

الفروق في بعض الصفات البدنية المرتبطة بالعروض الرياضية بين طلاب علوم الرياضة وطلاب الجامعة الممارسين للرياضة

د/ محمد عبدالله فهمي عبدالمجيد

مدرس القياس والتقييم بقسم العلوم النفسية والتربوية الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة الفيوم.

مقدمة البحث:

تلعب اللياقة البدنية دور أساسي في ممارسة جميع الأنشطة الحياتية و إجادتها ويختلف حجم هذا الدور و أهميته وفقاً لنوع النشاط وطبيعته، كما يختلف مستوى اللياقة البدنية وفقاً لطبيعة الجنس والمرحلة السنية والحالة الصحية للفرد، لذا فقد خطت دول العالم المتقدم بخطى سريعة في كل ما يحقق الصحة والقوة لمواطنيها، فالإهتمام الشديد الذي أولاه العلماء للياقة البدنية من حيث المفهوم والتكوين والأهداف والتدريب والقياس والتقييم انعكاس طبيعي ومنطقي لأهميتها. (أمين، ٢٠٠٤، صفحة ٢٧)

ويشير عباس على عذاب (٢٠٠٨) أن الدول المتقدمة تعمل على تنمية اللياقة البدنية بين أفرادها نظراً لارتباطها الطردي بالصحة والشخصية والقوام، كما وتسعى الى وضع أسس وبرامج ومعايير خاصة للياقة البدنية، وأن أفضل مثال على ذلك الدول الاشتراكية التي وضعت برناً امجا خاصاً لإعداد الشباب بدنياً وهو ما يطلق عليه الجتو (١٩٦٦) GTO، ويعني التحضير للعمل وللجيش لجميع المراحل السنية (٥٩:٣) (عذاب، ٢٠٠٨، صفحة ٥٩)

ويذكر عماد الدين ابو زيد ٢٠٠٥ ان القدرات البدنية الاساسية هي التي تمكن اللاعب من القيام بأداء مختلف المهارات الحركية التي تتطلبها اللعبة التي يمارسها بصورة صحيحة ،حيث تشكل حجر الزاوية لوصول اللاعب إلى أعلى المستويات الرياضية العالية، وتتحدد أهمية قدرة او اكثر من غيرها من القدرات البدنية الاخرى طبقاً لطبيعة ومتطلبات اللعبة الممارسة، مع ضرورة مراعاة ان هناك علاقات ارتباطية وثيقة بين مختلف القدرات البدنية. (زيد، ٢٠٠٥، صفحة ٨٢)

وتزداد الاهمية البدنية والحركية في العروض الرياضية في الارتقاء بالمستوى الصحي للمشاركين، وتؤدي إلى النمو الشامل المتزن والى تحسين القوام ،وعناصر اللياقة البدنية بالرغم من

تفاوت نسب أهميتها ومساهمتها باختلاف طبيعة كل عرض ونوعه ، فلا بد من توافرها حتى و إن لم تكن كلها لدى المشاركين في العروض الرياضية. (محروس قنديل ٢٠١٨ : ٥٣١) (قنديل، ٢٠١٨، صفحة ٣١)

ويشير رجائي (٢٠١٣م) اصبح العرض الرياضى بناء فنيا متكاملا، فإذا أراد فنان أن يرسم صورة يعبر فيها عن تجارية او انفعالية لموضوع معين فانه يلجاء إلى اللون، وإلى خطوط، وإلى مساحات، وإلى ظلال واضواء، وإلى فراغات، وإلى نظام و اسلوب عام يوحد بين هذه القيم المذكورة ولا يهتم بقيمه واحده ويغفل القيم الأخرى. وما يقال عن الفنون المختلفة ينطبق تماما على العرض الرياضى فهناك عناصر مختلفة يتكون منها العرض الرياضى ومن المفروض ان تتجانس هذه العناصر وتتربط ويخدم بعضها البعض، فواضع مادة العرض عليه ان يراعى طبيعة الاشخاص الذين يقومون بهذا العرض، وكذلك قدراتهم ومدى مقدرتهم على اداء الحركات المختلفة التى يحتويها العرض وعليه ان لا يطوع الاشخاص للقيام بعمل يخرج عن قدرتهم او لا يتفق مع مستواهم وإدراكهم (رجائي، ٢٠١٣، صفحة ٣)

فهناك عناصر بدنية هامة وأساسية لابد من توافرها في لاعبي العروض الرياضية، هذه العناصر والقدرات لا يمكن الاستغناء عنها، حيث أنها الداعم الاساسى لقوة وجمال و إنسيابية الحركة ومرونتها ، وتتمثل تلك العناصر والقدرات في القوة والتوافق العضلي العصبي والرشاقة والمرونة والتحمل العضلي والتوازن والقوة المميزة بالسرعة. (عطيات محمد خطاب، مها محمد فكرى ، شهيرة عبدالوهاب يوسف، ٢٠٠٦، صفحة ٢٧٥)

تعد تمارينات العروض الرياضية من الانشطة التى تحتوي على العديد من المهارات الحركية وأداء تلك المهارات تمثل جوهر تمارينات العروض الرياضية كرياضة، لأنها تحتاج الى تحريك أجزاء مختلفة من الجسم فى وقت واحد بترابط وتسلسل سليم، مما يجعل الاتقان أكثر صعوبة ويتطلب العمل بها التوافق والقدرة والمرونة والتوازن والدقة. (محمد، ١٩٩٥) (نعمات أحمد، ماجدة محمد، ٢٠٠٥، صفحة ٢٨)

ويوضح يونس أحمد ٢٠٢١ أن العروض الرياضية بإعتبارها أحد الانشطة الهامة تحتاج الى مزيد من الأختبارات والقياس وتقويم مختلف عناصرها بناء على اسس علمية وموضوعية، كما أنها

عملية وقائية علاجية تستهدف الكشف عن مواطن الضعف القوة للمشاركين في العروض الرياضية (يونس، ٢٠٢١، صفحة ٣)

يؤكد محمد زروال ٢٠١٧ م تلعب الاختبارات والمقاييس أهمية كبيرة في المجال الحركي والرياضي بصفة خاصة فهي تعتبر كأدوات للكشف عن مستوى الأفراد في جميع الجوانب البدنية، الفسيولوجية، المهارية، النفسية، ويمكن أن يتم قياس كل جانب من الجوانب المذكورة مجموعة معتبرة من الاختبارات والقياسات متجمعة والتي يطلق عليها بطارية الاختبارات والتي تخضع لعدة شروط وضوابط الصدق، الثبات، الموضوعية (زروال، ٢٠١٧، صفحة ٢٧)

مشكلة البحث :

في ظل التوجه المتزايد نحو تطوير البرامج والأنشطة داخل الجامعة ، تحتل العروض الرياضية مكانة متميزة كونها تجمع بين الجوانب الفنية، الحركية، والبدنية في آن واحد، مما يجعلها أداة فعالة لتحفيز الطلاب على ممارسة النشاط بطريقة جماعية ومنظمة.

ورغم هذا الدور المتعدد لا تزال هناك فجوة معرفية واضحة حول الأثر الحقيقي في إختيار المشاركين في فرق العروض الرياضية بالجامعة، حيث يقع الاختيار على تصنيف الطلاب من حيث متخصصين في المجال الأكاديمي الرياضي وهم من طلاب كلية علوم الرياضة ،ومن جانب آخر الطلاب الممارسين للرياضة وغير متخصصين أكاديمياً أي من غير طلاب تربية رياضية خاصة في ظل اعتبار كثير منها نظام المسابقة ذاته، و المدربيين، ورغم ما تحققه كليات علوم الرياضة من مستويات متقدمة في الإعداد البدني، إلا أن فئة من طلاب الكليات الأخرى تمارس الرياضة بصورة شبه منتظمة من خلال مراكز اللياقة أو الأنشطة الطلابية، مما يفتح التساؤل حول مستوى أدائهم في بعض القدرات البدنية مقارنة بزملائهم المتخصصين المشاركين في العروض الرياضية؟

ومن خلال القائمين على تنظيم مسابقات العروض الرياضية بالهيئات المعنية، تعمل على فصل المسابقات ما بين متخصصين أكاديميا في الرياضة وهم طلاب كلية علوم الرياضة ، وبين وطلاب الجامعة الممارسين للرياضة، وجاءت بعدها بتجميد مسابقات العروض الرياضية للطلاب من غير طلاب كلية علوم الرياضة ، مما يعمل على اقضاء المميزين و المؤهلين للمشاركة في العروض الرياضية من طلاب الجامعة الممارسين للرياضة وتمثيل مؤسساتهم وتحقيق ذاتهم بدنيا ورياضيا.

مما يجعل الباحث ينظر الى انه لابد من توضيح هذه الرؤية للقائمين على تنظيم أنشطة العروض الرياضية من ناحية المتطلبات البدنية والتوافقية و التنسيقية مابين اذا كان يوجد بالفعل

فروق فى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بنشاط العروض الرياضية بين طلاب كلية علوم الرياضة ،
وبين طلاب الجامعة الممارسين للرياضة؟

أهداف البحث :

- مقارنة الفروق فى الصفات البدنية المرتبطة بالعروض الرياضية بين طلاب علوم الرياضة
المشاركين في العروض الرياضية وطلاب الجامعة الممارسين للرياضة

تساؤلات البحث :

- ما مدى الفروق في الصفات البدنية المرتبطة بالعروض الرياضية بين طلاب علوم الرياضة
المشاركين في العروض الرياضية وطلاب الجامعة الممارسين للرياضة ؟

مصطلحات البحث :

اللياقة البدنية:

" مجموعة من الخصائص الجسدية التي تمكن الفرد من الاداء الرياضي أو الحركي بكفاءة
عالية، وتشمل السمات التي تحسن قدرته على التفاعل السريع، والتحكم الحركي ، والتناسق، والسرعة
، والقوة ، والتوازن " (soh، ٢٠٢٢م)

العروض الرياضية :

يعرف غازى العنزى (٢٠٠٩) عن كراخت واخرون العروض الرياضية بأنها "الحركات البدنية
المكونة طبقا للمبادئ والقوانين الفسيولوجية والحركية والجمالية والتي تؤدي بواسطة مجموعة كبيرة من
الأفراد في وقت واحد مع ارتباط الأداء بالمصاحبة الموسيقية أو الغنائية المعبرة، وذلك بغرض
عرضها على الجمهور لكي تعبر عن مستوى المشتركين ومدى تطورهم في المجال الرياضي"
(العنزى، ٢٠٠٩)

مجال البحث :

- المجال المكاني : جامعة الفيوم.
- المجال الزمني : الطلاب المقيدون بالعام الجامعي ٢٠٢٤/٢٠٢٥م.
- المجال البشري : طلاب جامعة الفيوم.

إجراءات البحث :

- منهج البحث : تم استخدام المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

- مجتمع البحث : طلاب كلية التربية الرياضية ، الطلاب الممارسين للرياضة بجامعة الفيوم.

- عينة البحث : ٦٠ طالب منهم (٣٠) طالب من كلية علوم الرياضة والمشاركين في اخر مسابقة للعروض الرياضية، و(٣٠) طالب مشارك في الأنشطة الرياضية من كليات (الاداب ، اللسان، الخدمة الاجتماعية، الذكاء الأصطناعي، العلوم ،الهندسة)

جدول رقم (١)

جدول يوضح تجانس عينة البحث

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	175.60	٥.٥٥٠	.488
الطلاب الممارسين للرياضة	١٧٦.٠	6.427	-.434
الوزن	٧٤.٧٣	١٠.٨٧٤	.247
الطلاب الممارسين للرياضة	٧٠.٦٧	9.521	.005
العمر	٢١.١٠	.845	.537
الطلاب الممارسين للرياضة	٢١.٦٣	.890	1.140

يوضح الجدول أن قيم معاملات الالتواء و في جميع المتغيرات للعينة قيد البحث قد إنحصرت

ما بين (± 3) ، وأن قيم الانحراف المعياري اقل من المتوسطات الحسابية في جميع المتغيرات قيد البحث مما يدل على إعتدالية البيانات في هذه المتغيرات.

الدراسات المرجعية :

- قام الباحث بالإطلاع ومسح للمراجع والمصادر العلمية المتخصصة والدراسات والابحاث التي قامت ببناء وتقنين بطاريات اختبار لتحديد عناصر البدنية للمشاركين في العروض الرياضية وذلك في حدود علم الباحث وهي دراسة كلا من : (اسلام سالم ،السعيد سالم ، ٢٠٢٣)، (عطية

وديع محمد المرسي، حسن، أحمد عبدالعظيم عبدالله، (٢٠٢٣)، و (عبدالله، ٢٠٢١)، (منير سامي حنا، أحمد طارق عبدالسلام، محمد فؤاد حبيب، ٢٠٢١) و (كارم أحمد أبوزيد، احمد رفعت محمد، ٢٠٢٠)،

أدوات جمع البيانات :

- بطارية اختبار بدنية (تم تقنينها من خلال المسح المرجعي، وأراء الخبراء).
- إستمارة تسجيل للمختبرين لقياس المتغيرات البدنية قيد البحث .
- الاجهزة والادوات الاماكن لتنفيذ عملية القياس البدنية والمتمثلة فى التالى (ملعب مجهزه - مراتب - ساعة إيقاف رقمية - علامات لاصقة- اطواق- إقماع- كرة طبية - شريط قياس- رستاميتير-جهاز توازن) .

خطوات تنفيذ البحث:

- متغيرات الدراسة :

يستعرض الباحث ما قام به لتحديد متغيرات الدراسة لمتغيرات اللياقة البدنية حيث قام الباحث بحصر المتغيرات البدنية من خلال الدراسات السابقة العربية والأجنبية المرتبطة بالبحث بداية من عام (٢٠٢٠م) إلى (٢٠٢٣م) .

واسفرت نتائج المسح المرجعي عن تحديد المتغيرات البدنية كالتالي : المتغيرات البدنية المرتبطة بالمرحلة العمرية (القوة العضلية - التحمل العضلي- المرونة -القدرة العضلية - السرعة - الرشاقة -التوافق -التوازن).

• تم عرض ما توصل إليه الباحث من متغيرات اللياقة البدنية ، وعرضها على الخبراء وعددهم

(٥) خبراء مرفق رقم (١)، وذلك بهدف إستطلاع رأيهم حول أى ملاحظات فى مكونات بطارية

الإختبار ومدى مناسبتها وصدقها لطلاب الجامعة فى نشاط العروض الرياضية وتحقيق أهداف الدراسة.

من أراء السادة الخبراء تم الموافقة على بعض المتغيرات للياقة البدنية المرتبطة بنشاط العروض

الرياضية كما تم إضافة و تعديل بعض المتغيرات الأخرى، ونوضح ذلك فى الجدول التالى :

جدول رقم (٢)

أراء السادة الخبراء على مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بنشاط العروض الرياضية

ن=٥

النسبة المئوية	الرأى			المكونات
	غير موافق	موافق مع التعديل	موافق	
%٤٠	٣	-	٢	القوة العضلية
%١٠٠	-	-	٥	التحمل العضلي
%١٠٠	-	-	٥	المرونة
%٨٠	-	١	٤	القدرة العضلية
%١٠٠	-	-	٥	السرعة
%١٠٠	-	-	٥	الرشاقة
%٨٠	-	١	٤	التوافق
%١٠٠	-	-	٥	التوازن

يتضح من الجدول رقم (٢) تراوح النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء على مكونات و متغيرات

اللياقة البدنية المرتبطة بنشاط العروض الرياضية ما بين ٦٠% إلى ١٠٠%، إرتضى الباحث نسبة

٧٠% كحد أدنى لقبول أى اختبار وذلك بعد موافقة السادة الخبراء، ومن خلال الإطلاع على البحوث

و المسح المرجع نتبين للباحث أن أقل نسبة مئوية تم الإتفاق عليها هى نسبة ٧٠%، كمؤشر لنسبة

إرتضاء الخبراء، و تم إعتبار رأى الخبراء موافق مع التعديل بمثابة الموافقة بعد تعديل ما يرويه مناسباً

وبالتالى تم إضافة مكون القوة العضلية.

وبذلك تكون الصورة النهائية لمكونات بطارية الإختبار للياقة البدنية المرتبطة بنشاط العروض

الرياضية، حيث إشمئت بطارية الإختبار على (٧) مكونات لقياس : (التحمل العضلى - القدرة

العضلية - المرونة - السرعة - الرشاقة - التوافق - التوازن)

المساعدون :

• قام الباحث بتدريب بعض من المدرسين المساعدين و بعض المعيدين بكليات علوم الرياضة

بجامعة الفيوم حيث تم الإستعانه بهم أثناء عملية القياس مرفق رقم (٣) .

- تم عرض الأهداف المرجوه من الدراسة على فريق العمل.
- تحديد و معرفة دور كل مساعد أثناء عملية القياس.

الدراسة الإستطلاعية الأولى :

حتى يتأكد الباحث من صحة النتائج، وجد من اللازم عليه إن يلتزم بالأسلوب البحث العلمي الصحيح لإجراء الاختبارات و عليه تم إجراء دراسة إستطلاعية فى ١٠/١٠/٢٠٢٤م، على عينة قومها ١٠ طالب مرحلة الجامعة وجميعم طلاب مقيدين فى العام الجامعى ٢٠٢٤/٢٠٢٥م بكلية التربية الرياضية و أيضاً كليات مختلفة بجامعة الفيوم، لأجل التأكد من عدة نقاط منها :

- دقة الفريق العمل المساعد وذلك لتنظيم وحسن الأداء عند تطبيق الاختبارات .
- التاكيد من سلامة و كفاءة الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث .
- التعرف على أهم المعوقات التي تواجه المفحوصين إثناء تطبيق الاختبارات.
- التعرف على الأسس العملية للإختبارات .

الدراسة الإستطلاعية الثانية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية الثانية فى ٨/١٠/٢٠٢٤م، بعد مدة اسبوع من الدراسة الإستطلاعية الأولى على نفس العينة ونفس مجتمع الدراسة، وكان الهدف من ذلك معرفة صدق وثبات الإختبارات المستخدمة قيد البحث.

الإختبارات المستخدمة :

قام الباحث بتصميم استمارة استطلاع رأي خبراء من خلال جوجل فورم وتوزيعها لمعرفة أى الاختبارات انسب لقياس المغير البدني و المتغير الانثروبومتري والموضح بالجدول التالي:

جدول رقم (٣)

أراء السادة الخبراء للمتغير البدنية

ن=٥

م	المتغيرات البدنية	الاختبارات البدنية	التكرارات	النسبة المئوية
	التحمل العضلي تحمل القوة	الجلوس من الرقود لمدة ٦٠ ث	٥	%١٠٠
		إختبار رفع الكتفين واعلي الظهر	-	%٠
		ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل ٦٠ ث	٤	%٨٠
	المرونة	اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف	٥	%١٠٠
		الكوبري (القبة)	٢	%٤٠
	القدرة العضلية	(للرجلين) الوثب العريض من الثبات	٥	%١٠٠
		(للبيدين) دفع كرة طبية ٥ ك	١	%٢٠
		(للبيدين) دفع كرة طبية ٣ ك	٤	%٨٠
	السرعة	(السرعة الانتقالية) العدو ٢٠ متر	٥	%١٠٠
		(السرعة الحركية) الجري في المكان ١٥ ث	٥	%١٠٠
		(سرعة رد الفعل للبيدين) نيلسون	٤	%٨٠
	الرشاقة	الجري المكوكي	٣	%٦٠
		الجري المتعرج (فلنثمان)	٢	%٤٠
		الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث	٥	%١٠٠
		t.test	٢	%٤٠
	التوازن	(الثابت) الوقوف على مكعب بمشط القدم	٥	%١٠٠
		(الثابت) الوقوف على جهاز توازن الكرة	٢	%٤٠
		(المتحرك) المشي على عارضة التوازن	٢	%٤٠
		(المتحرك) باس المعدل للتوازن الديناميكي	٢	%٤٠
	التوافق	رمي واستقبال كرة تنس على الحائط	٢	%٤٠
		الدوائر المرقمة	٤	%٨٠

- وقد أسفرت نتيجة أستطلاع رأي الخبراء عن الاختبارات و القياسات لعناصر اللياقة البدنية بعد إستبعاد الإختبارالذي يقل عن نسبة موافقة ٧٠% من استجابة الخبراء كالتالي:
- - إختبارالجلوس من الرقود لمدة ٦٠ ث، إختبار ثني الذراعين من وضع لانبطاح المائل ٦٠ ث، لقياس التحمل العضلي (تحمل القوة).
 - اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف ، لقياس المرونة اسفل الظهر .-
 - -إختبارالوثب العريض من الثبات، دفع كرة طبية ٣ ك بالبيدين، لقياس القدرة العضلية للرجلين و البيدين.
 - اختبار العدو ٢٠متر، الجري في المكان ١٥ ث، اختبارنيلسون، لقياس السرعة الإنتقالية، والسرعة الحركية وسرعة رد الفعل للبيدين ،
 - اختبار الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث، لقياس الرشاقة.-
 - اختبارالوقوف على مكعب بمشط القدم، لقياس التوازن .-
 - الدوائر المرقمة لقياس التوافق

المعاملات العلمية:

صدق الاختبار

مع أن الاختبارات المستخدمة في الدراسة لها معاملات صدق في العديد من الدراسات السابقة، إلا أن الباحث قام بإيجاد صدق المحتوى من خلال العرض على المحكمين، وذلك بعرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء وقد أشاروا إلى صلاحية هذه الاختبارات لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بنشاط العروض الرياضية قيد الدراسة وإمكانية تطبيقها على العينة.

ثبات الاختبار :

وقام الباحث تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه حيث تم إعادة تطبيق الاختبار بعد أسبوع من التطبيق الأول، وجدول رقم (٤) يوضح معاملات الارتباط الدال على الثبات بين التطبيقين الأول والثاني لقياسات المتغيرات البدنية المرتبطة بنشاط العروض الرياضية قيد الدراسة.

جدول رقم (٤)

معامل الارتباط التطبيق الاول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث

ن = ١٠

الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	التحليل الاحصائي
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.961	7.978	29.10	10.188	26.30	العدد/ث	المتغيرات البدنية التحمل العضلي ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل ٦٠ ث
0.742	7.564	18.90	7.285	14.20	سم	المرونة اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف
0.879	.2530	1.820	.30411	1.9380	سم	القدرة العضلية (للرجلين)الوثب العريض من الثبات
0.935	.8381	4.270	1.15519	4.1510	سم	(للبيدين) دفع كرة طبية ٣ ك
0.986	1.1187	4.740	1.2133	4.790	سم/ث	(السرعة الانتقالية) العدو ٢٠ متر
0.894	3.592	16.70	3.561	16.30	العدد/ث	السرعة (السرعة الحركية) الجري في المكان ١٥ ث
0.81	6.019	15.30	5.959	10.80	سم	(سرعة رد الفعل اليد اليميني) المسطرة المدرجة
0.966	6.096	13.50	6.433	12.60	سم	(سرعة رد الفعل اليد اليسري) المسطرة المدرجة
0.947	2.452	6.30	2.885	4.90	العدد/ث	الرشاقة الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث
0.831	10.7270	24.770	11.5250	22.740	سم/ث	التوازن الوقوف على مكعب بمشط القدم ((الثابت)
0.859	.7484	6.770	.78143	6.8320	ث	التوافق الدوائر المرقمة

"ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٥٠ = 0.264 *

يتضح من الجدول رقم (٤) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني في

الاختبارات قيد البحث عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على ثبات الاختبارات قيد البحث

المعالجات الإحصائية :

التوصيف الإحصائي لمجتمع الدراسة ككل: (متوسط حسابي - إنحراف معياري أقل قيمة -

أكبر قيمة - الالتواء - "T-test"

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق الاختبارات قيد البحث على جمع أفراد العينة الأساسية بالبحث والبالغ عددهم

(٦٠) طالب من المقيدين بكليات جامعة الفيوم ، و ذلك خلال الفترة من ٢٠٢٣/١٠/١٥ م إلى

٢٠٢٣/١٠/٢٥ م.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض النتائج :

جدول رقم (٥)

التوصيف الاحصائي للمتغيرات البدنية للطلاب الممارسين للرياضة

ن = ٣٠

التحليل الاحصائي		وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اكبر قيمة	اقل قيمة	معامل الالتواء	معامل التفلطح
المتغيرات البدنية								
القدرة العضلية	الوثب العريض من الثبات	سم	2.15 97	.59913	4.58	1.35	2.445	8.574
	دفع كرة طبية وزن	سم	5.61 57	1.2285 7	7.50	3.40	-335-	-877-
التحمل العضلي	ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل 60 ث	العدد/ث	35.9 0	9.883	55	15	.124	-203-
السرعة	اختبار ٢٠ متر "ثانية"	سم	3.74 9	.4836	4.64	2.14	-952-	3.816
	جري في المكان ١٥ ث	سم/ث	29.9 7	4.860	38	20	-490-	-488-
	اليدين اليمنى	العدد/ث	14.1 4	7.213	25	2	.019	-1.177-
المرونة	اليدين اليسرى	سم	8.38	5.967	20	1	.143	-1.220-
	اختبار ثني الجذع من لوقوف	سم	12.8 7	6.872	26	0	-101-	-359-
التوافق	الدوائر المرقمة	العدد/ث	7.11 6	1.3812	11.50	5.30	1.491	2.778
التوازن	الوقوف علي مشط القدم	سم/ث	2.75 3	1.6549	10.00	1.25	3.205	12.781
الرشاقة	الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث	العدد/ث	3.83	1.206	6	2	.215	-794-

يتضح من جدول رقم (٥) أن التحليل الاحصائي لتوصيف البيانات وفقا للاختبارات البدنية قيد

البحث، حيث أن معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (-١.٠٠١ : ١.٢٧٧) وان جميعها تقترب من

الصفر مما يدل علي اعتدالية البيانات.

جدول رقم (٦)

التوصيف الاحصائي للمتغيرات البدنية طلاب كلية التربية الرياضية

ن = ٣٠

معامل التفلطح	معامل الالتواء	أقل قيمة	أكبر قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	التحليل الاحصائي	
							المتغيرات البدنية	
3.444	1.603	1.5	3.0	.3875	1.857	سم	الوثب العريض من الثبات	القدرة العضلية
-.677-	.547	2.00	5.00	.96568	3.2250	سم	دفع كرة طبية وزن	
-.998-	-.419-	20	53	9.950	36.97	العدد/ث	ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل 60 ث	التحمل العضلي
-.1118-	-.139-	3.20	4.60	.4030	3.82	سم	اختبار ٢٠ متر "ثانية"	السرعة
-.831-	.472	٢١	٤١	٥.٨٤٠	32.60	سم/ث	جري في المكان ١٥ ث	
.283	1.048	2	17	7.505	10.94	العدد/ث	اليدين اليميني	
-.1326-	.200	2	17	4.675	8.58	سم	اليدين اليسري	المرونة
-.327-	-.644-	-	.0	3.4385	-4.567-	سم	اختبار ثني الجذع من لوقوف	
.483	.708	4.0	9.0	1.2621	5.687	العدد/ث	الدوائر المرقمة	التوافق
.049	1.071	2.90	14.0	3.35313	6.3210	سم/ث	الوقوف علي مشط القدم	التوازن
-.415-	.353	4	9	1.450	5.97	العدد/ث	الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث	الرشاقة

يتضح من جدول رقم (٦) أن التحليل الاحصائي لتوصيف البيانات وفقا للاختبارات البدنية قيد

البحث، حيث أن معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (-٦٤٤.٠ : ١.٦٠٣) وان جميعها تقترب من

الصفر مما يدل علي اعتدالية البيانات.

جدول رقم (٧)

يوضح دلالات الفروق في المتغيرات البدنية بين طلاب تربية رياضية وطلاب الممارسين للرياضة

م	المتغيرات البدنية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	Sig. (2-tailed)	الدلالة الاحصائية
١	الوثب العريض من الثبات	2.1876	.58954	2.556	0.013	دال
٢	دفع كرة طبية وزن	1.8567	.38746	-2.032	0.047	دال
٣	ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل 60 ث	5.5714	1.2257	-0.464	0.644	غير دال
٤	اختبار ٢٠ متر "ثانية"	-.07037	.11464	-0.614	0.582	غير دال
٥	جري في المكان ١٥ ث	35.76	1.384	-1.946	0.057	غير دال
٦	سرعة رد الفعل اليد اليمنى	3.202	1.902	1.683	0.000	غير دال
٧	سرعة رد الفعل اليد اليسرى	-.201	1.379	-0.146	0.912	غير دال
٨	اختبار ثني الجذع من لوقوف	3.8247	.40908	12.307	0.000	دال
٩	الدوائر المرقمة	29.86	4.912	4.216	0.000	دال
١٠	الوقوف علي مشط القدم	32.60	5.840	-5.216	0.000	دال
١١	الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث	13.93	7.445	6.248	0.000	دال

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٠٥ = ٢.٠٠٢

يتضح من الجدول رقم (٧) أن قيمة ت المحسوبة (٢.٠٠٢)، عند مستوي معنوية (٠.٠٠٥)، ودرجة حرية (٥٨)، بين طلاب تربية رياضية، وطلاب الممارسين للرياضة من كليات اخري حيث توجد فروق في جميع المتغيرات البدنية للمتطلبات العروض الرياضية، تراوحت ما بين (٢.٠٣٢ و ١٢.٣٠٧) باستثناء اختبار ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل ٦٠ ث، و اختبار اختبار ٢٠ متر "ثانية"، واختبار جري في المكان ١٥ ث، واختبار المسطرة المدرجة سرعة رد الفعل اليد اليسرى حيث قيمة ت المحسوبة لهذه المتغيراتك (٠.٤٦٤ ، ١.٩٤٦ ، ٠.١١١٠.٥٥٣) وهذه القيمة اقل من قيمة ت الجدولية .

- في الاختبار الاول الوثب العريض من الثبات يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٢.١٥٩) وبإنحراف معياري (٠.٥٩٩)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (١.٨٥٧)، وبإنحراف معياري (٠.٣٨٧)، ونتيجة لهذه

القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢.٥٥٦) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨) ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل علي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار الثاني الوثب دفع كرة طبية وزن (٣ ك) يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٥.٦١٥) وبإنحراف معياري (١.٢٢)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (٣.٢٢٥)، وبإنحراف معياري (٠.٩٦٥)، ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢.٠٣٢) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨) ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل علي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار الثالث ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل ٦٠ ث، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٣٥.٩٠) وبإنحراف معياري (٩.٨٨)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (٣٦.٩٨)، وبإنحراف معياري (٩.٩٥) ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٠.٤٦٤) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨) ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل علي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار الرابع اختبار ٢٠ متر ثانية، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٣.٧٥٩) وبإنحراف معياري (٠.٤٧٩)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب تربية رياضية بلغ (٣.٨٢)، وبإنحراف معياري (٠.٤٠٣٠)، ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٠.٦١٤) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨) ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل علي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار الخامس جري في المكان ١٥ ث، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٢٩.٩٧) وبإنحراف معياري (٤.٨٦٠)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (٣٢.٦٠)، وبإنحراف معياري (٥.٨٤٠)، ونتيجة

لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-٠.٥٥٣)، وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨)، ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار السادس المسطرة المدرجة لسرعة رد الفعل اليد اليمني، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (١٤.١٤) وبإنحراف معياري (٧.٢١٠)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (١٠.٩٤)، وبإنحراف معياري (٧.٥٠٥)، ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١.٦٨٣) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨)، ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار السابع المسطرة المدرجة لسرعة رد الفعل اليد اليسري، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٨.٣٨) وبإنحراف معياري (٥.٩٦٧)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (٨.٥٨)، وبإنحراف معياري (٤.٦٧٥)، ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-٠.١٤٦) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨)، ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار الثامن اختبار ثني الجذع من لوقوف، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (١٢.٨٧) وبإنحراف معياري (٦.٨٧٢)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (-٤.٥٦)، وبإنحراف معياري (٣.٤٣٨)، ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٢.٣٠٧) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨)، ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار التاسع الدوائر المرقمة، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٧.١١) وبإنحراف معياري (١.٣٨١)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (٥.٦٨٧)، وبإنحراف معياري (١.٢٦٢)، ونتيجة لهذه القيم

بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٤.٢١٦) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨)، ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٠٥)، مما يدل علي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار العاشر الوقوف علي مشط القدم ، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٢.٧٥) وبإنحراف معياري (١.٦٥٤)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ رياضية بلغ (٦.٣٢١)، وبإنحراف معياري (٣.٣٥٣)، ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٥.٢١٦) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨)، ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٠٥)، مما يدل علي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

- في الاختبار الحادي عشر الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث ، يتضح من الجداول ارقام (٥)، (٦)، (٧)، أن المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٣.٨٣) وبإنحراف معياري (١.٢٠٦)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة بلغ (٥.٩٧)، وبإنحراف معياري (١.٤٠)، ونتيجة لهذه القيم بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٦.٢٤٨) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، عند درجة حرية (٢٨)، ومستوي دلالة معنوية (٠.٠٠٥)، مما يدل علي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية.

مناقشة النتائج:

وفى ضوء ما تقدم من عرض وتحليل النتائج نلاحظ من خلال الجدول رقم (٧)، أن هناك هناك فرق معنوي حيث كانت قيمة (ت) الحسوبة أكبر من الجدولية، فى اختبار (الوثب العريض من الثبات) لصالح الطلاب الممارسين للرياضة بمتوسط (٢٠١٥٩٧)، مقارنة بطلاب علوم الرياضة بمتوسط (١٠٨٥٦٧)، كما يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عالية جدًا اختبار (دفع كرة طبية وزن ٣ ك) لصالح لطلاب الممارسين للرياضة حيث أن المتوسط الحسابي بلغ (٥.٦١٥)، بينما طلاب علوم الرياضة بمتوسط حسابي بلغ (٣.٢٢٥)، ويشير إلى أن المجموعة الممارسة للرياضة قد أظهرت أداءً أفضل في اختبار الوثب العريض من الثبات و اختبار (دفع كرة طبية وزن ٣ ك) من المجموعة المتخصصة وهم طلاب تربية رياضية.

يمكن تعليل سبب تفوق طلاب الممارسين للرياضة عن طلاب علوم الرياضة فى هذا الاختبارين حيث ان العينة المختارة من الممارسين للرياضة وكذا مشاركين فى بطولات جامعية فى رياضات مختلفة، كذلك نجد ان القدرة العضلية لعضلات الرجلين واليدين مهمة جدا لجميع من يمارس الرياضة باختلاف نوع الرياضة الممارس

ويتفق مع هذه (جيوفاني اسبوزيتو، سارة اليرتي ٢٠٢٥م) أن الاعتماد الطلاب على النشاط البدني المنظم يحدث تحسناً ملحوظاً فى الكفاءة الحركية والقوة الانفجارية (sara Aliber. Giovanni Esposito., 2024)

وتتفق مع ذلك (Yıldırım, İ., & Baştuğ, G. (2021) أن الطلاب الممارسين للرياضة بانتظام يحققون نتائج مقارنة للمتخصصين فى اختبارات القوة بأنواعها، إذا كانت شدة التمرين وفترة كافية (BaştuğG, ٢٠٢١)

وتشير كلا من دراسة (هدى الالفى و نعمة السيد ١٩٩٥م)، و باراي تك وآخرون ، Barteck, O., (١٩٩٩م)، ان احتواء برنامج التمرينات والتدريبات المنتظمة والتي تتضمن المجموعات العضلية المختلفة للجسم يساهم فى ترقية الوظائف الحركية للعضلات وارتفاع نتائج الاختبارات البدنية، كما أن التدريبات و التمرينات البدنية تهدف اساس الى تطوير وتحسين بعض القدرات الحركية كالقدرة العضلية ، كما اشار (الرومي محمد،و السيد قصي ٢٠٢٥م) أن "القدرة العضلية" القوة الانفجارية لعضلات الرجلين لها دور بارز ومحدد عند إنتاج القوة فى اللحظة والسرعة المناسبين، كما لها أثر متزايد على مستوى الأداء (جاسم محمد نايف الرومي، السيد قصي بشار إبراهيم، ٢٠٢٥) (هدى الالفى، نعمة السيد، ١٩٩٥) (Barteck, ١٩٩٩)

وايضا من خلال ما تم عرضه من نتائج فى جدول رقم (٧)، وجد فى اختبار (ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل ٦٠ ث)، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (-٠.٤٦٤) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، وبهذه القيمة لا توجد فروق فى التحمل العضلى للذراعين بين الطلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة ، كما فى اختبار (اختبار ٢٠ متر)، بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-٠.٦١٤) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، ويتضح من خلال هذه النتيجة انه لا توجد فروق دالة احصائيا فى متغير السرعة الانتقالية بين الطلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة، وفى اختبار (جري فى المكان ١٥ ث)، كانت قيمة (ت) المحسوبة (-٠.٥٥٣)، وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، بهذه القيمة لا توجد فروق فى متغير السرعة الحركية بين الطلاب الممارسين للرياضة، وطلاب علوم الرياضة، بينما فى اختبار المسطرة المدرجة ل سرعة رد الفعل اليد اليمنى)، بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١.٦٨٣) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢) بهذه القيمة لا توجد فروق فى متغير سرعة رد الفعل لليد اليمنى بين الطلاب الممارسين للرياضة وطلاب علوم الرياضة، وفى اختبار (المسطرة المدرجة ل سرعة رد الفعل اليد اليسرى)، بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-٠.١٤٦) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة قيمتها (٢.٠٠٢)، بهذه القيمة لا توجد فروق فى متغير سرعة رد الفعل لليد اليسرى بين الطلاب الممارسين للرياضة وطلاب علوم الرياضة .

ويعزو الباحث عدم وجود فروق دالة احصائياً بين الطلاب الممارسين للرياضة وطلاب علوم الرياضة، أن الطلاب الممارسين للرياضة يمتلكون قدرا كافيا من القدرات البدنية نتيجة الرياضات التي يمارسونها والتدريبات البدنية التي يؤدونها بشكل وبصفة منتظمة ومستمرة، كما ان طلاب تربية رياضية ومن خلال المقررات الدراسية يتعرضون لبرامج تدريبية إلا أن توزيع الحمل التدريبي بين المقررات النظرية والعملية قد يجعل تأثير التدريب على هذه المتغيرات البدنية مماثلاً لما يحققة الطلاب الممارسون للرياضة خارج الاطار الاكاديمي، خاصة اذا كانت طبيعة التمرين خارج الكلية مشابهة فى المكونات البدنية ، أي وجود تقارب فى مستوى الطلاب فى بعض الخصائص البدنية، بالاضافة العوامل الفردية والفروق الشخصية بين الطلاب .

ويتفق مع ذلك (فاطمة لميتوي، دروة كنزة ٢٠٢١م) أن بممارسة الرياضة المنتظمة تؤدي إلى وجود تقارب فى مستوى اللاعبين فى بعض الخصائص البدنية وبغض النظر عن الرياضة التي يمارسها حيث يحتاجون إلى لياقة بدنية عالية تؤهلهم لأداء المهام الرياضية حسب ما تفرضه طبيعة الرياضة. (فاطمة الزهراء لميتوي، دردون كنزة، ٢٠٢١م).

وايضا الصفات البدنية مثل سرعة رد الفعل قد تتأثر بالاستعدادات العصبية العضلية الفردية أكثر من تأثرها بنوع النشاط الرياضي أو البدني أو التخصص الأكاديمي، مما يقلل من احتمالية ظهور فروق واضحة بين المجموعتين وهذا ما أكدت دراسة ((سوزين هـ Sozen, H ٢٠١٢م) حول تأثير التدريب الرياضي للطلاب، حيث أوضحت أن سرعة رد الفعل تحتاج الى برامج تدريبية نوعية و مكثفة حتي تحدث فروقا واضحة بين المجموعات (Sozen .، ٢٠١٢، صفحة ٤٩).

ويؤكد ذلك دراسة كلاً من (محمد ابراهيم شحاتة ٢٠١٥م)، و(محروس قنديل وآخرون ٢٠٠٠م) حيث اثبتت الابحاث العلمية ان ممارسة التمرينات البدنية والحركية لها فائدة كبيرة في تنمية الصفات البدنية مجتمعة ، وان رفع اللياقة البدنية يسهم بدرجة تتناسب مع امكانيات او قدرات الفرد، وذلك بتتميتها وتطويرها لاهم الصفات البدنية كالقوة والسرعة التي تسهم في رفع الكفاية الانتاجية والمهارية لجميع الفئات المختلفة. (شحاته، ٢٠١٥، صفحة ١١٧) (قنديل م.، ٢٠٠٠، صفحة ٣٢)

وفي ضوء ما تقدم من عرض وتحليل النتائج نلاحظ من خلال الجدول رقم (٧)، أن هناك أن هناك فرق معنوي حيث كانت قيمة (ت) الحسوبة أكبر من الجدولية ، في اختبار (اختبار ثني الجذع من لوقوف) المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة (١٢.٨٧)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة، بلغ (-٤.٥٦)، وتشير القيم السالبة عادة إلى القدرة على تجاوز نقطة معينة (صفر)، بينما القيم الموجبة تعني عدم تجاوزها، هذا يشير إلى أن طلاب علوم الرياضة، أكثر مرونة في هذا الاختبار، كما انه في اختبار (الدوائر المرقمة) بلغ المتوسط الحسابي للطلاب الممارسين للرياضة (٧.١١)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب علوم الرياضة، بلغ (٥.٦٨٧) حيث ان هذا الاختبار يحسب من خلال الوقت فإن المتوسط الأقل هو الأفضل. وبالتالي فإن طلاب علوم الرياضة، أظهروا أداء أفضل في متغير التوافق، بينما في اختبار (الوقوف علي مشط القدم) اكان لمتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة بلغ (٢.٧٥)، وبلغ المتوسط الحسابي لطلاب تربية رياضية (٦.٣٢١) مما يشير إلى أن طلاب علوم الرياضة، لديهم قدرة أفضل على التوازن، وفي اختبار (الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث) بلغ المتوسط الحسابي لطلاب الممارسين للرياضة (٣.٨٣)، بينما المتوسط الحسابي لطلاب تربية رياضية بلغ (٥.٩٧) ويشير ذلك الى أن طلاب علوم الرياضة لديهم متوسط أعلى بكثير في متغير الرشاقة ولديهم قدرة أفضل مقارنة بطلاب "الممارسين للرياضة .

ويعزو الباحث اسباب التفوق في المرونة، التوافق، التوازن، والرشاقة لدى طلاب كلية علوم الرياضة، يعود إلى الجمع بين التدريب الأكاديمي المنظم، وتنوع الأنشطة، والالتزام المستمر، مما يجعلهم أكثر قدرة على التحكم في الحركة وتحقيق الأداء الأمثل في الأنشطة الحركية المعقدة مثل

العروض الرياضية، وتشير هذه النتائج إلى أن هذه الصفات ترتبط بشكل مباشر ببرامج التدريب المتخصصة والمراقبة العلمية للأداء.

وايضاً برامج كليات علوم الرياضة تتسم بالشمولية والتنظيم، حيث تتضمن تدريبات إطالة، وتمارين توازن، وأنشطة توافقية، وتمارين رشاقة تُمارس بانتظام على مدار العام الأكاديمي، وهو ما يسهم في تطوير هذه الصفات بدرجة أكبر مقارنة بالطلاب الممارسين للرياضة.

كما أن الخبرة الحركية التراكمية لدى طلاب علوم الرياضة، الناتجة عن ممارستهم لأنشطة رياضية متعددة منذ سنوات قبل الالتحاق بالكلية، تمنحهم قاعدة بدنية وحركية قوية، بخلاف بعض الممارسين من غير المتخصصين الذين قد تكون ممارستهم حديثة أو غير منتظمة.

وهذا ما أكدته (أبوالعلا احمد، احمد نصر الدين ٢٠٠٣م) أن قدرة المرونة هي قدرة خاصة بكل مفصل وهي تختلف عن بقية مكونات اللياقة البدنية، في كونها تتأثر وترتبط بمكونات الجهاز الحركي أي أنها تتأثر بحالة المفصل التشريحية وحالة العضلات العاملة حول هذا المفصل والعوامل المحيطة بالفرد بالإضافة الى النشاط الرياضي. (حمد نصر الدين أبوالعلا احمد عبدالفتاح، ٢٠٠٣، صفحة ٤٩)، كما يشير نادر مرجان وآخرون (٢٠٠٨م) أن العروض الرياضية لها تأثير إيجابي على كثير من الجوانب البدنية والحركية (مرجان، ٢٠٠٨).

إضافةً إلى ذلك، فإن التقييم المستمر للأداء في كليات التربية الرياضية من خلال الاختبارات العملية، يعزز التزام الطلاب بأداء التمارين بالجودة المطلوبة، وهو ما يدعمه ما توصلت إليه دراسة (اسماعيل محمد & سعيد عبدالحميد 2023)، حول بناء بطاريات اختبارات لانتقاء المشاركين في العروض الرياضية، حيث تبين أن المتخصصين أكاديمياً يحققون نتائج أفضل في التوازن والرشاقة نتيجة التدريب الموجه والمستمر (اسماعيل محمد، سعيد عبدالحميد، ٢٠٢٣).

الاستنتاجات:

١. هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح طلاب الممارسين للرياضة في المتغيرات التالية:

• لقدرة العضلية للرجلين في اختبار (الوثب العريض من الثبات).

• القدرة العضلية لليدين في اختبار (دفع كرة طبية ٣ كجم).

٢. لا توجد فروق معنوية بين المجموعتين في المتغيرات التالية:

• التحمل العضلي للذراعين (ثني الذراعين من وضع الانبطاح المائل ٦٠ ث).

• السرعة الانتقالية في اختبار (عدو ٢٠ م).

• السرعة الحركية في اختبار (الجري في المكان ١٥ ث).

• سرعة رد الفعل في اختبار (الليد اليمنى واليسرى).

٣. هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح طلاب علوم الرياضة في المتغيرات التالية:

• المرونة في اختبار (ثني الجذع من الوقوف).

• التوافق الحركي في اختبار (الدوائر المرقمة).

• التوازن الثابت في اختبار (الوقوف على مشط القدم).

• الرشاقة في اختبار (الانبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث).

٤. تقارب مستوى المجموعتين في بعض الصفات البدنية راجع إلى انتظام الممارسين للرياضة في

تدريبات بدنية منتظمة، بالإضافة إلى أن طلاب التربية الرياضية يحافظون على مستوى لياقتهم

من خلال المقررات والأنشطة الأكاديمية.

التوصيات

• الاستفادة من نتائج البحث في تطوير معايير اختيار المشاركين في العروض الرياضية بالجامعات

بحيث تُبنى على تقييم القدرات البدنية الفعلية وليس التخصص الأكاديمي فقط.

• إتاحة الفرصة للطلاب المتميزين بدنياً من غير المتخصصين للمشاركة في مسابقات وأنشطة العروض الرياضية.

• تصميم برامج تدريبية مشتركة لتحسين نقاط الضعف البدنية لدى كل فئة (مثل القدرة العضلية

للرجلين لدى طلاب التربية الرياضية، والمرونة والتوافق لدى الممارسين للرياضة).

• إجراء أبحاث لمتغير الاحتفاظ بالتتابع الحركي، الخاص بالعروض الرياضية في الذاكرة الحركية

الطويلة، بحيث يتمكن الفرد أو الفريق من أداء للجملة بدقة وانسجام دون تردد أو خطأ أثناء العرض

• إجراء دراسات مماثلة على عينات أكبر ومن رياضات متنوعة للتأكد من ثبات النتائج وتعميمها.

• استخدام البطاريات الاختبارية الموثقة في البحث كأداة قياس معيارية لمتابعة تطور المستوى البدني

للطلاب.

المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية

- أبو العلا احمد عبدالفتاح، احمد نصر الدين سيد (٢٠٠٣ م): فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، ط٢، القاهرة، ص٤٩، ص٥٥.
- أحمد عبدالله يونس (٢٠٢١): البناء التقويمي للقدرات البدنية للمشاركين في العروض الرياضية لطلاب كلية التربية البدنية جامعة بنغازي، المجلة الليبية العالمية، ع٥٠، - كلية التربية بالمرج، جامعة بنغازي.
- اسماعيل محمد محمود سالم، سعيد عبد الحميد السيد سالم (٢٠٢٣ م): البناء العامل لبعض عناصر المياقة البدنية كمحدد إنتقاء المشاركين في العروض الرياضية لدى طالب كمية التربية الرياضية، مجلة تطبيقات علوم الرياضة، ع١٢٦، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية .
- ايمان حسين الطائي (٢٠٠٩): القياس والتقويم في درس التربية الرياضية، المجلة الألكترونية الرقمية العراقية، جامعة بغداد، العراق.
- جاسم محمد نايف الرومي، السيد قصي بشار إبراهيم (٢٠٢٥ م): دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البدنية والمهارية بين مراكز لاعبي كرة القدم الناشئين، مجلة ميسان، مجلد ٣٠، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة الحدياء/ الموصل/ العراق.
- عباس على عذاب (٢٠٠٨)، بناء وتقنين بطارية اختبار بدنية للقبول في الكليات العسكرية، بحث علمي منشور، مجلة علوم التربية البدنية، العدد (٨)، المجلد (١).
- عطيات محمد خطاب ، مها محمد فكرى ، شهيرة عبدالوهاب يوسف (٢٠٠٦) : أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية ، مركز الكتاب ، القاهرة.
- عطية، وديع محمد المرسى، حسن، أحمد عبدالعظيم عبدالله (٢٠٢٣ م): بناء بطارية اختبار لقياس اللياقة البدنية الخاصة لدى أفراد القوات المسلحة، لمجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، العدد: ٤٧، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- عماد الدين عباس أبو زيد (٢٠٠٥ م) : التخطيط والاسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الالعب الجماعية نظريات – تطبيقات ، منشأة المعارف، الاسكندرية.
- كاظم جابر أمين (٢٠٠٤ م): اللياقة البدنية والصحة دار الشروق للطباعة والنشر، الاسكندرية.

فاطمة الزهراء لميتوي، دردون كنزة (٢٠٢١م) دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية (السرعة القوة الرشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد ٨، العدد ٣، كلية علوم الرياضة، جامعة الجلفة، الجزائر.

محروس محمد قنديل (٢٠١٨) : عناصر اللياقة البدنية الخاصة كمحددات لانتقاء المشتركات في العروض الرياضية بكليات التربية الرياضية، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والراضية، العدد الواحد والثلاثون، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

محمد زروال (٢٠١٧ م): بناء بطارية اختبارات بدنية بغرض الانتقاء للفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية – دراسة ميدانية لبعض ثانويات بلدية بسكرة، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم التربية الحركية، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر – بسكرة).

محمد ابراهيم شحاته (٢٠١٥م) : دليل اللياقة البدنية، منشأة المعارف، الاسكندرية، ص ١١٧

محروس قنديل وآخرون (٢٠٠٠م) : اساسيات التمرينات البدنية البدنية، المعارف للطباعة والنشر الاسكندرية، ص ٣٢

منير سامي حنا، محمد فؤاد حبيب، احمد طارق عبدالسلام (٢٠٢١م): الاستجابات البدنية المصاحبة لتمرينات العروض الرياضية لطلاب كلية التربية الرياضية بنين جامعة حلوان، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، ع ٩١، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

نادر محمد مرجان وآخرون (٢٠٠٨م) : عليا العروض الرياضية في تنمية بعض القدرات الحركية مفردات التكيف النفسي لدي طلاب كمية التربية الرياضية"، المؤتمر الأقليمي الرابع لمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويج والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الأوسط، الجزء الثاني، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الإسكندرية.

نبيل منير سامي رجائي (٢٠١٣م): دراسة مقارنة بين نوعين من الإيقاع على مستوى الأداء في العروض الرياضية، لمجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، ع ٦٩، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان

نعمات أحمد، ماجدة محمد (٢٠٠٥): الجباز الإيقاعي النظرية والتطبيق، مكتبة دار الحكمة، الاسكندرية.

هدير مهام حسن، و زينب نعيم عزيز (٢٠١٩م): دراسة مقارنة لبعض عناصر اللياقة البدنية لطالبات قسم التربية البدنية، وعلوم الرياضة في كلية التربية للبنات بجامعة القادسية.

هدى الالفى ، نعمة السيد (١٩٩٥م): اثر التمرينات الهوائية باستخدام صندوق الخطو على الدافعين للاداء وبعض المتغى ارت الحركيه والفسولوجيه فى التمرينات مؤتمر الرياضة والمرأة ، كلية التربية الرياضيه للبنات ، جامعة الاسكندريه .

ياسمين البحار نعمة محمد (١٩٩٥): الأهمية النسبية لمكونات القدرات التوافقية المساهمة فى مستوي أداء جمل الجمباز الايقاعي بالأدوات المختلفة، المؤتمر الدولي للرياضة والمرأة، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الأسكندرية.

ثانيا: المراجع باللغة الانجليزية

- Akbar,s .,soh, K. G ., Jazail Mohd Nasirddin, N., Bashir, M ., Cao, s ., & soh, K , L.(2022). Effects of neuromuscular training on athletes physical fitness in sport: A systematic review. Frontiers in physiology.;M 13.
- Baştuğ, G& Yıldırım, İ.. (2021). Investigation of Physical and Motor Characteristics Between University Students Who Participate and Students Who Don't Participate in Sport Activities. Asian Journal of Education and Training, 7(1), 8–14,
- Barteck, O.,(1999): All around fitness, Knoeman Germany.
- Giovanni Esposito, sara Aliberti(2024): A comparative Study of university training of sport and physical activity kinesiologist, BMC, Sports Sci Med Rehabil,231-250.
- Ian Mekenzie: Squash the skills of the game . British : rowed press 1987.

Hasan Sozen (2012): The Effect of Volleyball Training on the Physical Fitness of High School Students, Procedia - Social and Behavioral Sciences, Volume 46, Pages 1455-1460

/insanity.do RETREVED AT 6/1/2015

Sozen, H. (2012). The Effect of Volleyball Training on the Physical Fitness of High School Students. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 46, 1455–1460.

ملخص البحث باللغة العربية

الفروق في بعض الصفات البدنية المرتبطة بالعروض الرياضية بين طلاب علوم الرياضة وطلاب الجامعة الممارسين للرياضة .

ملخص

هدفت الدراسة الى مقارنة الفروق في الصفات البدنية المرتبطة بالعروض الرياضية بين طلاب علوم الرياضة المشاركين في العروض الرياضية وطلاب الجامعة الممارسين للرياضة، استخدم المنهج الوصفي بأسلوب المسحي واختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية، من طلاب جامعة الفيوم الممارسين للرياضة ، وطلاب علوم الرياضة المشاركين في مسابقة العروض الرياضية، حيث بلغت عينة البحث ٦٠ طالب، وتم استخدام بطارية اختبار مقننة لمعدد (١١) متغير بدني، وبعد معالجة البيانات إحصائياً تم التوصل الى هناك فروق إحصائية لصالح طلاب علوم الرياضة في المرونة، والتوافق ، والتوازن ، و تقارب مستوى المجموعتين في السرعة، والتحمل العضلي، كما أوصي الباحث إتاحة الفرصة للطلاب المتميزين بدنياً من غير المتخصصين للمشاركة في مسابقات وأنشطة العروض الرياضية.

الكلمات الافتتاحية

اللياقة البدنية المرتبطة بالاداء - العروض الرياضية - طلاب الجامعة.

**Differences in Selected Performance-Related Physical Fitness
Attributes Between Sport Sciences Students and University Students
Practicing Sports**

Abstract

The study aimed to compare the differences in performance-related physical fitness attributes between Sport Sciences students who participated in sport shows and university students who practiced sports. The descriptive survey method was employed, and the study sample was randomly selected from Fayoum University students who practiced sports and Sport Sciences students who took part in sport show competitions. The research sample consisted of 60 students. A standardized physical fitness test battery comprising eleven physical variables was utilized. After statistically analyzing the data, the results revealed significant differences in favor of Sport Sciences students in flexibility, coordination, and balance, while both groups showed similar levels in speed and muscular endurance. The researcher recommends providing opportunities for physically talented non-specialist students to participate in sport show competitions and related activities.

Keywords:

Performance-related physical fitness – sport shows -university students