

تحديد مستويات معيارية للقدرة على الاستجابة الحركية والحفاظ على التوازن كأسس

لانتقاء ناشئى رياضة التنس الارضى بدولة الكويت

* أ.د/أشرف مصطفى أحمد

** عبدالله عدنان محمد

مقدمة ومشكلة البحث:

إن التدريب الحديث عملية تربوية هدفها الوصول باللاعبين إلى أرقى المستويات بالأداء المتكامل، والتطور السريع الذى تسعى إليه دول العالم، وإرتفاع مستوى الأداء يعكس بوضوح حتمية الإتجاه للأساليب الحديثة خلال عملية التدريب .

ورياضة التنس من احدى الرياضات العاب المضرب الهامة التى تتميز بالديناميكية المستمرة من خلال المواقف المختلفة للاعب فى كافة انحاء الملعب الكبير نسبيا مما يتطلب قدرات خاصة تميزها عن غيرها من الرياضات الاخرى، والتي لو توفرت للناشئى لاتاحت له فرصة التفوق فى هذا النشاط (٢: ١١١) .

حيث تتطلب رياضة التنس من ممارسيها أداء مهارات حركية ذات مواصفات معينة تتميز بتكنيك فنى دقيق يحتاج إلى إمكانيات ومتطلبات حركية خاصة فالأداء الفنى فى رياضة التنس مبنى على مبادئ وأسس علمية ، يتطلب معه استجابات حركية توافقية، تكتسب تدريجياً حتى يظهر فى شكل سلوك حركى راقى يتميز بالتناسق والانسيابية مع الاقتصاد فى الجهد والزمن اللازم للأداء .

ومن ثم فإن رياضة التنس تحتاج إلى القدرات التوافقية Coordinative abilities والتي تلعب دوراً هاماً وأساسياً عند اكتساب وإتقان المهارات الحركية ،حيث تذكر جوليوس كاسا Julius Kasa ٢٠٠٥م أن امتلاك اللاعبيين للقدرات التوافقية فى مختلف الأنشطة الرياضية يساعد على اختزال زمن اكتساب المهارات الحركية وإتقانها (١٨: ١٣١) ، وهذا ما تؤكدده شيرين أحمد ٢٠٠١م بأن القدرات التوافقية تشترك مع

* أستاذ التدريب الرياضى ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب - جامعة أسوان.

** معلم تربية بدنية بدولة الكويت.

المهارات الحركية فى تشكيل الأسس التوافقية لتطوير مستوى الأداء الفنى للاعبين فى الأنشطة الرياضية المختلفة . (٥ : ١١)

كما يرى **عصام أحمد حلمي** ١٩٩٨م أن القدرات التوافقية تسهم أيضاً فى تحسين العمليات العقلية العليا ، حيث يمثل الانتباه Attention أحد أهم هذه العمليات (٨٧ : ٢) ، بينما تذكر **تيريسا زيوركو وآخرون Teresa Zwierko et all** ٢٠٠٥م أن مظاهر الانتباه هى أحد مكونات القدرات التوافقية وتفسر ذلك بأن تنمية القدرات التوافقية تتطلب حشد للطاقات الذهنية بدرجات عالية . (١٩ : ١٨٣)

والقدرات التوافقية تمثل شرطاً أساسياً للإنجاز الرياضى ، حيث يمكن وصف القدرات التوافقية بأنها شروط حركية ونفسية عامة للإنجاز الرياضى كما تعمل على تمكين الفرد الرياضى فى مختلف أنواع الأنشطة الرياضية من الضبط والتحكم الذاتى فى الأداء الحركى (١٨ : ١٠٥) ، وينظر إلى القدرات التوافقية من الجانب النفسى بأنها تعد تمهيد كامن للحركة ، بينما ينظر إليها من الجانب الحركى بأنها التنفيذ الفعلى الظاهرى للأداء . (١٣ : ١٢١)

وتنبثق القدرات التوافقية من متطلبات الأداء المهارى ، وتختلف عن بعضها فى اتجاهها الديناميكي ، ولا تظهر القدرات التوافقية كقدرات منفردة بل ترتبط دائماً مع بعضها البعض كى تخدم فى مضمونها تركيب الحركة الكلية بصورة متناسقة ، كما ترتبط القدرات التوافقية بغيرها من شروط الإنجاز الرياضى والتمثلة فى القدرات البدنية والمهارية والخطية والنفسية ، وإذا ما تم تنسيق العمل بين هذه القدرات أمكن تحقيق أعلى مستوى من التوافق الحركى العام المطلوب لأداء المهارات الحركية المتميز بالضبط والتحكم الحركى . (٣ : ١٣) ، (٩ : ١٨٨ ، ١٨٩)

تذكر **نسرين محمود** ٢٠٠٤م أن أهمية القدرات التوافقية تتضح فى كونها تشترك مع المهارات الحركية لتشكيل الأسس التوافقية اللازمة لتطوير مستوى الفرد ، حيث تلعب القدرات التوافقية دوراً هاماً فى اكتساب المهارات الحركية ، حيث يتوقف الزمن اللازم لتعلم أى مهارة حركية على مستوى تلك القدرات عند بداية التعلم ، ولذلك

فإنه من الضروري توافر مستوى مناسب من القدرات التوافقية عند تعلم المهارات الحركية. (١٤ : ٣)

ويرى عمرو محمد مصطفى ١٩٩٨م أن ارتفاع مستوى القدرات التوافقية يعتبر مؤشراً لارتفاع المستوى الفنى للاعب ، حيث أن القدرات التوافقية ترتبط مباشرة بالأداء المهارى للاعب وتؤثر فيه وتتأثر به ، وبالتالي يتوقف مستوى الإنجاز فى الأداء على ما لدى الفرد الرياضى من مستوى تلك القدرات التوافقية . (١٠ : ٢٥)

كما يشير عصام الدين عبد الخالق ٢٠٠٥م إلى أهمية القدرات التوافقية من خلال انعكاس تنميتها وتطويرها للاعبين على الجوانب التالية :

- تحسين نوعية الأداء الحركى .
 - سرعة التعلم الحركى .
 - القدرة على تكيف البرامج الحركية الذهنية مع الظروف المتغيرة للتنفيذ .
 - فعالية وجمال وانسيابية الحركات . (٩ : ١٨٩)
- ويذكر حمدى نور ٢٠٠٤ الدين ان الاختبارات هى الوسيلة المناسبة لمعرفة مدى تقدم اللاعبين ولإجراء المقارنة بينهم ، كما ان وجود مستويات معيارية للاختبارات يسهل من اجراء هذه المقارنات ويجعلها اكثر صدقا وموضوعية (٤ : ٢٨)
- وفى ظل تقدم وتطور رياضة التنس من الناحية الفنية والقانونية بشكل مستمر فاصبح من الضرورى مواكبة هذا التطور من خلال اجراء الاختبارات والمقاييس حتى يتم معرفة مدى تقدمه والكشف عن نواحي القصور والضعف لديه ومن خلال عمل الباحث كمدرّب لرياضة التنس بدولة الكويت لاحظ ان الاختبارات المستخدمة فى رياضة التنس المرتبطة بالمستوى البدنى لا تتناسب مع ناشئ الاعب الكويتى نظرا لانها مستمدة من الاختبارات والمقاييس الاجنبية وفى حدود ما اطلع عليه الباحث من دراسات وبحوث لم يجد الباحث اى منها تناول تحديد مستويات معيارية للاستجابة الحركية والحفاظ على التوازن كأسس لانتقاء ناشئ رياضة التنس الارضى بدولة الكويت لذ كان هذا احد دوافع

هذا اجراء البحث بجانب اهية تحديد القدرات التوافقية لرياضة التنس ولذلك تتفق هبة أحمد بليغ ١٩٩٩م مع هبة عبد العظيم حسن ٢٠٠٥م على أن القدرات التوافقية تعتبر قدرات أساسية للنشاط الرياضى بشكل عام ، فالقدرات التوافقية تعد الأساس لتكوين البناء الرياضى للاعب (١٥ : ١٧) ، (١٦ : ٢٩) ، حيث يؤثر تنمية القدرات التوافقية على إتقان الأداء المهارى للنشاط الرياضى الممارس

هدف البحث :

يهدف البحث إلى:

١- وضع المستويات المعيارية لاختبارات القدرة على الاستجابة الحركية والحفاظ على التوازن كأسس لانتقاء ناشئ رياضة التنس الارضى بدولة الكويت .

تساولات البحث :

١- ما المستويات المعيارية لاختبارات القدرة على الاستجابة الحركية والحفاظ على التوازن كأسس لانتقاء ناشئ رياضة التنس الارضى بدولة الكويت؟

المصطلحات الواردة بالبحث :

القدرات التوافقية :

عبارة عن شروط حركية ونفسية عامة للإنجاز الرياضى ، حيث تنبثق من متطلبات الأداء المهارى ، ويستطيع الفرد من خلالها التحكم فى الأداء الحركى لمختلف الأنشطة الرياضية . (٨ : ١٨٨) ، (٣ : ١٢)

المستويات المعيارية:

تحويل الدرجات الخام المستخلصة من الاختبارات التى تختلف وحداتها (سنتيمتر، ثانيةالخ) الى درجة معيارية موحدة فى وحدتها (٧ : ٢٢١)

الدراسات السابقة :

١- دراسة شيماء محمد محمود (٢٠٠٤م) (٦) استهدفت التعرف على توظيف الحاسب الآلى فى وضع معايير للقدرات التوافقية للأطفال . ، وقد استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي ، والاستبيان كأداة لجمع البيانات ، وقد ضمت عينة البحث (٢٦) لاعب ، وكان من أهم النتائج أولاً : أهم القدرات التوافقية المناسبة للمرحلة السنية قيد الدراسة هى :التوازن - سرعة رد الفعل - المرونة - القدرة على التحكم - الرشاقة - السرعة الانتقالية - القدرة على التعديل - قدرة تقدير الوضع .استخدام الحاسب الآلى له تأثير إيجابى فى وضع معايير للقدرات التوافقية المختلفة

٢- دراسة " زييجنيوا وتيكووسكى Zbigniew Witkowski " (٢٠٠٥ م) (٢٠) استهدفت الدراسة التعرف على الخصائص التوافقية كمعيار للتعنبؤ بمستوى الإنجاز للاعبى كرة القدم واستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على (٢٦) لاعب وكانت من أهم النتائج تم التوصل إلى بطارية اختبارات للقدرات التوافقية يمكن استخدامها كمعيار فى عملية الانتقاء للناشئين أو اللاعبين ذوى المستويات العالية فى كرة القدم

٣- دراسة " محمد احمد محمد " (٢٠٠٧م) (١١) استهدفت التعرف تحديد مستويات معيارية لبعض الخصائص البدنية والمهارية لناشئى كرة السلة (١٤ - ١٦). وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وضمت عينة البحث (٦٤) ناشئى وكان من أهم النتائج الحصائص المهارية (تمرير - تصويب - محاورة) الخصائص البدنية (السرعة- القدرة- الرشاقة- المرونة - القوة المميزة بالسرعة).

٤- دراسة محمد عبدالستار محمود (٢٠١٢م) (١٢) استهدفت تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئى كرة القدم وضمت عينة البحث (٤٢٤) ناشئى، ومن أهم النتائج القدرات التوافقية لناشئى كرة القدم(القدرة على التوحة المكانية - القدرة على الاستجابة الحركية السريعة - القدرة على ربط الحركى - القدرة على بذل الجهد المناسب)

خطة وإجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) وذلك لملائمته لطبيعة

الدراسة.

مجتمع عينة البحث:

إشتمل مجتمع البحث على ناشئ رياضة التنس الارضى بدولة الكويت في الاتحادات الفرعية للمرحلة العمرية تحت ١٧سنة ، وقد تم إختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية العشوائية من ناشئ رياضة التنس الارضى للموسم الرياضي(٢٠١٧م - ٢٠١٨م)، حيث بلغ عددهم (٧٠) ناشئ ، كما تم إختيار عدد (١٠) ناشئ من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم. **اعتدالية توزيع عينة البحث (قيد البحث):**

قام الباحث بإجراء التوصيف الإحصائي لعينة البحث والبالغ قوامها (٧٠) ناشئ في متغيرات النمو (قيد البحث) بهدف التأكد من إعتدالية عينة البحث في تلك المتغيرات.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

ومعامل الإلتواء والتفطح في متغيرات (قيد البحث) للعينة قيد البحث (ن=٧٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء	معامل التفطح
١	السن	سنة	١٦,٠٨٨	٠,٨١٤	٠,٣٢٢	2.٤٧٢
٢	الطول	سم	١٧١,٠٥٠	٣,٨٢٥	٠,٨٢٤	١,٧٢٠
٣	الوزن	كجم	٧٠,١٥٠	٣,٧٣٢	٠,١٢١	٢,٣٩١
٤	العمر التدريبي	سنة	٥,٢١٣	٠,٦٦٩	٠,٩٥٣	1.761

يتضح من نتائج جدول (١). أن معامل الإلتواء لأفراد العينة في المتغيرات

الأساسية (السن والطول والوزن والعمر التدريبي) قد تراوح ما بين (٠,٩٥٣ : ٠,١٢١) أي

إنحصر بين (± 3) مما يشير إلى إعتدالية البيانات لأفراد العينة قيد البحث وتجانسها في تلك المتغيرات.

أدوات جمع البيانات :

١- الاجهزة :

- الوزن : باستخدام ميزان طبي تم حساب الوزن بالكيلو جرام.
- الطول : باستخدام جهاز الرستاميتز تم قياس الطول لأقرب سنتيمتر.

٢- المسح المرجعي

قام الباحث بالمسح المرجعي للمراجع والبحوث والدراسات العلمية المتخصصة وذلك لخصر القدرات التوافقية الخاصة برياضة التنس الارضى والمناسبة لعينة البحث إستمارات إستطلاع رأي السادة الخبراء :

-استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء فى القدرات التوافقية

قام الباحث بتحليل بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة التى تناولت القدرات التوافقية ثم قام بوضعها فى إستمارة لإستطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد القدرات التوافقية المناسبة (عينة البحث) والجدول (٢) يوضح آراء السادة الخبراء

جدول (٢)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في القدرات التوافقية التي تمت الموافقة عليها

(ن = ٨)

م	القدرات التوافقية	التكرار	النسبة المئوية
١	الاستجابة الحركية	٨	%١٠٠
٣	التوازن الحركى	٨	%١٠٠

يتضح من جدول (٢) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في القدرات التوافقية ، التي تمت الموافقة عليها قد بلغت (١٠٠%).

- استمارة إستطلاع رأى السادة الخبراء فى إختبارات القدرات التوافقية

بعد تحديد القدرات التوافقية قام الباحث بالإطلاع على بعض المراجع العلمية والدراسات بهدف الوقوف على الإختبارات التي تقيس القدرات التوافقية (قيد البحث)، ثم تم وضعها في إستمارة إستطلاع رأى للسادة الخبراء (ملحق ٤) لتحديد أكثر تلك الإختبارات ملائمة لقياس القدرات التوافقية قيد البحث، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في

الاختبارات المقترحة لقياس القدرات التوافقية قيد البحث (ن = ٨)

م	القدرات التوافقية	الاختبارات	التكرار	النسبة المئوية
١	الاستجابة الحركية	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية	٦	%٧٥
		اختبار العدو من خط القاعدة حتى الإرسال القريب	٢	%٢٨,٥٧
		اختبار الركض إلى الإمام ثم الركض عكس الإشارة	٠	٠
٢	التوازن الحركي	اختبار الشكل الثماني	٢	%٢٨,٥٧
		اختبار باس المعدل	٨	%٧٥

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في إختبارات المهارات الحركية الأساسية الأكثر ارتباطاً بالمرحلة السنية تمت الموافقة عليها قد تراوحت ما بين (%٢٨,٥٧ : %١٠٠)، وقد ارتضى الباحث بالنسبة المئوية التي حصلت على (%٧٠) فأكثر، وبذلك توصل الباحث إلى إختبارات القدرات التوافقية المعاملات العلمية لإختبارات القدرات التوافقية (قيد البحث):

معامل الصدق:

تم حساب الصدق لإختبارات المهارات الحركية الأساسية (قيد البحث) باستخدام صدق التمايز، حيث تم تطبيق الاختبارات على مجموعتين إحداهما مميزة والأخرى غير مميزة، وعدد كل منهما (١٠) ناشئ وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين المميزة وغير المميزة في اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث (ن = ١٠)

م	الإختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية	ثانية	٢,٠٥٤	٠,٨٨	٣,٤٧٣	٠,٢١٦
٢	اختبار باس المعدل	درجة	٧٧,٠٠٠	٦,٣٢٥	٥٦,٠٠٠	٨,٧٥٦

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى $0,05 = 2,101$ *دال عند مستوى $(0,05)$

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0,05)$ بين متوسطات درجات المجموعتين المميزة وغير المميزة في اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين $(19,195 : 6,148)$ مما يشير إلى أن الإختبارات تميز بين التلاميذ مما يؤكد صدقها.

معامل الثبات :

لإيجاد معامل الثبات لإختبارات القدرات التوافقية (قيد البحث)، استخدم الباحث طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه على عينة قوامها (10) ناشئ وهم السابق استخدامهم في إيجاد الصدق، ويفارق زمني قدره أسبوع وبنفس ظروف التطبيق الأول، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث (ن = ٢٠)

م	الإختبارات	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية	ثانية	٢,٠٥٤	٠,٨٨	٢,١٠١	٠,١٠٣
٢	اختبار باس المعدل	درجة	٧٧,٠٠٠	٦,٣٢٥	٧٦,٠٠٠	٥٦,٢٩

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0,05 = 0,632$ *دال عند مستوى $(0,05)$

يتضح من نتائج جدول (٥) وجود إرتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في جميع إختبارات القدرات التوافقية (قيد البحث)، حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠,٨٥٧ : ٠,٩٤١) وهو أكبر من قيمته الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) مما يدل على ثبات الاختبارات.

استمارات تفرغ البيانات (ملحق ٧):

قام الباحث بإعداد إستمارات لتفريغ البيانات لإستخدامهما في المعالجات الإحصائية وهي:

- استمارة تسجيل البيانات الشخصية حيث اشتملت على البيانات الأساسية للطالب (الإسم ، السن، الطول، الوزن).
- استمارة تسجيل نتائج إختبارات القدرات التوافقية الأساسية (قيد البحث).

الدراسات الاستطلاعية :

- الدراسة الاستطلاعية الأولى :

- أجريت الدراسة الاستطلاعية الأولى على عينة بلغ قوامها (١٠) ناشئ من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ومماثلة لها وذلك من
- التأكد من أداء الاختبارات بالطريقة الصحيحة .
- اختيار الأماكن المناسبة لإجراء الاختبارات .
- تحديد زمن إجراء الاختبارات .

-الدراسة الاستطلاعية الثانية :

- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية على عينة بلغ قوامها (١٠) ناشئ من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ومماثلة لها وذلك بهدف التعرف على :
- التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات (الثبات - الصدق) .

الخطوات التنفيذية للبحث :

التجربة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة البحث فى الفترة ٢٣ / ٤ / ٢٠١٨م إلى

١٦ / ٥ / ٢٠١٨م

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائيا باستخدام استخدام البرنامج

الإحصائي (Spss (V 20 وفقا للأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الإلتواء، التفلطح، الخطأ المعياري للإلتواء،

الخطأ المعياري للتفلطح، النسبة المئوية، معامل الارتباط (بيرسون).

عرض ومناقشة النتائج:

١- اختبار الحفاظ على التوازن الحركى .

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري

والمدى والمستويات المعيارية للقدرة على التوازن الحركى

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المدى	اقل درجة	اعلى درجة	المستوى
الدرجة الخام المقابلة	الدرجة المعيارية	الدرجة الثانية	العدد	النسبة%	
٧٨,٨٤	١١,٣٥	٣٩	٦١	١٠٠	
١٠٠ حتى اقل من ٩٢,٢٠	١,٨٦ حتى اقل من ١,١٨	٦٨,٦٤ حتى اقل من ٦١,٧٧	١٢	١٧,١٤	ممتاز
٩٢,٢٠ حتى اقل من ٨٤,٤٠	١,١٨ حتى اقل من ٠,٤٩	٦١,٧٧ حتى اقل من ٥٤,٩٠	٩	١٢,٨٦	جيد جدا
٨٤,٤٠ حتى اقل من ٧٦,٦٠	٠,٤٩ حتى اقل من - ٠,٢٠	٥٤,٩٠ حتى اقل من ٤٨,٠٢	١٧	٢٤,٢٩	جيد
٧٦,٦٠ حتى اقل من ٦٨,٨٠	- ٠,٢٠ حتى اقل من - ٠,٨٨	٤٨,٠٢ حتى اقل من ٤١,١٥	١٦	٢٢,٨٦	متوسط
٦٨,٨٠ حتى اقل من ٦١	- ٠,٨٨ حتى اقل من - ١,٥٧	٤١,١٥ حتى اقل من ٣٤,٢٨	١٦	٢٢,٨٦	ضعيف
الاجمالى					
			٧٠	١٠٠	

يتضح من نتائج جدول (٦) والمستويات المعيارية الدرجة الخام المقابلة للقدرة على التوازن الحركي لناشئ رياضة التنس الارضى حيث بلغت قيم الدرجات الخام التى تقابل المستوى الممتاز ١٠٠ حتى اقل من ٩٢,٢٠ كما بلغت اعداد الناشئين الحاصلين على المستوى الممتاز (١٢) ناشئ بنسبة مئوية ١٧,١٤ من العدد الكلى لأفراد العينة، بينما يشمل المستوى جيد جدا ٩٢,٢٠ حتى اقل من ٨٤,٤٠ كما بلغت أعداد الناشئين الحاصلين على المستوى جيد جدا (٩) ناشئ بنسبة مئوية ١٢,٨٦ العدد الكلى لأفراد العينة ، في حين يشمل المستوى جيد ٨٤,٤٠ حتى اقل من ٧٦,٦٠ كما بلغت أعداد الناشئين الحاصلين على المستوى جيد (١٧) ناشئ بنسبة مئوية ٢٤,٢٩ من العدد الكلى لأفراد العينة، ويشمل المستوى متوسط ٧٦,٦٠ حتى اقل من ٦٨,٨٠ كما بلغت أعداد الناشئين الحاصلين على المستوى متوسط (١٦) ناشئ بنسبة مئوية ٢٢,٨٦ من العدد الكلى لأفراد العينة ، وشمل المستوى ضعيف ٦٨,٨٠ حتى اقل من ٦١ كما بلغت أعداد الناشئين الحاصلين على المستوى ضعيف (١٦) ناشئ بنسبة مئوية ٢٢,٨٦ من العدد الكلى لأفراد العينة

وتذكر **السين وديع (٢٠٠٧م)** (٢) أن التوازن الديناميكي يساهم في الأداء المهارى للاعبى التنس بشكل بالغ ، إذ يجب على اللاعب أن يكون قادرا على البقاء متزنا اثنا ضرب الكرة ، حيث أن اللاعب يقع تحت تأثير قوة داخلية من الجسم وقوى متعددة من الأرض، المضرب، الكرة ، أثناء اللعب فان ذلك يسبب له عدم اتزان الجسم باستمرار، ويجد صعوبة في أداء ضربة متتالية ولذلك فان اللاعب يحتاج إلى أن يحقق توازنه قبل ملامسة الكرة ، وهو الأمر الذي لا يضيف إلى الكرة قدرة فقط ولكنه سوف يساعد على التزامن والدقة في الضربة أيضا.

٢ - اختبار سرعة الاستجابة الحركية:

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري

والمدى والمستويات المعيارية للقدرة على سرعة الاستجابة الحركية

المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المدى	اقل درجة	اعلى درجة
	الزمن بالثانية	الدرجة المعيارية	الدرجة الثانية	العدد	النسبة %
ممتاز	١,٨١ حتى اقل من ١,٨٨	٣,٨١- حتى اقل من ٢,٦٣	١١,٩١ حتى اقل من ٢٣,٦٩	١	١,٤٣
جيد جدا	١,٨٨ حتى اقل من ١,٩٦	٢,٦٣- حتى اقل من ١,٤٥	٢٣,٦٩ حتى اقل من ٣٥,٤٧	٤	٥,٧١
جيد	١,٩٦ حتى اقل من ٢,٠٣	١,٤٥- حتى اقل من ٠,٢٨	٣٥,٤٧ حتى اقل من ٤٧,٢٥	١٦	٢٢,٨٦
متوسط	٢,٠٣ حتى اقل من ٢,١١	٠,٢٨- حتى اقل من ٠,٩٠	٤٧,٢٥ حتى اقل من ٥٩,٠٣	٣٧	٥٢,٨٦
ضعيف	٢,١١ حتى اقل من ١,١٨	٠,٩٠- حتى اقل من ٢,٠٨	٥٩,٠٣ حتى اقل من ٧٠,٨١	١١	١٥,٧١
الاجمالي					
				٧٠	١٠٠

يتضح من نتائج جدول (٧) والمستويات المعيارية الدرجة الخام المقابلة للقدرة على سرعة الاستجابة الحركية لناشئ رياضة التنس الارضى حيث بلغت قيم الدرجات الخام التي تقابل المستوى الممتاز ١,٨١ حتى اقل من ١,٨٨ كما بلغت اعداد الناشئين الحاصلين على المستوى الممتاز (١) ناشئ بنسبة مئوية ١,٤٣ من العدد الكلى لافراد العينة، بينما يشمل المستوى جيد جدا ١,٨٨ حتى اقل من ١,٩٦ كما بلغت اعداد الناشئين الحاصلين على المستوى جيد جدا (٤) ناشئ بنسبة مئوية ٥,٧١ من العدد الكلى لافراد العينة ، في حين يشمل المستوى جيد ١,٩٦ حتى اقل من ٢,٠٣ كما بلغت اعداد الناشئين الحاصلين على المستوى جيد (١٦) ناشئ بنسبة مئوية ٢٢,٨٦ من العدد الكلى لافراد العينة، ويشمل المستوى متوسط ٢,٠٣ حتى اقل من ٢,١١ كما بلغت اعداد الناشئين الحاصلين على المستوى متوسط (١٦) ناشئ بنسبة مئوية ٥٢,٨٦ من العدد الكلى لافراد العينة ، وشمل المستوى ضعيف ٢,١١ حتى اقل من ١,١٨ كما بلغت اعداد الناشئين الحاصلين على المستوى ضعيف (١١) ناشئ بنسبة مئوية ١٥,٧١ من العدد الكلى لافراد العينة.

ويذكره اسامة كامل (١٩٩٩م) عن تميز الناشئين في هذه المرحلة السنوية باكمال نمو ميكانيزمات الاددراك البصرى والصفات الادراكية مثل ادراك الأشكال، سرعو الرؤية،

الثبات الإدراكي ، والعلاقات المكانية ، ويفسر لنا ذلك التحسن الواضح للناشئ في هذه المرحلة العمرية في القدرة على الاستجابة الحركية السريعة (١ : ٩٤)

الاستخلاصات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه واستنادا للمعالجات الإحصائية وفي حدود مجتمع البحث وما أشارت إليه النتائج أمكن التوصل إلى الاستخلاصات التالية :-

١. تحديد الاختبارات التي تقيس سرعة الاستجابة الحركية والاحتفاظ بالتوازن.
٢. تحديد المستويات المعيارية لبعض القدرات التوافقية (سرعة الاستجابة الحركية والاحتفاظ بالتوازن)
٣. أوضحت الدراسة الفروق بين مستويات الناشئين في اختبارات القدرات التوافقية

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث والاستنتاجات التي توصل إليها يوصي الباحث بالاتي:

- استخدام الاختبارات قيد البحث في انتقاء ناشئ التنس الارضى وتصنيفهم مهاريا .
- الاسترشاد بجداول المستويات المعيارية لبعض القدرات التوافقية (سرعة الاستجابة الحركية والاحتفاظ بالتوازن) في انتقاء ناشئ التنس الارضى .
- إجراء بحوث لتحديد المستويات المعيارية للقدرات التوافقية للأنشطة الرياضية المختلفة.

المراجع

أولاً : المراجع باللغة العربية :

- ١- أسامة كامل راتب : النمو الحركي مدخل النمو المتكامل للطفل والمراهق ، دار الفكر العربى ، القاهرة ١٩٩٩م
- ٢- إلين وديع فرج: التنس تعليم- تدريب- تقييم- تحكيم ، الطبعة الثانية ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ٢٠٠٧م

- ٣- جمال إسماعيل النمكى : الإعداد البدنى . الجزء الثانى ، مكتبة شجرة الدر ، المنصورة ، ٢٠٠٢ م .
- ٤- حمدي نور الدين محمد : وضع مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية الخاصة بالمشروع القومى للناشئين فى الكرة الطائرة ، مجلة اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، الجزء الاول، العدد الثانى عشر ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط، ٢٠٠٤
- ٥- شيرين أحمد يوسف : تنمية بعض القدرات التوافقية وعلاقتها بمستوى الأداء الهجوم المركب لرياضة المبارزة . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠١ م .
- ٦- شيما محمد محمود : توظيف الحاسب الآلى فى وضع معايير للقدرات التوافقية للأطفال . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٤ م .
- ٧- عزت محمود الكاشف ١٩٨٧م : الأسس فى الانتقاء الرياضى ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة.
- ٨- عصام أحمد حلمى : أثر تنمية بعض القدرات التوافقية على مظاهر الانتباه والإنجاز الرقوى لسباحة ٢٠٠متر فردى متنوع للسباحين الناشئين . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٨ م .
- ٩- عصام الدين عبد الخالق : التدريب الرياضى (نظريات - وتطبيقات) . ط١٢ ، منشأة المعارف ، ٢٠٠٥ م .
- ١٠- عمرو محمد مصطفى : تأثير الحمل البدنى المرتفع الشدة على بعض مظاهر الانتباه بين لدى لاعبي المصارعة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ١٩٩١ م .
- ١١- محمد احمد محمد : تحديد مستويات معيارية لبعض الخصائص البدنية والمهارية لناشئ كرة السلة (١٤ - ١٦) . رسالة مجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ٢٠٠٧

١٢- محمد عبدالستار محمود : تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئ كرة القدم رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ٢٠١٢م

١٣- محمد لطفى السيد : الإنجاز الرياضى وقواعد العمل التدريبي . ط ١ ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٦م .

١٤- نسرین محمود نبیه : أثر تطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة لرفع مستوى الأداء الفنى على عارضة التوازن لناشئات الجمباز تحت ٨ سنوات . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٤م .

١٥- هبة أحمد بليغ : دراسة عاملية للقدرات التوافقية لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة الشرقية . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٩م .

١٦- هبه عبد العظيم حسن : تأثير برنامج تعليمى مقترح لجهاز عارضة التوازن على القدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارات لطالبات كلية التربية الرياضية . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠٠٥م .

١٧- يوهانس ريه انجورج ريتز : مدخل إلى نظريات وطرق التدريب العامة "التوافق الحركى والتكنيك الرياضى" . المعهد العام الألماني للتربية الرياضية ، ترجمة "يورغن شلايف" ، ليبزغ ، ألمانيا الديمقراطية ، ١٩٨٨م .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 18- **Julius Kasa.,:** Relationship of motor abilities and motor skills in sport Games "the Factors Determin-ing Effectiveness in team games". Faculty of Physical Education and sport, Comenius University, Brat. Slava, Slovakia. 2005.
- 19- **Teresa Zwierko., Pitor Lesiakowski:** Beata Florkiewicz: Motor coordination level of young playmakers in Basket ball. Team games in Physical Education and sort, Poland, 2005
- 20- **Zibgniew Witkowski:** Specific coordination properties as criterion of Forecasting of soccer players sport Achievements. Team games in Physical Education and sport, Poland, 2005.