



قوائم المحتويات متاحة على ASJP المنصة الجزائرية للمجلات العلمية

مجلة التميز

الصفحة الرئيسية للمجلة: www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/673



دور ممارسة كرة القدم على القدرات الحسية الحركية دراسة مقارنة بين قدماء لاعبي اتحاد سيدي بلعباس الممارسين وغير الممارسين (40-50) سنة.

The role of football practice on sensory-motor abilities, a comparative study between the practicing and non-practicing old players of Union Sidi Bel Abbas (40-50) years .

أ.د/ أحمد بن قلاووز تواتي¹، أ/ بلعالم كريم²، د/ قزقوز محمد³

¹ جامعة مستغانم.

² جامعة مستغانم.

³ المركز الجامعي نور البشير البشير.

ملخص	معلومات المقال
هدفت الدراسة إلى التعرف على دور ممارسة كرة القدم على القدرات الحسية الحركية على قدماء لاعبي اتحاد سيدي بلعباس لتبيين ذلك شملت هذه الدراسة عينتين اختبرت بشكل مقصود من قدماء اللاعبين لاتحاد سيدي بلعباس 50-40 سنة قوام 28 فردا، 14 فردا ممارسا لكرة القدم و14 غير ممارسوقد إعتد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي والدراسات المقارنة للتعرف على مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة للأفراد الممارسين لكرة القدم ومعرفة مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة للأفراد العينة غير الممارسة لكرة القدم. تم معالجة النتائج باستخدام اختبار ستودنت لإيضاح طبيعة الفروق في مستوى القدرات الحسية الحركية ما بين العينة الممارسة و غير الممارسة لكرة القدم من 40 إلى 50 سنة تم تمثيل نتائج الدراسة في اعمدة بيانية. أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر فعال و ايجابي نسبيا للممارسة كرة القدم على القدرات الحس حركية على قدماء لاعبي كرة القدم ، كما أظهرت نتائج سلبية في تقدير الإحساس بالمسافة لأفراد عينة الدراسة . وأوصى الباحث بضرورة التأكيد على ضرورة الممارسة الرياضية -كرة القدم - لتحسين القدرات الحسية الحركية و على الممارسين القدماء لكرة القدم القيام بحصص تدريبية تحت اشراف مدرب تتخلل أسبوع المنافسة لان المنافسة لوحدها غير كافية لتحسن القدرات الحسية الحركية والتأكيد على وضع البرامج التدريبية التي تعمل على تنمية القدرات الحس-حركية.	تاريخ المقال: الإرسال: المراجعة: القبول: الكلمات المفتاحية: الممارسة الرياضية. كرة القدم. القدرات الحسية الحركية.

Abstract**Keywords**

Sports practice.
Football.
Sensory motor abilities.

The study aimed to identify the role played by football on the sensory motor abilities of the players of the Federation of Sidi Bel Abbes to illustrate this study included two samples chosen deliberately from the former players of the Federation of Sidi Belbes 40-50 years of 28 members, 14 individuals practice football and 14 non Practice. The researcher relied on analytical descriptive and comparative studies to identify the level of sensory motor abilities of the individuals practicing football and to know the level of sensory motor abilities for non-practicing football individuals. The results were processed using the Student test to illustrate the nature of the differences in the level of sensory motor abilities between the practice and non-practice sample of football from 40 to 50 years. The results of the study showed an effective and relatively positive effect of the practice of football on the sensory motor abilities on the former football players. It also showed negative results in estimating the sense of distance of the study sample. The researcher recommended the need to emphasize the need for sports practice - football - to improve the sensory motor abilities of motor and ancient football practice to conduct training under the supervision of a coach during the week of competition because competition alone is not enough to improve sensory motor abilities and emphasis on the development of training programs that develop the ability to sense - kinetic.

* المؤلف المرسل: أ.د. أحمد بن قلاوز تواتي، البريد الإلكتروني المهني:

1- مقدمة:

تعتبر الرياضة جزءاً هاماً من تاريخ الشعوب . فقد اهتم الإنسان منذ القدم بجسمه وصحته ولياقته. كما تعرف عبر ثقافته على الفوائد المختلفة التي يمكن أن يجنيها من خلال ممارسته للرياضات المختلفة كاللعب والتمارين البدنية والرقص والتدريب البدني. كما أدرك أن هذه المنافع لا تقتصر على الجانب البدني فحسب بل يمتد إلى الجوانب النفسية والاجتماعية والعقلية والمعرفية إضافة إلى ذلك الجوانب الحسية الحركية، وإن الممارسة الرياضية عبارة عن أوجه لأنشطة بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة للممارسة لهذا النشاط (الشاطي، 1992، صفحة 98) وهذا ما يؤكد نشارلزنيوكر أن الممارسة الرياضية جزء متكامل من التربية العامة وميدان تدريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق أنواع النشاط البدني. ويرى محمد الحمامي من خلال دراسة له إن ممارسة مختلف النشاط الرياضي تساهم في التأثير الإيجابي على العديد من جوانب الفرد الممارس كما تهدف إلى وقايته من الأمراض وإلى زيادة مردود الفرد الإنتاجي . ((الحمامي، 1998، صفحة 32) كما أثبتت الدراسات مثل دراسة خويلة (2003) أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين مستوى المهارة الحركية والإحساس العضلي الحركي، والإحساس بالمسافة والارتفاع، والإحساس بالاتجاه، كما أكد

على وجوب تطوير قابلية الرياضي في عملية إدراك المكان والزمان في مختلف الأنشطة الرياضية. تعتبر كرة القدم من الرياضات الأكثر شعبية في العالم وذلك لدورها الفعال الذي تلعبه في التخفيف من الأزمات النفسية للشعوب والترويح عنهم في أوقات الفراغ والحد من اضطراباتهم النفسية اليومية، حيث يذكر كلا من "أيلين وديع" أن الإدراك الحس حركي يعد مكوناً هاماً في تنمية تصور الجسم إذ تخزن الحركات المتعلمة سابقاً بواسطة نظام تجميعي للتشكيلات الأولية وهذا التخزين يصبح بمثابة تغذية رجعية يصاحب المهارة التي يؤديها اللاعب بعد ذلك، إذ أن الأداء المهاري للاعب كرة القدم يعتمد على الإدراك والقدرة على تفسير الإدراكات إلى مجموعة من الأفعال الحركية التوافقية الخاصة باللعبة عن طريق العديد من المدخلات الحسية والبصرية والحس حركية والتي يعبر عنها اللاعب بدقة ليكون قادراً على ضمها معاً في تسلسل توافقي ناجح في الأداء الحركي. وتعتبر مرحلة الرشد المرحلة التي يكون فيها للفرد القدرة على النشاط البدني والتي لا تتطلب القوة الجسمية فحسب وإنما تتطلب السرعة والتأزر والاحتمال فإنها تصل إلى حدها خلال هذا الطور نجد أن عدد من الوظائف الحركية والحسية تصل إلى نهايتها القصوى خلال الرشد المبكر. (فؤاد، 1995، صفحة 22)، ويضيف كل من عبد الحق وآخرين (2005)، والكيلاني (2005) و (Schmid, 2000) على أن

الإدراك الحس حركي هام في عملية التعلم، وذلك لأنه كلما إزداد الإحساس بالحركة أو المهارة، كلما أمكن أداؤها بصورة أفضل، مما يؤدي إلى رفع مستوى الأداء بصورة ملحوظة. أما الإحساس الحركي بالزمن فهو قدرة الرياضي على تحديد زمن أداء الحركة أو الفعالية. أما الإحساس الحركي بالمسافة هي قدرة الباقي على تحديد المسافة التي تقطعها أثناء الأداء. ويرى المختصون في مجال التدريب الرياضي بشكل عام ايجابيه بين الأداء في بعض الاختبارات الخاصة في الإدراك الحس -حركي والأداء في اختبارات القدرات الحركيه ما بين التلازم بينها وان الرياضيين الذين يحققون نتائج جيدة في اختبارات الادراك الحس-حركي أفضل من غير الرياضي وهذا ما استدعى اهتمام الطالب الباحث جراء دراسته في هذا المجال إلى معرفة دور ممارسة كرة القدم على القدرات الحسية الحركية.

2- المشكلة:

من خلال متابعة الباحث لمباريات قدماء لاعبي كرة القدم لاتحاد سيدي بلعباس و الذين يلعبون تحت اسم جمعية مشعل الشهيد ونظرا لاهتمامه بهم وبالتعرف عليهم أكثر فأكثر فقد أراد الباحث معرفة مستوى القدرات الحس حركية لديهم و التي تساهم بشكل فعال خلال أداء المهارات و خلال المنافسة الرياضية ، كما إن حدة المنافسة في مباريات كرة القدم تحتم توفر مجموعة من الصفات الأساسية لدى لاعب كرة القدم حتى يتمكن من مسايرة وتتمتع خصوصيات المنافسة، وتجمع هذه الصفات الأساسية بين الجانب البدني والمهاري و الخططي و الفني بالإضافة إلى الجانب الحسي حركي وأن تنمية القدرات الحسية الحركية لدى الراشدين أمر مهم في تطوير حياتهم المستقبلية . إضافة إلى قلة البحوث التي تتناول دور الممارسة الرياضية في تطوير القدرات الحسية الحركية لهذه المرحلة العمرية، الأمر الذي دفع الباحث باختبار القدرات الحس حركية لديهم لمعرفة هل لممارسة رياضية كرة القدم دور في تحسين القدرات الحسية الحركية لدى قدماء لاعبي اتحاد سيدي بلعباس 40 إلى 50 سنة ؟.

وينبثق من التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية:

1- ما هو مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة للأفراد الممارسين لكرة القدم؟

2- ما هو مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة للأفراد غير ممارسين لكرة القدم؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية ما بين أفراد العينة الممارسين وغير ممارسين لكرة القدم؟

3- الأهداف:

1- معرفة مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة للأفراد العينة الممارسة لكرة القدم.

2- معرفة مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة للأفراد العينة غير الممارسة لكرة القدم.

3- إيضاح طبيعة الفروق في مستوى القدرات الحسية الحركية ما بين العينة الممارسة و غير الممارسة لكرة القدم من 4(0 إلى 50 سنة).

4- الفرضيات:

1- مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة للأفراد العينة الممارسة لكرة القدم أحسن بالمقارنة مع أفراد العينة غير الممارسة.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القدرات الحسية الحركية بين أفراد العينة الممارسة وأفراد العينة غير ممارسة لصالح العينة الممارسة.

5- التعريفات الإجرائية لمصطلحات البحث:

1-1- الممارسة الرياضية:

-التعريف الاصطلاحي: إن الممارسة الرياضية عبارة عن أوجه لأنشطة بدنية مختارة تؤدي بغرض الفوائد التي تعود على الفرد نتيجة للممارسته لهذا النشاط ككرة القدم (الشاطئي، 1992، صفحة 98).

-التعريف الإجرائي: الممارسة الرياضية هي ممارسة الفرد كرة القدم حتى يكون فردا متكاملًا بدنيًا وعقليًا وانفعاليًا و اجتماعيًا وحسيًا وحركيًا.

2-2- القدرات الحسية الحركية:

-التعريف الاصطلاحي: عرف (دويدار، التدريب الرياضي، 2006، صفحة 28) القدرة بأنها " الكفاءة أو استطاعة الأداء عمل من الأعمال الذهنية أو الجسمية سواء كان هذا العمل فطرياً أو مكتسباً بالتعلم والممارسة"، وعرفت القدرة بأنها " إمكانية الفرد الحالية التي وصل إليها بالفعل سواء عن طريق نضجه أم نموه أم خبرته أم تعليمه أم تدريبه على مزاوله

لاعب يلعب تحت اسم نادي كرة قدم يصبح فيها اللاعب ممارس قديم ويمكنه أن يلعب كرة القدم تحت اسم جمعية رياضية ومع أفراد من هم في سنه أو أكبر منه-

6- الدراسات المشابهة:

1- دراسة (المصطفى، عبد العزيز عبد الكريم، 1998) بعنوان: النشاط الحركي وأهميته في تنمية القدرات الإدراكية الحسية - الحركية عند الأطفال - هدفت الدراسة إلى معرفة أثر النشاط التدريبي والحركي في تنمية القدرات الإدراكية الحسية - الحركية عند الأطفال ومعرفة هذه القدرات لتحديد الأطفال الذين يعانون من بعض حالات التخلف أو العجز الحسي - الحركي. أثر استخدام الألعاب الشعبية في تطوير الإدراك الحسي - الحركي لتلميذات الصف الأول الابتدائي. وكانت الفرضيات لا توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعات التجريبية والضابطة في القدرات الحسية والحركية.

-توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحسية الحركية -توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية المجموعتين المتكافئتين. وتكونت العينة من (80 طفلاً) من مدارس المنطقة الشرقية في السعودية. واستخدم اختبار (هايود، 1986م) للقدرات الإدراكية الحسية - الحركية للأطفال بعمر 5-7 سنوات. توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية 1- وجود فروق دالة إحصائية في القدرات الإدراكية الحسية - الحركية بين أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية 2- وكان للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي ودال على تنمية القدرات الإدراكية الحسية - الحركية عند الأطفال 3- ضرورة الاهتمام بالبرنامج التدريبي والتي تناسب إمكانات وقدرات الأطفال البدنية والعقلية. وقد أوصى الباحث بما يأتي: مجلة جامعة دمشق- المجلد 28- العدد الثالث- 2012 ماجدة حميد كمش

1- توفير فرص ممارسة الأنشطة الرياضية التي تؤدي إلى إشباع حاجات الأطفال في مرحلتهم رياض الأطفال والمدارس الابتدائية. 12- الاهتمام بمادة التربية الرياضية في منهاج رياض الأطفال وتعليم الأساسي لها في أهمية تنمية القدرات الإدراكية الحسية

نشاط ذهني أو حسي أو حركي في مجال معين كالسباحة أو الجري". (دويدار، التدريب الرياضي، 2006، صفحة 68).

-التعريف الإجرائي: القدرات الحس حركية هي إمكانية الفرد في مرحلة الرشد من القدرة على الإحساس بالمسافة والإحساس بالزمن والإحساس الحركي والإحساس بمثابة الوثب الأفقي في مجال معين ككرة القدم. أن أداء أي حركة رياضية تحتاج إلى درجة معينة من القوة العضلية وفترة معينة من الزمن للأداء ومدى معين وتفاعل هذه المتغيرات يؤدي إلى الاقتصاد في الجهد والطاقة وجودة الأداء الحركي.

5-3- كرة القدم:

-التعريف الاصطلاحي: كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع" كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعباً، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى، ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقفت المباراة هو 90 دقيقة وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل "في حالة مقابلات الكأس" فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل بين الفريقين.

- التعريف الإجرائي كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف قدماء لاعبي اتحاد بلعباس - جمعية مشعل الشهيد- 40-50 سنة يمارسونها مرة في الأسبوع وهي عبارة عن منافسات بين جمعيات قدماء اللاعبين.

5-4- فئة 40-50 سنة

-التعريف الاصطلاحي: المرحلة التي يعتبر بدؤها ختاماً لاكتمال النضج، وبدء التناقص القوة البدنية والحركية. وتسمى الكهولة بالمراهقة الثانية في خريف العمر. (خياط، وجدان وديع، 1998، صفحة 65)

-التعريف الإجرائي المرحلة العمرية من 40 سنة فما فوق مرحلة النضج و اكتمال النمو التي ينتقل فيها الفرد من

– الحركية واكتشاف حالات العجز السمعي والنظري في مراحل مبكرة من حياة الطفل.

2- دراسة أ.م.د. إيمان نجم الدين عباس الإدراك الحس-حركي وعلاقته ببعض عناصر اللياقة البدنية والصفات المهارية لدى لاعبي الريشة الطائرة التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الإدراكية الحس حركية وبعض عناصر اللياقة البدنية والصفات المهارية لدى لاعبي الريشة الطائرة هناك علاقته ذات دلالة احصائية بين بعض القدرات الادراكية الحس- حركية وبعض المهارات الأساسية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى لاعبي الريشة الطائرة. أثبتت نتائج البحث ضعف واضح لدى عينة البحث في القوة الانفجارية للذراعين وضعف اختبار الإحساس بالوثب الأفقي هذا ينعكس على سؤ تنفيذ الواجبات الحركية المتعلقة بالمهارات الأساسية باللعبة وبالأخص الضرب الساحق الذي يحتاج إلى قوة انفجارية للذراعين وبالأخص الذراع الضاربة، ضعف الإحساس بالفراغ الخط الرأسي وهذا ما يدل على ضعف الإحساس بدقة توجيه الريشة (الأداة) في أماكن الدقة من الملعب والتي تكون على جانبي الملعب وأيضا في أماكن تحت الشبكة في ملعب الخصم. ويوصي الباحث

- التأكيد على وضع البرامج التدريبية التي تعمل على تنمية الإحساس بالوثب الأفقي والإحساس بالفراغ الخط الراسي والإحساس برمي الكرة
- العمل على إجراء بحوث ودراسات متشابهة على عينات والعباءة أخرى وإجراء الاختبارات الدورية التي تتناول الإدراك الحس- حركي والعمل على تقويمه.

7- منهج البحث:

في منهج البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها وتختلف المناهج تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه وفي البحث هذا اعتمدت على المنهج الوصفي التحليل والدراسات المقارنة .

1-7 مجتمع وعينة البحث: إن اختيار عينة البحث على جانب كبير من الأهمية بحيث تتوقف عليها أمور كثيرة. فعلميا تتوقف كلالقياسات و النتائج التي يخرج بها الباحث من بحثه و في الكثير من الأحيان يضطر الباحث إلى إجراء بحثه على عينة

صغيرة من المجتمع لأن إجراء البحث على المجتمع كله يكلف جهدا و مالا كثيرين فالبحث عن طريق العينة هو في الحقيقة اختصار للوقت و الجهد و المال و هذا من شأنه تخفيض تكاليف البحث إضافة إلى استخدام أسلوب العينة يسهل من عملية السرعة في جمع و تحليل و تلخيص البيانات للحصول على النتائج بسرعة ممكنة . ((مصطفى، 2008-2009، صفحة 59) وقد تمثل مجتمع البحث في اللاعبين القدماء لفريق اتحاد بلعباس لكرة القدم و الذين يتراوح سنهم من 40 إلى 50 سنة. قمت باختيار العينة بطريقة مقصودة و تمثلت في 28 لاعب كرة قدم . 14 ممارس لجمعية مشعل الشهيد –قدماء اللاعبين- و 14 غير ممارس متوقفين عن اللعب نهائيا

2-7 مجالات البحث:

- 1- المجال البشري: و يتمثل في 28 لاعب كرة قدم قديم 14 ممارس و 14 غير ممارس من سيدي بلعباس (40- 50) سنة
- 2- المجال المكاني: تم التعامل مع أفراد العينة الخاصة ببحتي مع لاعبين ينتمون إلى فريق قدماء اللاعبين –اتحاد سيدي بلعباس-40-50 سنة
- * أجريت الاختبارات الحسية الحركية في ملعب الإخوة عميروش بسيدي بلعباس
- * تم توزيع الاستمارات بالملعب قبل مباراة ضد جمعية مستغانم بملعب 24 فبراير –سيدي بلعباس
- 3- المجال الزمني:

- تم إجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة الممتدة ما بين (2015.04.04) إلى غاية (2015.04.14)
- ثم تم إجراء الإختبارات الحسية الحركية على العينة الممارسة في الفترة الممتدة ما بين (2015.04.17) إلى غاية (2015.04.22)
- ثم تم إجراء الإختبارات الحسية الحركية على العينة الغير ممارسة في الفترة الممتدة ما بين (2015.04.25) إلى غاية (2015.04.28)

3-7 أدوات البحث:

- تحليل المادة: وهي عملية سرد وتحليل المعطيات النظرية التي ترتبط إرتباطا مباشراً بموضوع البحث وتناسب مع أهدافه، حيث اعتمدت على المصادر والمراجع بمختلف أنواعها سواء عربية أو أجنبية، بالإضافة إلى الدراسات السابقة

وكان من نتائج الدراسة الاستطلاعية هو تكوين صوره واضحة لدى الطالب الباحث على طبيعة العمل.

- الدراسة الرئيسية : باشر الطالب الباحث بتطبيق الاختبارات الحسية الحركية على أفراد عينة البحث الممارسين في الفترة الممتدة ما بين (2015.04.20) إلى غاية (2015.04.25) حيث جرى تطبيق الاختبارات عصرا بملعب الإخوة عميروش وهو وقت إجراء دورة رياضية بين قدماء لاعبي كرة القدم. و في الفترة الممتدة ما بين (2015.04.26) إلى غاية (2015.04.29) على العينة الغير ممارسة بعد جمعهم في مباراة مع فريق الممارسين بنفس الملعب.

9- الأسس العلمية للاختبارات الحسية الحركية:

*صدق الاختبار: تم استخدام صدق المضمون وذلك من خلال عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء والمختصين . واتفق الخبراء * على صدق الاختبارات في تحقيق الهدف الذي وضعت من اجله بنسبة 80%.

* ثبات الاختبار: للتأكد من ثبات الاختبار تم استخدام طريقة إعادة الاختبار على 10 لاعبين حيث تم إعادة الاختبار بعد سبعة أيام وتم حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون بين نتائج الاختبارين حيث بلغت قيمة (ر) المحسوبة للاختبار (0.936) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.765) عند درجة حرية (9) وتحت مستوى دلالة (0.01) وبذلك يكون الاختبار ثابت.

جدول (1) يبين معامل الارتباط قيمة ر المحسوبة و الجدولية

الرقم	الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة ر المحسوبة
			س-ع	ع±	س-ع	ع±	
1	اختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي	سم	120.71	4.24	124.52	6.07	0.936
2	اختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي	سم	60.5	24.	50.71	7.85	
3	اختبار تقدير الإحساس بالزمن	ثا	7.33	1	5.66	142.	
4	اختبار ركض 10 م بخطوات موزونة	سم	9.72	0.55	9.80	0.1	
5	اختبار الإحساس بمسافة الوثب العمودي	سم	525	197.	253	128.	
وقيمة (ر) الجدولية (0.765) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.01)							

10- الوسائل الإحصائية : استخدم الطالب الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS). - المتوسط الحسابي - الانحراف

والمرتبطة. - الاختبارات: وهي من أهم الطرق أو الوسائل استخداماً في بحوث التربية البدنية والرياضية، باعتبارها أساس التقويم الموضوعي وأهم أو أنجع الطرق للوصول إلى نتائج دقيقة ، يعد الاختبار أداة هامة من أدوات البحث العلمي جنباً إلى جنب مع (الاستفتاء والمقابلة والملاحظة الخ. ويعتبر الاختبار طريقة من طرائق القياس التقويمية التي تعتمد على التجريب ويعرفه كرونباك بأنه " انه طريقة نظامية للمقارنة بين سلوك فردين أو أكثر " (جواد، 2004، صفحة 8)

وقد اعتمدت في بحثي هذا على الاختبارات الحس -حركية.

- الاجهزة والأدوات المستخدمة:

-استمارة تسجيل بعض المتغيرات الحس -حركي -استمارة تدوين النتائج -ميزان لقياس الوزن -شريط قياس (1,50)م لقياس الطول+ديكاميتر -كرسي+ حائط مدرج

-طباشير، مسطرة ، صافره ، قطعة قماش ، اقماع ، ميقانية ، كرة قدم

- الاختبارات الحس -حركية:

قام الطالب الباحث بجمع اختبارات القدرات الحس -حركية ومن ثم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين لبيان رأيهم حول صلاحية الاختبارات في قياس القدرات الحس -حركي وبعد جمع الاستمارات وتفريغها حصلت الاختبارات الاتيه على إجماع الخبراء لاستخدامها كالآتي:

1-اختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي. لقياس الإحساس الحركي للذراعين في حركات راسية

2-اختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي. لقياس القدرة على الإحساس بمسافة الوثب الأفقي -إلى الأمام-

3-اختبار تقدير الإحساس بالزمن. لقياس الإحساس بتقدير الزمن

4-اختبار ركض 10 م بخطوات موزونة. لقياس قدرة الحس حركي للمسافة

5-اختبار الإحساس بمسافة الوثب العمودي. لقياس القدرة على الإحساس بمسافة الوثب العمودي

8-الدراسة الاستطلاعية : إذ قام الطالب الباحث باستطلاع الاختبارات الحسية الحركية على (10) لاعبين قدماء ممارسين لجمعية -سفيظف - خلال دورة رياضية و 10 غير ممارسين

فشل دقة اداء المهارة. مما يعني عدم قدرة اللاعب على تحديد مكانه في الفراغ و التحكم في الجسم اثناء الاداء الحركي. يرى الباحث على لاعب كرة القدم ان يدرك وضع الجسم ادراكا مناسباً خلال تادية مختلف مهارات اللعبة وهي تتطلب مستوى عاليا في الاعيازات العصبية الصحيحة على وفق المسارات الحركية .

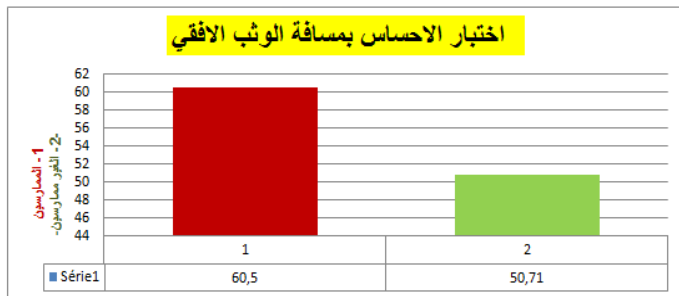
استنتاج 02 / لممارسة كرة القدم دور غير فعال في الاحساس بحركة الذراع والقدرة على الاحساس بالمسافة

الجدول (03) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية لاختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي للمجموعتين الممارسة لكرة القدم و الغير الممارسة

الرقم	الاختبارات	وحدة القياس	الممارسون		غير الممارسين		قيمة (ت) المحتسبة	الدلالة الإحصائية
			سـ	±	سـ	±		
2	اختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي	سم	60.5	24.	50.71	7.85	3.95	دال
وقيمة (ت) الجدولية (2,06) عند درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05)								

اما الجدول (03) يبين اختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي ولكل من المجموعتين الممارسة و غير الممارسة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (3.95) وهي اكبر من الجدولية والبالغة (2.06) مما يدل على فروق دالة احصائية ولصالح العينة الممارسة لكرة القدم.

2- مناقشة نتائج اختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي :



من خلال ملاحظتنا الجدول (03) يتبين لنا في (اختبار الإحساس بمسافة الوثب الأفقي) بأنه ظهرت هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين للممارسين والغير ممارسين لعينة البحث، ويعزوا الطالب الباحث سبب ذلك الى ممارسة كرة القدم كنشاط رياضي يحتوى على تمرينات الادراك الحس حركي كادراك الاحساس بالقوة العضلية و الاحساس بالمسافة وادراك الاحساس بالسرعة الحركية للقدم المؤدية للمهارة . "ان الادراكات الحس حركية يمكن تنميتها عن طريق تمرينات متقدمة خاصة بهذه الادراكات" (الفتوح، 1997، صفحة 83)،

المعياري- اختبار (ت) ستيودنت للمقارنة بين عينتين متساويتين - معامل الارتباط.

11- عرض ومناقشة النتائج:

- عرض وتحليل نتائج الاختبارات الحس - حركية:

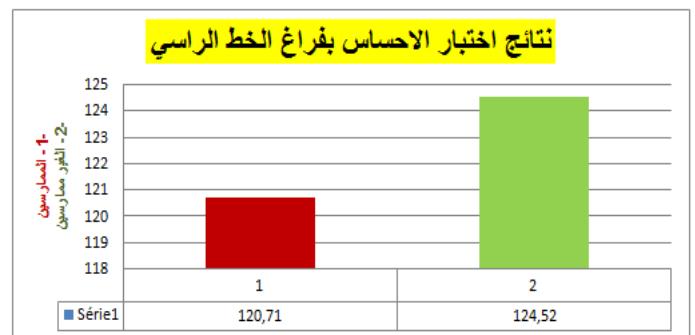
الجدول (02) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية

والدلالة الإحصائية للاختبار لاختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي للمجموعتين الممارسة لكرة القدم و الغير الممارسة

الرقم	الاختبارات	وحدة القياس	الممارسون		غير الممارسين		قيمة (ت) المحتسبة	الدلالة الإحصائية
			سـ	±	سـ	±		
1	اختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي	سم	120.71	4.24	124.52	6.07	1.85	غير دال
وقيمة (ت) الجدولية (2,06) عند درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05)								

الجدول (2) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبار اختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي للمجموعتين الممارسة لكرة القدم و الغير الممارسة والبالغ عدد كلا منهما (28) شخصا من خلال ملاحظتنا للجدول (2) يتضح لنا ان في اختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي بلغت قيمة (t) المحتسبة ولكل من المجموعتين الممارسة و غير الممارسة (1.85) وهي اصغر من الجدولية والبالغة (2.06) وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة احصائية بين الاختبارين للممارسين لكرة القدم و غير الممارسين.

1- مناقشة نتائج اختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي :



من خلال ملاحظتنا الجدول (2) يتبين لنا في (اختبار الإحساس بفراغ الخط الراسي) بأنه ظهرت هناك فروق غير دالة دلالة احصائي بين الاختبارين للممارسين لكرة القدم و الغير ممارسين لعينة البحث، ويعزوا الطالب الباحث سبب ذلك الاحساس برمي الكرة أغلب المهارات التي تتطلب مستوى عالي من الاداء أي التركيز على عنصر الدقة في التنفيذ. يؤدي الى

من خلال ملاحظتنا الجدول (04) يتبين لنا في (اختبار الإحساس بالزمن) بأنه ظهرت هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين للممارسين و الغير ممارسين لعينة البحث لصالح الممارسين لكرة القدم ويعزوا الطالب الباحث سبب ذلك ان لممارسة كرة القدم فاعلية كبيرة في تنمية القدرات الادراكية (الحس - حركية بحيث يعتمد اللاعب في ادائه لمهارات اللعبة على عزل دور حاسة البصر والاعتماد على المستقبلات الحسية الموجودة في العضلات والمفاصل والاوراق، كي تصبح هي المسؤولة عن ارسال الاشارات العصبية للجهاز العصبي المركزي الذي يقوم بالتالي بتوجيه الجسم لأداء الحركات المطلوبة، عندما يتمكن لاعب كرة القدم من تقدير الزمن دليل على قدراته الحس-حركية، فلاعب كرة القدم ذو الادراك الحس-حركي يستطيع أداء المهارة بسهولة ودقة في جميع مهارات كرة القدم ويكون قادرا على انجاز الحركة بشكل متناسق ومن ناحية اخرى فان الاهمية توافر قدر عالي من الادراك الحس-حركي لدى لاعبي كرة القدم من اجل القيام بالواجبات المهارية والخططية الموكلة بهم، بما يستلزم ادراك كل منهم لمكانه وكذلك ادراك اتجاه تحركه ومدى القوة اللازمة لأداء المهارات المختلفة". (شهاب، 1998، صفحة 38)

وأن اللاعب في أثناء التمرين او اللعب يستطيع أن يربط بين أداء المهارات ذهنياً وبدنياً بحيث يكون أكثر دقة في تقدير الوقت الذي تستغرقه الحركة أو المهارة ضمن الوقت الحقيقي لها، كما أن مواقف التعلم والتدريب تحتاج إلى إشراك الحواس في أثناء أداء المهارة مثل حاسة اللمس والبصر وبعض الإحساسات الداخلية كالإحساس بالتوازن والاتجاه لأنها تعد جزءاً أساسياً ومهماً من عملية تنمية القدرات الحس - حركية.

استنتاج 04/ لممارسة كرة القدم دور فعال في الإحساس بالزمن والقدرة على تقدير الزمن.

إذ تعمل هذه التمرينات على تنمية الادراك الحس - حركي للمهارات، والتي تساعد اللاعب على تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة ادائها، مما يجعله ينجح في أداء المهارات الحركية في مواقف اللعب المختلفة فضلاً عن أن التمرين المتواصل والمستمر يؤدي الى زيادة قدرة اللاعب على التركيز ودقة الاداء المهاري وهذا أدى بدوره الى تنمية عملية الادراكات، إذ كلما زادت فترة التمرين بالنسبة للاعب كلما زادت خبراته ومهاراته في مواقف اللعب المختلفة" (شهاب، 1998، صفحة 34) فالقدرة على ادراك مواقع الزملاء والمنافسين وتحديدتها في الملعب بدقة تؤثر في دقة وسرعة تنفيذ العديد من مهارات كرة القدم، و أثناء لعب كرة القدم يتحرك اللاعب إلى الامام والخلف وإلى الجانبين مما ساهم في تمكنه من تقدير المسافة وكذا عند التمرير للزميل القريب و البعيد و عند التحرك بالكرة وبدون كرة.

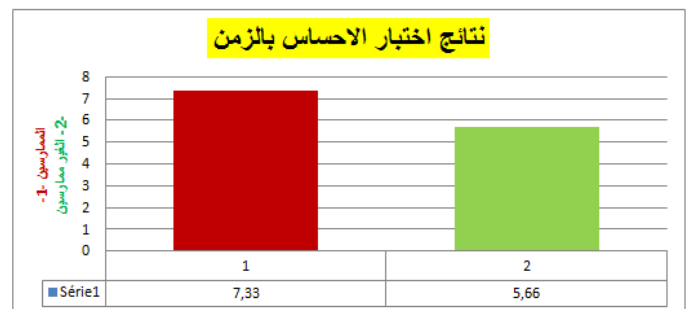
استنتاج 03/ لممارسة كرة القدم دور فعال في الإحساس بمسافة الوثب الأفقي والقدرة على الاحساس بالمسافة افقياً.

الجدول (04) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية والدالة الإحصائية لاختبار تقدير الإحساس بالزمن للمجموعتين الممارسة لكرة القدم و الغير الممارسة

الرقم	الاختبارات	وحدة القياس	الممارسون		غير الممارسين		قيمة (ت) المحسوبة	الدالة الإحصائية
			±	-	±	-		
3	اختبار تقدير الإحساس بالزمن	ثا	7.33	1	5.66	142	2.53	دال
وقيمة (ت) الجدولية (2.06) عند درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05)								

اما الجدول (04) يبين اختبار تقدير الإحساس بالزمن فقد ظهرت فروق دالة احصائياً بين الاختبارين للممارسين و الغير ممارسين لكرة القدم ولصالح الممارسين حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (2.53) وهي اكبر من الجدولية (2.04).

2-2 - 3 مناقشة نتائج اختبار تقدير الإحساس بالزمن:

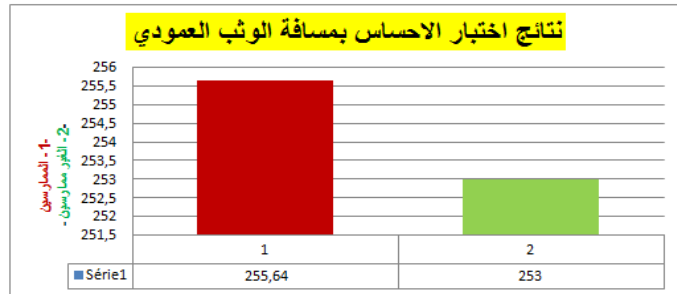


الجدول (06) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية والدالة الإحصائية لاختبار الإحساس بمسافة الوثب العمودي للمجموعتين الممارسة لكرة القدم والغير الممارسة

الرقم	الاختبارات	وحدة القياس	الممارسون		غير الممارسين		قيمة (ت) المحتسبة	الدالة الإحصائية
			س-	±ع	س-	±ع		
5	اختبار الإحساس بمسافة الوثب العمودي	سم	525	197	253	128	0.87	غير دال
وقيمة (ت) الجدولية (2,06) عند درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05)								

اما في اختبار الاحساس بمسافة الوثب العمودي بلغت قيمة (t) المحتسبة ولكل من المجموعتين الممارسة و غير الممارسة (0.87) وهي اصغر من الجدولية والبالغة (2.06) وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة احصائياً بين الاختبارين للممارسين لكرة القدم والغير ممارسين.

2- 5 مناقشة نتائج اختبار الإحساس بمسافة الوثب العمودي:



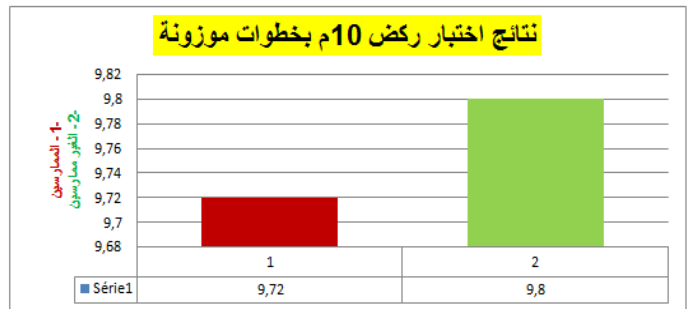
من خلال ملاحظتنا الجدول (06) يتبين لنا في (اختبار الاحساس بمسافة الوثب العمودي) بأنه ظهرت هناك فروق غير دالة دلالة احصائي بين الاختبارين للممارسين لكرة القدم والغير ممارسين لعينة البحث، ويعزوا الطالب الباحث ان الادراكات الحس-حركية يمكن تنميتها عن طريق تمارينات متقدمة خاصة بهذه الادراكات" (ماجستير، 1997، صفحة 83) إذ تعمل هذه التمارينات على تنمية الادراك الحس - حركي للمهارات، والتي تساعد اللاعب على تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة اداءها، مما يجعله ينجح في اداء المهارات الحركية في مواقف اللعب المختلفة، اما غياب التدريب و اللعب مرة في الاسبوع غير كاف لتطوير الاحساس بمسافة الوثب العمودي و الدقة الحركية لانها تعتمد علة قوة الاطراف السفلية و الادراك لمسافة الوثب. وكذا عدم القدرة على تحديد المسافة التي يقطعها في اثناء الاداء أي عدم قدرته في تحديد مسافة الخطوة في اثناء الركض او مسافة الوثب الافقي او العمودي. (الكريم، 2005، صفحة 5)

الجدول (05) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية والدالة الإحصائية لاختبار ركض 10 م بخطوات موزونة للمجموعتين الممارسة لكرة القدم والغير الممارسة

الرقم	الاختبارات	وحدة القياس	الممارسون		غير الممارسين		قيمة (ت) المحتسبة	الدالة الإحصائية
			س-	±ع	س-	±ع		
4	اختبار ركض 10 م بخطوات موزونة	ثا	9.72	0.55	9.80	0.1	0.48	غير دال
وقيمة (ت) الجدولية (2,06) عند درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05)								

اما الجدول (05) يبين اختبار ركض 10 م بخطوات موزونة بلغت قيمة (t) المحتسبة ولكل من المجموعتين الممارسة و غير الممارسة (0.48) وهي اصغر من الجدولية والبالغة (2.06) وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة احصائياً بين الاختبارين للممارسين لكرة القدم والغير ممارسين.

- مناقشة نتائج اختبار ركض 10 م بخطوات موزونة:



من خلال ملاحظتنا الجدول (05) يتبين لنا في (اختبار ركض 10 م بخطوات موزونة) بأنه ظهرت هناك فروق غير دالة دلالة احصائي بين الاختبارين للممارسين لكرة القدم والغير ممارسين لعينة البحث، ويعزوا الطالب الباحث ذلك الى لابد من ان يكون لدى اللاعب احساس بحركة القدم المسيطرة جيد وبجميع الاتجاهات والتحكم بحركة الجسم واجزائه اثناء التحرك في الملعب من تمرير ومتابعة الكرة و الاحساس بالملعب من خلال تحركاته فيه و في جميع الاتجاهات ويؤكد زهران ان للادراك الحس حركي في مجال الرياضة اهمية كبيرة وذلك لدوره الهام بالنسبة لجميع حركات التوافق. وهذا دليل على ان الممارسة بمعدل مرة في الاسبوع غير كافية لتطوير الاحساس بالمسافة .

استنتاج 05 / لممارسة كرة القدم دور غير فعال في اختبار ركض 10 م بخطوات موزونة والقدرة على الاحساس بالمسافة.

14-التوصيات:

- على الممارسين القدماء لكرة القدم القيام بحصص تدريبية تتخلل اسبوع المنافسة لان المنافسة لوحدها غير كافية لتحسن القدرات الحسية الحركية.
- استخدام اختبارات القدرات الحس حركية عند اختبار اللاعبين الناشئين والوقوف على المستوى الحقيقي للاعبين أثناء المراحل التدريبية.
- الاهتمام بقدماء اللاعبين و القيام ببحوث و دراسات تساهم في المحاظلة على صحتهم و سلامتهم.

15-المصادر والمراجع:

- ابراهيم. (2002). النمو البدني و التعلم الحركي. عمان الاردن : الدار العلمية للنشر
- الدين . (2008) .، الأسس الفسيولوجية لأنشطة الحركة . القاهرة : دار الكتاب
- السلام. (2001). ممارسة الرياضة للجميع . القاهرة : الدار العربية للنشر
- جواد . (2004). الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي.
- حماد. (1994).، الدفاع وبناء الهجوم في كرة القدم . القاهرة : دار الفكر العربي.
- خياط. (1998). علم النفس النمو. مرحلة الرشد.
- شعلان . (1994). فيزيولوجيا التدريب في كرة القدم . "دار الفكر العربي.
- عبده. (2002). الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم . القاهرة : مكتبة الإشعاع الفنية.
- عمر. (2009). الممارسة الرياضية للكبار.
- احمد المسالمة؛ اثر المنهج التدريبي المقترح في تطور الإدراك الحس-حركي وعلاقته بالمستوى المهاري بكرة اليد : أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، (2000).

استنتاج 06 / لممارسة كرة القدم دور غير فعال في الاحساس بمسافة الوثب العمودي و القدرة على الاحساس بالمسافة الوثب عموديا.

12- الاستنتاجات:

- ضعف واضح لدى عينة البحث الممارسين لكرة القدم الإحساس بفراغ الخط الراسي وهذا ما يدل على ضعف الاحساس بدقة توجيه الكرة في اماكن الدقة من الملعب وذلك راجع لعدم الممارسة المستمرة والمنظمة لكرة القدم . وضعف الاحساس بالمسافة وهذا هذا ينعكس على سوء تنفيذ الواجبات الحركية المتعلقة بالمهارات الاساسية باللعبة وعدم القيام بحصص تدريبية- قدرة ممارس كرة القدم على تحديد زمن اداء الحركة وهذا ما اثبتته نتائج اختبار) الإحساس بالزمن (7-ثا) و هومهم جدا ان يكون لدى لاعب كرة القدم احساس تام بالزمن الذي يستغرقه الاداء الحركي وتحديد زمن سرعة الاداء المناسبة للانجاز وزمن انجاز كل مرحلة من مراحل الاداء وكان للممارسة الرياضية تأثير إيجابي نسبيا على القدرات الحسية – الحركية عند الممارسين كرة القدم.

13-مناقشة الفرضيات بالنتائج:

من خلال الدراسة التي أجريناها وتحقيقا للفرضية الأولى من فرضيات البحث التي تشير إلى مستوى القدرات الحسية الحركية بالنسبة لافراد العينة الممارسة لكرة القدم احسن بالمقارنة مع افؤاد العينة الغير ممارسة ومن خلال الجدول (02) يتضح جليا من خلال الفروق الدالة بين الاختبارين (تقدير الاحساس بالزمن و الاحساس بمسافة الوثب الافقي) و تحقيقا للفرضية الثانية من فرضيات البحث التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القدرات الحسية الحركية بين افراد العينة الممارسة وأفراد العينة غير ممارسة لكرة القدم من خلال الجدول رقم (03) يتضح جليا من خلال الفروق الدالة بين الاختبارين (تقدير الاحساس بالزمن والاحساس بمسافة الوثب الافقي) لصالح العينة الممارسة.