مقترح بتمارين البليومتري على القوة الانفجارية لمصارعي الكونغ فو (18-20) سنة

The effect of a proposed training program with plyometric exercises on the explosive power of kung fu wrestlers (18-20)

واضح أحمد الأمين مخبر برنامج البحوث المتعددة في علوم الرياضة وحركة الانسان جامعة تيسمسيلت (الجزائر) Ouadeh.ahmed.elamine@cuniv-tissemsilt.dz	سي العربي شارف جامعة تيسمسيلت (الجزائر) silarbic@yahoo.fr	عبورة رابح* مخبر القياس والتقويم، جامعة تيسمسيلت (الجزائر) aboura.rabah@cuniv-tissemsilt.dz
--	---	---

المعلومات المقال	الملخص:
تاريخ الارسال: 2022/09/26	تهدف الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح بتمارين البليومتري في تطوير القوة الانفجارية لمصارعي الكونغ فو (18-20) سنة، وللوصول إلى أهداف البحث أجريت دراسة ميدانية على مصارعي نادي مولودية قاوس جيجل للكونغ فو أقل من 20 سنة حيث احتوت العينة على 12 مصارعاً، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي في اختبارات (الوثب العمودي سارجنت، الوثب العريض، رمي الكرة الطبية من وضع الجلوس) وتوصلت النتائج إلى أن البرنامج التدريبي المقترح بتمارين البليومتري يطور القوة الانفجارية للأطراف العلوية والسفلية لمصارعي الكونغ فو (18-20) سنة.
الكلمات المفتاحية: ✓ تمارين البليومتري. ✓ القوة الانفجارية. ✓ الكونغ فو.	Abstract: The study aims to identify the effect of a proposed training program with plyometric exercises in developing the explosive power of kung fu wrestlers(18-20) years. Statistics in favor of the post-test in the tests ((Sargent's vertical jump, wide jump and seated medicine ball throw)), and the results concluded that the plyometric training program develops the explosive power of the upper and lower extremities of kung fu wrestlers (18-20) years.
Article info	
Received: 26/09/2022	
Keywords: ✓ plyometric exercises. ✓ explosive power. ✓ kung fu.	

1. مقدمة وإشكالية الدراسة:

تعدى التدريب الحديث حيز التقليد إلى توظيف كل ما هو محقق علمياً فتجاوزت نتائجه ما لم يكن يتخيل، فحطمت الأرقام القياسية وارتفعت مستويات الأداء فقاربت المثالية في تقنياتها ومهاراتها، مع تعدد وتنوع طرق وأساليب التدريب في البرامج التدريبية وفق المبادئ والأسس العلمية، وتأتي الرياضة القتالية على رأس التخصصات الأكثر اعتماداً على الجاهزية البدنية العالية (بركات وملوك، 2022، ص 207). ويعد التدريب البليومتري من أهم الأساليب التدريبية الحديثة حيث أصبح من أشهر وسائل التدريب لكل المستويات والأعمار ووسيلة مناسبة لقطاع عريض من الأنشطة الرياضية (شوف وناصر، 2017، ص 91) ونحن نعلم أن امتلاك القوة والسرعة يؤدي إلى تطوير وتنمية القدرة والقوة المميزة بالسرعة، وهذه الخاصية تعد مهمة جداً في جميع الألعاب الرياضية (ملحم، 1998، ص 163) ويستخدم في التدريب لزيادة مستوى القدرة الانفجارية المنتجة وعلى قدرة العضلات على الانقباض السريع، حيث إن التدريب البليومتري يستغل الطاقة والقدرة المخزونة نتيجة الانقباض والمطاطية ثم التحرر فجأة أي لحظياً بجانب أن هذا التدريب مصمم للرياضيين المتوسطين والمتقدمين ويرى كل من فيرونشكي وتاتيان (1983) وأشا (1981) أن تمارين البليومتري تستعمل لتطوير رد فعل الجهاز العصبي - العضلي وبنشاط مركزي ولا مركزي حيث يتولد حمل على مطاطية وانقباض العضلات، إن طبيعة مطاطية الألياف العضلية تسمح للعضلة بأن تخزن طاقة خلال الانقباض اللامركزي في الحركة، وهذا سيطلق بشكل طاقة حركية (تبعاً للحركة) في الانقباض المركزي اللاحق مسبباً حركة انفجارية سريعة (ثيودور، 2010، ص 10).

ويذكر كل من (بارووماجي) عن القوة الانفجارية أن معظم الرياضيين الناجحين يمتلكون قدراً كبيراً من القوة والسرعة ويمتلكون القدرة على الربط بين هاتين الصفتين بشكل متكامل لإحداث القوة المفجرة من أجل تحقيق أداء أفضل (علاوي وأحمد عبد الفتاح، 2000، ص 75)، لذا تعد القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين من الصفات المهمة التي يحتاجها المصارع أوريضيوالفنون القتالية لما تتميز به هذه الرياضة من مهارات تتطلب توليد قوة انفجارية للقيام بتلك المهارات، ويذكر شوكت وآخرون (1990) أن القوة الانفجارية ترتبط بعنصر القوة التي تعد من الوسائل المهمة التي تؤدي دوراً مهماً في رفع المستوى البدني للمصارعين (أبوحولة، 2017، ص 104) وتظهر أهمية القوة الانفجارية بصفة خاصة أثناء توجيه ركلة مفاجئة أو الوثب والطيران لأداء مهارة خاصة بالكاتا.

ومن الأهمية الكبيرة التي تحضها بها القوة الانفجارية في رياضة الكونغ فو وجب علينا كباحثين العمل على تطويرها والتركيز عليها إذ تشير الكثير من البحوث على أن التدريب البليومتري يساهم في تحسين الانجاز خاصة في الأنشطة الرياضية التي تتطلب دمج أقصى سرعة مع أقصى قوة للعضلة وأن التدريب البليومتري يساهم في تحسين الانجاز خاصة في الأنشطة التي تستخدم الانقباضات العضلية الانفجارية وهذا ما تأكد في نتائج دراسات (Koutchouk, Mokrani, & Bencheni, 2017, p. 18) و(KOTZAMANIDIS, 2006, p. 444) و(نزار وآخرون، 2016، ص 316) ومما سبق ذكره يتضح لنا أهمية التدريب البليومتري في تطوير القوة الانفجارية لدى المصارعين والتي تساهم في تطوير الأداء لديهم وكون الباحثون ذوي اختصاص واطلاع على نقائص مصارعي الكونغ فوالخليين من خلال ممارستهم للتحكيم والتدريب ارتأينا إلى دراسة مدى تأثير التدريب البليومتري على القدرة الانفجارية للمصارعين انطلاقاً من طرح التساؤلات الآتي:

2. التساؤلات:

2.1 التساؤل الرئيسي:

- هل يؤثر البرنامج التدريبي المقترح بتمارين البليومتري على القوة الانفجارية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة؟

2.2 التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في القوة الانفجارية للأطراف السفلية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في القوة الانفجارية للأطراف العلوية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة؟

3. فرضيات الدراسة:

3.1 الفرضية العامة:

- يؤثر البرنامج التدريبي المقترح بتمارين البليومتري على القوة الانفجارية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة.

3.2 الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في القوة الانفجارية للأطراف السفلية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في القوة الانفجارية للأطراف العلوية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة.

4. أهداف الدراسة:

- الكشف عن المدة والطريقة المثالية والناجعة التي يمكن من خلالها تطوير القوة الانفجارية عن طريق التدريب البليومتري والأداء المهاري المستعمل خلال النزال لمصارع كونغ فو أقل من 20 سنة.

- الكشف عن تأثير التدريب البليومتري على القوة الانفجارية للأطراف السفلية والعلوية لدى مصارع الكونغ فو (18-20) سنة.

5. أهمية الدراسة:

- إبراز العلاقة بين البرنامج التدريبي المقترح بالتمارين البليومترية والأهداف التي يضعها المدرب.

- الاستفادة من التمارين المقترحة واستخدامها من طرف المدربين كمرجع لتعليم الكونغ فو.

- إبراز دور المدرب في اختيار الطرق التعليمية المستخدمة للوصول إلى المستويات المطلوبة.

- اقتراح برامج تدريبية لتطوير القوة الانفجارية لدى مصارع الكونغ فو.

6. تحديد مفاهيم الدراسة:

1.6 البرامج التدريبية:

ويعرفها محمد إبراهيم أبوحلوة: هي مجموعة التمارين التي تحتويها الساعة التدريبية أو الوحدة التدريبية الواحدة داخل إطار المنهج الموضوع للعملية التدريبية لتحقيق الهدف للنشاط الذي يقوم به الفرد (أبوحلوة، 2017، ص 145).

2.6 التدريب البليومتري:

هي تمارينات تهدف إلى الربط بين القوة والسرعة في أداء الحركة من خلال حركة رد فعل انفجاري، والمصطلح يستخدم للدلالة على تمارينات القفز والقفز العميق ويمكن القول تتضمن أي تمرين يستخدم منعكس للامتداد للحصول على رد فعل انفجاري (صبري فرج، 2010، ص 82).

3.6 القوة الانفجارية:

قدرة الجهاز العضلي العصبي في التغلب على مقاومة ما تتطلب درجة عالية من سرعة الانقباضات العضلية (المندلوي وسعيد أحمد، 1979، ص 45).

ويشير العيداني نقلا عن وجيه محجوب وآخرون أن القوة الانفجارية تعرف على أنها أعلى قوة يحصل عليها الرياضي بأقل وقت وفي مرة واحدة. (شريف والعيداني، 2017، ص 51).

4.6 رياضة الكونغ فو:

الكونغ فو هي رياضة قتالية نشأت في الصين، أخذت الكونغ فولدى الأساتذة كثيراً من التعارف التي تعتمد على خبرات ووعي وإدراك كل منهم للكونغ إلا أن الكلمة إذا أردنا أن نطلق عليها تعريف وهو أسلوب له شهرة تعني الوقت والجهد والتمرين ذومردود إيجابي لكل من الرجال والنساء ولكل الأعمار، والذي يساعد على بناء جسد رشيق وعقل مدرك وواع وروح متزنة (Lorge, 2012, p. 09).

7. الدراسات السابقة والمشابهة:

7.1 الدراسة الأولى: دراسة بركات عبد العزيز وملوك كمال (2022) تحت عنوان أثر وحدات تدريبية مقترحة باستخدام طريقة

التدريب التكراري لتحسين صفة السرعة الحركية للأطراف السفلية لدى لاعبي الكونغ فو اقل من 13 - سنة.

وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على التدريب التكراري على سرعة الحركة للأطراف السفلية لمصارعي الكونغ فو اقل من 13 سنة. استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو التصميم مجموعتين وأجري البحث على عينة قصديه نادي مقلب النمر للكونغ فو بولاية مسيلة شملت 12 مصارعا وقسمت إلى مجموعتين متكافئتين ضابطة وتجريبية، قام الباحثان بتطبيق وحدات تدريبية بطريقة التدريب التكراري على المجموعة الضابطة خلال أربعة أسابيع بواقع ثلاثة وحدات تدريبية في الأسبوع وتدرجت المجموعة الضابطة بالشكل المعتاد تم التأكد من النتائج إحصائيا من خلال اختبار الجري في المكان خلال 30 ثانية.

توصل الباحث إلى أن التدريب التكراري يحسن من صفة السرعة الحركية للأطراف السفلية لمصارعي الكونغ فو اقل من 13 سنة (بركات وملوك، 2022).

2.7 الدراسة الثانية: دراسة طاهري رابع وعبودة رابع (2020) تحت عنوان اقتراح تمارينات بطريقة التدريب البليومتري لتطوير القوة المميزة بالسرعة لدى لاعبات المصارعة.

وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على التدريب بتمارين البليومتري ومدى فاعليتها في تطوير القوة المميزة بالسرعة لدى لاعبات المصارعة.

استخدم الباحثان المنهج التجريبي وأجري البحث على عينة بأسلوب الحصر الشامل والتي تمثلت في 8 مصارعات وهذا لصغر مجتمع البحث وعدم وجود نوادي المصارعة في الشرفة، قام الباحثان بتطبيق وحدات تدريبية بطريقة التدريب البليومتري على العينة خلال ثمانية أسابيع بواقع وحدتين تدريبيتين في الأسبوع تم التأكد من النتائج إحصائياً من خلال اختبارات قبلية وبعدي شملت اختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ، اختبار الجلوس من الرقود، اختبار الوثب العريض.

توصل الباحثان إلى أن للتمرينات المقترحة بطريقة التدريب البليومتري له أثر في تطوير القوة المميزة بالسرعة للمصارعات (طاهري وعبورة، 2020).

7.3 الدراسة الثالثة: حداث عبد الله ومزاري فاتح (2021) تحت عنوان أثر برنامج تدريبي باستخدام تدريبات البليومتري على بعض القدرات البدنية لدى لاعبي كرة اليد.

وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي باستخدام تمارين البليومتري على بعض القدرات البدنية لدى لاعبي كرة اليد.

استخدم الباحثان المنهج التجريبي والتصميم بمجموعتين وأجري البحث على عينة قصديه تكونت من 20 لاعبا فئة (15-17) سنة من نادي أمل عين بسام لولاية البويرة تم تقسيمه إلى مجموعتين متكافئتين ضابطة وتجريبية، تم تطبيق برنامج تدريبي بطريقة التدريب البليومتري على المجموعة التجريبية لمدة 8 أسابيع وبرنامج تقليدي للمجموعة الضابطة وتم التحقق من النتائج بتطبيق اختبارات بدنية قبلية وبعدي على المجموعتين (اختبار رمي الكرة الطبية، اختبار الوثب العمودي من الثبات، اختبار ثني الدراعين من وضع الانبطاح المائل، اختبار الجري بأقصى سرعة 30م).

توصل الباحثان من خلال النتائج المحققة أن التدرّب بطريقة البليومتري يطور من الصفات البدنية بشكل كبير وذلك في القوة الانفجارية للذراعين والرجلين، تحمل القوة، السرعة القصوى (حداش ومزاري، 2019).

8. الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

1.8 المنهج المتبع: يختلف المنهج المتبع على حسب اختلاف الظاهرة المدروسة وما يناسبها ولهذا تتنوع

مناهج الدراسة وهو عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه واعتمداً في دراستنا هذه على المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة معتمدين على تصميم المجموعة الواحدة باختبار قبلي وبعدي لمجموعة البحث.

2.8 الدراسة الاستطلاعية:

هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني (بن العايب وحمادي، 2021، ص 141) وهي تجربة صغيرة استطلاعية لاختبار مدى صحة التجربة الرئيسية فنحدد مجتمع الأصل ومفرداته أو نوعية الاختبار وعينة صغيرة من هذا المجتمع لتجري عليها التجربة (محجوب، 1993، ص 235) وهي تهدف إلى جمع أكبر عدد من المعلومات حول موضوع البحث وكذا فصل تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المتحصّل عليها ولذلك يشير عطا الله أحمد أن الفائدة من التطرق إلى الدراسة الاستطلاعية تكمن في أنها

تدل الباحث على المشكلات الميدانية التي يمكن أن يلقاها بغية تجاوزها وتعديلها لأجل إنجاز الدراسة الميدانية في أحسن الظروف، ولأجل ذلك قام الباحثان بتحديد مجموعة من الاختبارات البدنية الميدانية وعرضها على مجموعة من الأساتذة، كما قمنا في نفس الوقت بعرض أسس البرنامج التدريبي الذي وضع من أجل التحكيم، كما أجرينا عدة اتصالات ومقابلات بمختلف الوسائل (الهاتف، البريد الإلكتروني، وسائل التواصل الاجتماعي) من أجل تبيين المشكلة وعلى هذا كانت أهداف الدراسة الاستطلاعية على النحو التالي:

- الوقوف على واقع العمل الميداني لمدربي الكونغ فو وكشف الطرق المتبعة أثناء التحضير البدني.
- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تصادف الباحثين أثناء الدراسة الأساسية.
- مدى فهم الاختبارات وقد أجمعت جميع الآراء على وضوح وفهم جميع تطبيقاتها.
- شرح لطريقة التدريب البيليومتري وبعض التمارين الرياضية المطبقة.
- تحديد الاختبارات المنجزة ومدى سلامتها.
- التفاهم ووضع النقاط القانونية على مسؤولي النادي من أجل الدراسة الميدانية.

التعرف على الأسس العلمية للاختبارات (الثبات، الصدق، الموضوعية) والتعرف على الصعوبات والعوائق التي تواجه الباحثين وبعد أن تم تحديد الاختبارات الملائمة تم التوجه مباشرة إلى العينة والتي كانت قصرية وهي نادي كونغ فو ووشولنادي مولودية قاوس (18-20) سنة وشملت 16 مصارع، تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على أربعة من نفس العينة وذلك على مرحلتين المرحلة الأولى يوم (2022/05/11) والمرحلة الثانية بعد أسبوع بتاريخ (2022/05/18).

8. 3 متغيرات الدراسة:

أ- المتغير المستقل: وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة ويعرف باسم العامل التجريبي، ويتمثل في البرنامج التدريبي بتمارين البيليومتري.

ب- المتغير التابع: وهذا المتغير هو نتائج التأثير المتغير المستقل في الظاهرة ويتمثل في بحثنا هذا في القوة الانفجارية للمصارعين.

8. 4 المجال الزمني والمكاني للدراسة:

أ - المجال الزمني: وكان على مرحلتين الأولى للدراسة الاستطلاعية تم إنجاز الاختبار القبلي يوم (2022/05/11) والاختبار البعدي يوم (2022/05/18) والمرحلة الثانية من الدراسة الميدانية كانت يوم (2022/05/23) إلى يوم (2022/07/03).

ب- المجال المكاني: أجري الدراسة بالقاعة الرياضية للفنون القتالية لنادي مولودية قاوس بولاية جيجل بلدية قاوس.

8. 5 مجتمع وعينة البحث:

8. 5. 1 مجتمع البحث: يتألف مجتمع بحثنا من نوادي كونغ فو من فئة (18-20) سنة الناشطين برابطة ولاية جيجل و قذرو ب 13 نادي.

8. 5. 2 عينة البحث: اعتمد الباحثون على عينة قصديه وتم تطبيق أداة البحث على مصارعي مولودية بلدية قاوس أكابر (MBK) للموسم 2022/2021، وشملت 16 مصارع من فئة (18-20) سنة تم اختيارهم بطريقة قصديه وهم من نفس المواصفات أبعاد الباحثون 4 مصارعين من أجل الدراسة الاستطلاعية.

9. أدوات جمع البيانات:

1.9 البرنامج التدريبي: تم تنفيذ البرنامج في 6 أسابيع بواقع حصتين أسبوعياً خلال فترة الإعداد للبطولة الوطنية حيث تم أخذ مستويات التقدم الثلاثة في تمارين البليومتري بالاعتبار: منخفض الشدة (يقفز بدون أدوات)، معتدلة الشدة (مع الصناديق والحبال)، عالية الشدة باستخدام أدوات وبصعوبة أكبر، يتراوح القسم الرئيسي في كل وحدة من 30 إلى 45 دقيقة ويمبدأ التدرج.

الجدول رقم 1: التمارين البليومترية المتبعة وفق البرنامج التدريبي

عالية الشدة		متوسطة الشدة		منخفضة الشدة		التمارين البليومترية
الأسبوع 5	الأسبوع 6	الأسبوع 4	الأسبوع 3	الأسبوع 2	الأسبوع 1	
					10*3	Squat jump
				10*3	10*3	Tuck jumps
				10*3	7*3	Bounding with rings
12*4	10*4	12*3	10*3			JUMP TO BOX
				10*3	10*3	Single leg latéral hops
12*4	10*4	12*3	10*3			Depth jump
	10*4	10*4	12*3			Medicine Ball Push Up
10*4		12*3	10*3			Lateral hurdle jump
12*4	10*4			10*3		burpees
				10*3	7*3	Double leg hardel jump
12*4	10*4	12*3	10*3			One leg hardel jump

2.9 الاختبارات البدنية:

1.2.9 اختبار القوة الانفجارية للذراعين:

أ- رمي الكرة الطبية من الجلوس:

غرضه: قياس القوة الانفجارية للذراعين وقوة الجزء العلوي من الجسم (الشكل 1).

الأدوات: مساحة رمي مفتوحة، كرة طبية 5 كغ، شريط لقياس المسافة.

وصف الأداء: يأخذ الرياضي الكرة الطبية بكلتا يديه وإسنادها إلى صدره ثم يقوم بثني الركبتين ورجليه متباعدتين أي وضعية (مابو) وظهره ملتصق بالجدار ثم يقوم برمي الكرة الطبية دون أن يتحرك جسده إلى أبعد مكان ممكن بأقصى قوة، لكل فرد ثلاث محاولات وتحسب الأفضل.

طريقة التسجيل: تحسب المسافة بين الجدار والنقطة الأولى لسقوط الكرة على الأرض.

2.2.9 اختبار القوة الانفجارية للرجلين:

أ - اختبار الوثب العمودي (سارجنت):

غرضه: قياس الارتفاع العمودي والذي يمثل القوة الانفجارية للرجلين (الشكل 1).

الأدوات: سبورة تثبت على الحائط بحيث حافتها السفلى مرتفعة عن الأرض 150 سم، على أن تدرج بعد ذلك 151 إلى 400 سم، يمكن الاستغناء عن السبورة ووضع العلامات على الحائط (طباشير).

وصف الاختبار: يقف المختبر بإحدى جانبيه مواجهها الحائط مع مسك الطباشير بيده القريبة من الحائط والاحتفاظ بالعقبان على الأرض، ويضع علامة بالطباشير على الحائط والذراعين ممدودتين تماما، حيث يبين أصابع يده، يقوم المختبر بالوثب لأعلى قدر استطاع ويضع علامة أخرى بنفس اليد في أعلى مكان وصل إليه بالقفز مع الاحتفاظ باستقامة جسمه.

حساب النتيجة: تسجيل المسافة بين الخط الذي وصل إليه خلال الوقوف والذراعان مفردتان عاليا والعلامة التي يصل إليها نتيجة الوثب.

ب- اختبار الوثب العريض من الثبات:

غرضه: اختبار الارتقاء الأفقي (القوة الانفجارية للرجلين) (الشكل 1).

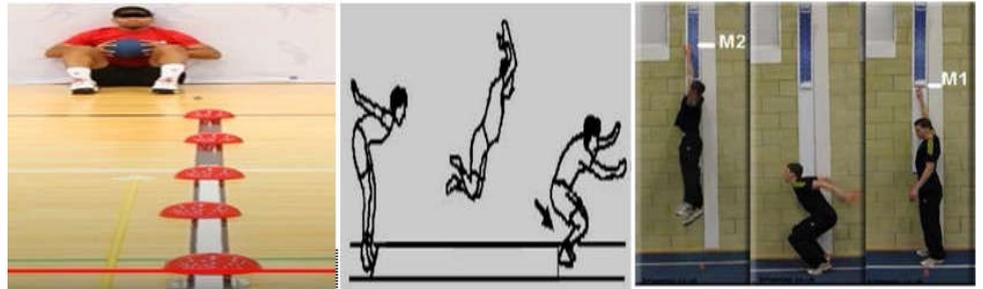
الأدوات: مكان مستوي للوثب بعرض 1.5م وبطول 5م وشريط قياس وطباشير للتأشير.

وصف الاختبار: يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدا قليلا ومتوازيا، يبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف ثم تني الركبتين والميل للأمام ثم يقوم بالوثب لأقصى مسافة ممكنة عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للأمام.

شروط الأداء: لكل مختبر محاولتين متتاليتين بينهما راحة بينية مناسبة وتسجيل له الأفضل.

طريقة التسجيل: تقاس مسافة الوثب من خط البداية إلى آخر نقطة تلامس الجسم مع الأرض .

الشكل رقم 1: يوضح اختبارات (القفز للأعلى سارجنت، القفز العريض، رمي الكرة الطبية)



اختبار رمي الكرة الطبية

اختبار الوثب العريض

الوثب للأعلى (سارجنت)

3.9 الأسس العلمية للاختبارات البدنية:

1.3.9 ثبات الاختبارات: ويعني مدى اتساق الاختبار إذا أعيد في نفس الشروط التجريبية خلال فترة تسمح بالتعلم والتدريب، قام الباحثون بإيجاد معامل الثبات لاختبارات القدرات البدنية باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على نفس الأشخاص في مدة أسبوع حيث خصت 04 أفراد واختبارهم كعينة استطلاعية ثم عزلها عن باقي الفريق، حيث تم حساب ثبات الاختبار بمعامل الارتباط برسون بيرنامج spss كما هو موضح في الجدول رقم 02.

- نتائج ثبات اختبار الوثب العمودي من الثبات: معامل برسون = 0.95 عند مستوى الدلالة 0.01
- نتائج اختبار القرفصاء: معامل سبيرمان 0.69 عند مستوى الدلالة 0.05.
- نتائج اختبار رمي الكرة الطبية (5 كغ): معامل سبيرمان 0.68 عند مستوى الدلالة 0.05.

2.3.9 صدق الاختبارات:

تعد درجة الصدق العامل الأكثر أهمية بالنسبة لحركات جودة الاختبارات.

ويعني أن يكون القياس صادقاً في قياس ما وضع من أجله وتم استخلاص معامل الصدق الذاتي من معامل الثبات حيث يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبارات.

- معامل الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{الثبات معامل}}$ ، وكانت النتائج المتحصل عليها كالتالي: (الجدول رقم 02).
- نتائج صدق اختبار القفز من الثبات نحو الأعلى (سارجنت): صدق الاختبار = $\sqrt{0.95} = 0.97$.
 - نتائج صدق اختبار القرفصاء: صدق الاختبار = $\sqrt{0.69} = 0.83$.
 - نتائج صدق اختبار الكرة الطبية (5 كغ) من وضعية الجلوس: صدق الاختبار = $\sqrt{0.68} = 0.82$.

الجدول رقم 02: يوضح صدق وثبات الاختبارات.

الرقم	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الصدق
01	اختبار القفز من الثبات نحو الأعلى (سارجنت)	0.95	0.97
02	اختبار الوثب العريض من الثبات	0.69	0.83
04	اختبار رمي الكرة الطبية 5 كغ من وضعية الجلوس	0.68	0.82

من خلال الجدول المبين أعلاه هنالك علاقة ارتباطية عالية في الاختبارات المستخدمة.

تم تفرغ البيانات لغرض تحليلها ومعالجتها على برنامج SPSS وقد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي : $\bar{X} = \frac{\sum x}{N}$ ، الانحراف المعياري : $S = \sqrt{\frac{\sum(x_1 - \bar{x})^2}{1-n}}$

معامل الثبات: $\theta = \frac{2R}{R+1}$ ، معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation). قيمة (T) المحتسبة .

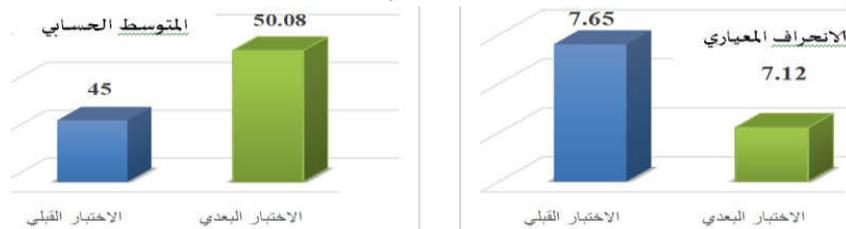
10. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

1.10 عرض وتحليل وتفسير نتائج اختبار القفز نحو الأعلى من الثبات (سارجنت):

الجدول رقم 03: نتائج اختبار القفز نحو الأعلى من الثبات القبلي والبعدي

الاختبار القبلي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة	قيمة T	الجدولية T	درجة الحرية	الدلالة
الاختبار القبلي	45	7.12	58	28	8.02	0.00	11	دال
الاختبار البعدي	50.08	7.65	63	33				

شكل رقم 4: يبين الانحراف المعياري والمتوسط الحسابي لاختبار الوثب للأعلى من الثبات سارجنت



من خلال نتائج الجدول 03 والشكل 4 أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي يساوي 45 والانحراف المعياري يساوي 7.65 أما المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي يساوي 50.08 والانحراف المعياري يساوي 7.12 في حين سجلنا قيمة "ت"

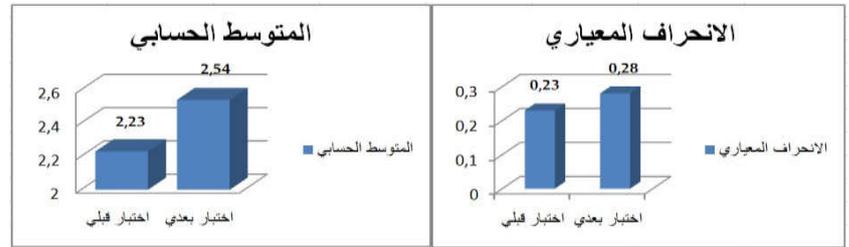
المحسوبة $T=5.86$ وهي أكبر من "ت" الجدولية المقدرة ب 0.00 ، هذا عند درجة حرية $Df= 11$ ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز نحو الأعلى من الثبات لصالح الاختبار البعدي.

10. عرض وتحليل وتفسير نتائج اختبار الوثب العريض من الثبات:

الجدول رقم 04: يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للوثب العريض من الثبات.

الدالة	درجة الحرية	الجدولية T	قيمة T	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	11	0.00	12.7	1.85	2.57	0.23	2.23	اختبار قبلي
				2.0	2.9	0.28	2.54	اختبار بعدي

الشكل 05: يبين الانحراف المعياري والمتوسط الحسابي لاختبار الوثب العريض من الثبات



من خلال نتائج الجدول 04 والشكل 05 أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي يساوي 2.23 والانحراف المعياري يساوي 0.23 أما المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي يساوي 2.54 والانحراف المعياري يساوي 0.28 . في حين سجلنا قيمة "ت" المحسوبة $T=12.7$ وهي أكبر من "ت" الجدولية المقدرة ب 0.00 ، هذا عند درجة حرية $Df= 11$ ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الوثب العريض من الثبات لصالح الاختبار البعدي.

الجدول 05: يوضح نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لرمي الكرة الطبية من وضعية الجلوس.

الدالة	درجة الحرية	الجدولية T	قيمة T	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	11	0.00	6.6	3.5	5.25	0.54	4.46	اختبار قبلي
			6	4	6.10	0.71	5.13	اختبار بعدي

الشكل 06: يبين الانحراف المعياري والمتوسط الحسابي لاختبار رمي الكرة الطبية من وضع الجلوس



من خلال نتائج الجدول 05 والشكل 06 أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي يساوي 4.46 والانحراف المعياري يساوي 0.54 أما المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي يساوي 5.13 والانحراف المعياري يساوي 0.71، في حين سجلنا قيمة "ت" المحسوبة $T=6.66$ وهي أكبر من "ت" الجدولية المقدر ب 0.00، هذا عند درجة حرية $Df=11$ ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار رمي الكرة الطبية من وضع الجلوس لصالح الاختبار البعدي.

2.10 تفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

1.2.10 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تتعلق الفرضية الأولى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في القوة الانفجارية للأطراف السفلية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة.

وقد اتضح من خلال نتائج الجدول رقم (3) و(4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بتمارين البليومتري على القوة الانفجارية لمصارع الكونغ فو أقل من 20 سنة واستهداف الأطراف السفلية منه مما انعكس إيجاباً على نتائج الاختبار البعدي لكل من اختبار الوثب للأعلى (سارجنت) واختبار الوثب العريض من الثبات وتعد القدرة الانفجارية من أهم القدرات البدنية في لعبة المصارعة، وبخاصة التي تحتاج إلى أقصى قوة في أقصر زمن وهذا ما أكدت عليه دراسة (ساجت وعقيل، 2017، ص 24) ويعزو الباحثون نتائج الاختبارين إلى التمارين البليومترية التي احتواها البرنامج التدريبي المقترح من تطوير في القوة الانفجارية للأطراف السفلية وهذا ما أكدته كل من دراسة (خالد، 2016)، دراسة (طاهري وعبورة، 2020)، دراسة (شادي وبشير، 2019) وفسره (بن زيدان، بن برونو، وجوررو، 2018) بأن استخدام التمارين البليومترية لتنمية القوة الانفجارية لعضلات الرجلين لزيادة الدفع للأمام، وهونائج عن سرعة بسط العضلات العاملة المدربة على البليومتري فتكثرت على تقليل زمن التقصير أثناء القيام بالدفع للأمام مما يزيد في مسافة الوثب.

2.2.10 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تتعلق الفرضية الثانية بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في القوة الانفجارية للأطراف العلوية لمصارع الكونغ فو (18-20) سنة.

وقد اتضح من خلال الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بتمارين البليومتري على القوة الانفجارية لمصارع الكونغ فو أقل من 20 سنة واستهداف الأطراف العلوية منه مما انعكس إيجاباً على نتائج اختبار رمي الكرة الطبية ويعزو الباحثون تطور النتائج إلى تمارين البليومتري في البرنامج التدريبي وهو ما توصل إليه الباحثون في عدة دراسات (لعور وبولكراتم، 2012) و(حداش ومزاري، 2019) ودراسة (شوف وناصر، 2017) وهي تتفق مع ما توصلت إليه دراستنا الحالية.

11. الخاتمة:

يفضل مختصوالتدريب تمارين البليومتري في تطوير القوة الانفجارية في الفترات التحضيرية الطويلة نسبيا أوفتره المنافسه القصيرة خاصة النشاطات الرياضية التي تعتمد على القدرة الانفجارية كما هو الحال مع مصارعي الكونغ فو ونظرا لنقص الدراسات حول طريقة التدريب البليومتري في رياضة الكونغ فو ارتأ الباحثون الى العمل في هذه الدراسة على معرفة تأثير برنامج تدريبي مقترح بتمارين البليومتري على القوة الانفجارية لمصارعي الكونغ فو من فئة (18-20) سنة والتي توصل اليها الباحثون فيها الى أهمية وفاعلية البرنامج التدريبي وتوافقه التام مع الدراسات العديدة حول موضوع تطوير القوة الانفجارية بتمارين البليومتري، كما يرى الباحثون ضرورة التدرج في تطبيق تمارين البليومتري حسب مستوياته الثلاثة والذي يراعى فيه التسلسل والتدرج في الشدة والحجم، ويؤكد الباحثون على تمارين البليومتري في تطوير اداء تقنيات المصارعين في الكونغ فو كونها مرتبطة بالقدرة الانفجارية ومن أهم متطلباتها ومن هنا قدم الباحثون التوصيات التالية:

- رفع المستوى المعرفي للمدربين حول طريقة التدريب البليومتري وطرق برمجته وتطبيقه.
- تنويع الوبتات أثناء التدريب بين الوبت العمودي والعريض من أجل تحقيق فاعلية أكبر.
- التركيز أثناء أداء تمارين البليومتري لتحقيق توافق عضلي عصبي أكبر والوصول الى تنشيط وحدات حركية أكثر.
- ضمان الوسائل اللازمة والمختصة لتطبيق طريقة التدريب البليومتري.
- توفير الحماية والامن اللازمين نظرا لوجود خطورة الاصابة اثناء تأدية تمارين البليومتري.
- اجراء دراسات أكثر عن التدريب البليومتري في تخصص الكونغ فو نظرا لقلتها.

12. قائمة المراجع باللغة العربية:**المراجع باللغة العربية:**

- الويسي نزار، داود راتب، عبد الرزاق بسام، سمية أخويولة، (2016)، تأثير تدريبات البليومتري على تطوير بعض القدرات الحركية والمستوى الرقمي لفعالية الوبت الثلاثي، مجلة المنار، 22، (03)، 320-399؛
- بلقاسم لعور، الطاهر بولكرام، (2012)، أثر برنامج تدريبي مقترح بتمارين البليومتريك بطريقة التدريب الدائري في تطوير القدرة العضلية للجزء العلوي للجسم لدى لاعبي كرة القدم، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، (6)، 3، 681-702؛
- بومبا، ثيودور، (2010)، تدريب القوة البليومتري لتطوير القوة القصوى، الاردن، دار دجلة عمان.
- فرج جمال صبري، (2010)، تدريب القوة البليومتري لتطوير القوة القصوى، الأردن، دار أمجد للنشر والتوزيع.
- حسين بن زيدان، عثمان بن بنو، محمد جرور، (2018)، أثر استخدام التدريبات البليومترية لتحسين القوة الانفجارية للرجلين والانجاز الرقمي في الوبت الطويل، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، (01)، 03، 33-39؛
- ساجت حسين مناتي، عقيل عبد الجبار عبد الرسو، (2017)، أثر تمارين الباليستيك في تطوير القدرة الانفجارية لعضلات الرجلين وأداء بعض مسكات الخطف من فوق الصدر بالمصارعة الحرة للشباب، مجلة علوم التربية الرياضية، (04)، 10، 45-68؛
- شنوف خالد، ناصر عبد القادر، (2017)، تأثير التدريبات البليومترية على تنمية القوة القصوى وعلاقتها بتطوير مستوى أداء بعض المهارات الهجومية لدى مصارعي الكراتيه، المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، (01)، 14، 87-113؛

- طاهري رايح، عبودة رايح، (2020)، اقتراح ترمينات بطريقة التدريب البليومتري لتطوير القوة المميزة بالسرعة لدى لاعبات المصارعة، المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، (01)، 17، 186-199.
- شنوف خالد، (2016)، تأثير التدريب البليومتري والأثقال على تنمية القوة الانفجارية لدى مصارع الكاراتيه، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، (02)، 05، 64-70؛
- ملحم عائد فضل، (1998)، الطب الرياضي والفسولوجي، الأردن، دار الكندي للنشر والتوزيع.
- شادي عبد الرزاق، حسام بشير، (2019)، أثر التدريب البليومتري باستعمال طريقة التدريب الدائري الفترتي المرتفع الشدة في تنمية القوة الانفجارية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة اليد، المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، (02)، 16، 142-156؛
- بركات عبد العزيز، كمال ملوك، (2022)، أثر وحدات تدريبية مقترحة باستخدام طريقة التدريب التكراري لتحسين صفة السرعة الحركية للأطراف السفلية لدى لاعبي الكونغ فو أقل من 13 سنة، مجلة المنظومة الرياضية، (02)، 09، 206-219؛
- حداش عبد الله، فاتح مزارى، (2019)، أثر برنامج تدريبي باستخدام تدريبات البليومترية على بعض القدرات البدنية لدى لاعبي كرة اليد. مجلة المنظومة الرياضية، (16)، 06، 108-126؛
- بن العايب عبد الهادي، جمال حمادي، (2021)، أثر وحدات تدريبية مقترحة باستخدام طريقة التدريب التكراري لتحسين صفة السرعة الحركية للأطراف السفلية لدى لاعبي الكونغ فو أقل من 13 سنة، مجلة المنظومة الرياضية، (02)، 09، 206-219؛
- المندلاوي قاسم، أحمد سعيد أحمد، (1979)، التدريب الرياضي والارقام القياسية، العراق، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر.
- أبوحلوة محمد إبراهيم، (2017)، مبادئ ومهارات رياضة التنس الرضي، الاردن، دار أجمد للنشر.
- شرفي مسعود، العيداني حكيم، (2017)، علاقة القوة المميزة بالسرعة للذراعين والقوة الانفجارية للرجلين بدقة التصويب من الارتقاء بكرة اليد، مجلة معارف، (23)، 12، 47-59؛
- محجوب وجيه، (1993)، طرائق البحث العلمي ومناهجه، العراق، دار الحكمة للطباعة والنشر.

المراجع باللغة الأجنبية:

- KOTZAMANIDIS, C. (2006). EFFECT OF PLYOMETRIC TRAINING ON RUNNING PERFORMANCE AND VERTICAL JUMPING IN PREPUBERTAL BOYS. Journal of Strength and Conditioning Research , 20 (02), 441-445.
- Koutchouk, S. M., Mokrani, D., & Bencheni, H. (2017). THE CORRELATION BETWEEN TRAINING WITH WEIGHTS AND PLYOMETRIC TRAINING AND THEIR IMPACT ON THE DEVELOPMENT OF CERTAIN PHYSICAL QUALITIES IN SHOOTING IN EXTENSION FOR HANDBALL PLAYERS. THE RUSSIAN JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT , 12 (02), 14-20.
- Lorge, P. (2012). Chinese Martial Arts From Antiquity to the Twenty-First Century. Cambridge: Cambridge University Press