



جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية

**وضع مستويات معيارية لبعض الإدراكات الحس  
حركية لمهاتين في رياضة الجودو**

ريهام محمد نبوي الأشرم

مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة  
العدد الرابع عشر - مارس ٢٠١٠ م

## وضع مستويات معيارية لبعض الإدراكات الحس حركية لمهارتين في رياضة الجودو

ريهام محمد نبوي الأشرم

### مشكلة البحث وأهميته :

اتجهت البحوث العلمية في الآونة الأخيرة لمجال الاختبارات والمقاييس للرياضيين بصفة عامة ولاعبي المنافسات بصفة خاصة لما له من ارتباط كبير بالمستوى الإيجابي لأدائهم الحركي وإعتباره من المؤشرات والدلالات الهامة يمكن بموجبها تحديد مستوى اللاعبين إلى جانب المجالات الخاصة بالنشاط الرياضي واتجاهات التدريب لإدراك النجاح والتميز.

ويرى كلاً من "محمد السيد خليل" و"علي السعيد ربحان" و"سامي محب حافظ" ٢٠١٠م (٦) أن المستويات تشترك مع بعضها البعض في الحكم داخلياً على الظاهرة موضوع التقويم ونماذج المستويات معروفة في مجال التربية البدنية والرياضية مثل تحديد مستويات معيارية لمجموعة من الاختبارات يمكن أن تطبق لمعرفة مستوى اللياقة البدنية لدى طلاب كليات التربية الرياضية كما يمكن تجديد مستويات لبعض القدرات البدنية مثل تحديد مستوى تحمل القوة العضلية لعضلات البطن فهناك مستويات عالية ومتوسطة ومنخفضة تحدد قدرة الفرد من خلال عملية القياس .

ويشير "محمد صبحي حسنين" ١٩٩٦م (٧) استخدام المعايير تبرز في مجال التربية الرياضية والبدنية عند استخدام الاختبارات التي على شكل بطاريات نظراً لاختلاف وحدات القياس في الاختبارات التي تتضمنها عادة مثل هذه البطاريات . لذلك يسعى

الباحثون إلى تحويل الدرجات الخلم المختلفة في وحتها إلى درجات معيارية موحدة في وحتها فتسهل بذلك عملية التقويم وعادة ما تلخّذ هذه المعايير شكل جداول يطلق عليها البعض اسم المسطرة.

وتعتبر رياضة الجودو من الرياضات الأولمبية ذات الشعبية الكبيرة يمارسها الجنسين من جميع الأعمار في كثير من دول العالم المتقدم، وقد تطور الأداء فيها تطوراً كبيراً بحكم التعديلات القانونية المستمرة لها، وهي إحدى رياضات النزال والدفاع عن النفس التي يرتكز ارتفاع مستوى الأداء البدني والمهاري والخططي لممارستها على مدى الاعتماد على الأسس والمبادئ العلمية للتدريب، وكيفية استخدام العقل والجسم وكل فنون ومهارات هذا النشاط لتحقيق الأداء الحركي المتميز مع الاقتصاد في الجهد المبذول للفوز على المنافس خلال المباريات .

وتذكر "ماجدة محمود عادل" ٢٠٠٧م نقلاً عن "أحمد محمد خاطر" ١٩٧٨م أنه كلما كان الإدراك صحيحاً في السلوك كان الأداء الحركي للاعب على درجة كبيرة من الدقة ، فالفرد الذي يدرك المهارة التي يؤديها إدراكاً صحيحاً يكون أكثر من زملائه الأقل إدراكاً على أدائها بالطريقة الصحيحة .

وتظهر أهمية الإدراك الحس- حركي في مجال الأنشطة الرياضية عند تنفيذ المهارات المركبة التي تحتاج إلى القدرة على التفرقة بين الأشياء القريبة والبعيدة فاللاعبين الذين يعانون صعوبة تحديد القرب أو البعد عن المثير نجد لديهم صعوبة في وضع أجسامهم في المكان المناسب أو في التوقيت المناسب، وتبدأ عملية الإدراك الحس- حركي بالإحساس وتسجيل المطومات والاستجابة الأولية لعضو الحس والإدراك هو الاستنتاج أو التفسير للمثير، ويظهر ذلك عند إدراك اللاعب للحركات الذاتية وحركات الغير وإدراك المسافة والإحساس بالزمن، حيث أن إدراك اللاعب للمسافة من ناحية علاقته بالمنطق أو حدود الملعب تلعب دوراً كبيراً في الأداء المهاري والخططي.(أحمد خاطر)

ويشير كلاً من "تادو أوتاكى" "Tado Otaki" & "نون دراجير" "Donn" Drager ١٩٩٧م (١٢) إلى أهمية إدراك لاعب الجودو وإحساسه بالمسافة بينه وبين المنافس لأداء حركة تتميز بالنجاح ، كما أنه يجب على اللاعب أيضاً إدراك الإحساس بمسافة قنميه ، حيث يمثل اتساع أو ضيق المسافة بين قنمي اللاعب المؤدى لحركة ما الوقوع في الفشل عند أداء هذه الحركة ، وأيضاً إحساسه الجيد بالزمن والتوقيت المناسب لأداء المهارة والتي تمكنه من الفوز ، هذا الأمر يتطلب تدريب اللاعبين على إدراك الإحساس بالمسافة والزمن نظراً لأهميتها عند أداء المهارات الحركية في رياضة الجودو.

تعتبر رياضة الجودو من الرياضات ذات الفن الرفيع التي تتميز بالتغير السريع والمستمر في مواقفها الهجومية والدفاعية نظراً لتعدد مهاراتها وتنوعها، حيث يتطلب من ممارسيها استخدام الكثير من خطط ومناورات الهجوم والدفاع والهجوم المضاد، كما يتم وضع أكثر من احتمال سواء للخطط الهجومية أو الدفاعية، ولذلك فإن رياضة الجودو تحتاج إمكانيات ومهارات خاصة من ممارسيها حيث يتطلب من اللاعب ذو المستوى المهارى المتقدم بجانب إجادته للمهارات ونمو قدراته الحركية إلى الإدراك الحس حركي حيث يعد ذلك

من أهم العوامل المساعدة لتحقيق فعالية الأداء المهارى في تلك الرياضة

ولاحظت الباحثة من خلال خبرتها ك لاعبة دولية بالمنتخب المصري أن بعض المدربين ينحصر اهتمامهم عند وضع برامجهم التدريبية المقتنة على الناحية المهارية فقط دون الإهتمام والتطرق إلى القدرات الأخرى المؤثرة على الأداء (كالإحساس بالمسافة والإتزان والإتجاهات والإيقاع الحركي) مما أدى إلى هبوط مستوى الأداء وهناك بعض الحقائق التي تشير إلى إفتقار الجهود في مجال الإختبارات والمقاييس إذ يقتصر الأمر على إستخدام الإختبارات والمقاييس الأجنبية التي قد لا تتناسب في مستوياتها ومعاييرها مع قدرات اللاعبات المصريات وحتى في حالة وجود إختبارات مقننة وصالحة للتطبيق

على المستوى المحلي فإتباعاً في حاجة إلى إعادة تقنينها كل فترة زمنية لأنه من المعروف أن معايير أي إختبار دائماً تعتبر معايير مؤقتة ومع مرور الوقت تصبح غير صالحة للمقارنة نظراً لإختلاف خصائص وقدرات ومسمات الأفراد ويتضح مما سبق أن برامج التقويم الحديثة تعتمد على وسائل القياس الموضوعية ووضع مستويات معيارية واضحة أمام اللاعبين والمدربين لأن ذلك يساعدهم على معرفة المستوى الحقيقي لهم .

#### أهداف البحث :

- بناء إختبارات لقياس الإدراك الحس حركي الخاص لمهارة أوتش ماتا وهراي أوجوشي في رياضة الجودو.
- وضع مستويات معيارية للإختبارات التي تم بناءها لمهارة أوتش ماتا وهراي أوجوشي في رياضة الجودو

#### تساؤلات البحث :

- هل الإختبارات التي تم بناءها تقيس الإدراك الحس حركي (فهد البحث) الخاصة لمهارة أوتش ماتا وهراي أوجوشي في رياضة الجودو.
- ماهي المستويات المعيارية لبعض إختبارات قدرات الإدراكات الحس حركية لمهارة أوتش ماتا وهراي أوجوشي (فهد البحث)

#### مصطلحات البحث :

- المستويات (standard) :

- هي أساس للحكم من داخل الظاهرة موضوع التقويم وليس من خارجها وتأخذ الصيغة الكيفية وتحدد في ضوء ما يجب أن تكون عليه الظاهرة .

- المعايير (norms) :

هي أساس للحكم من داخل الظاهرة موضوع التقييم وليس من خارجها وتأخذ الصيغة الكمية في غالب الأحوال وتحدد في ضوء الخصائص الواقعية للظاهرة .

قدرات الإدراكات الحسية حركية (Kinesthetic Perception) :

هي تلك الامكانيات التي تساعد اللاعب في تحديد وضع أجزاء الجسم وحالاته وإمتداداته واتجاهاته في الحركة و الوضع الكلي للجسم ومواصفات حركة الجسم ككل .

الجودو (Judo) :

الجودو هو شكل من أشكال الفنون الرياضية ووسيلة للدفاع عن النفس ويعتمد على التدريب العقلي والبدني ومبنى على مبادئ وأسس علمية ويعد طريقه للتطور الإنساني الذي يمكن لجميع الأفراد تفهمه بسهولة في جميع أنحاء العالم .

الدراسات السابقة :

أولاً الدراسات العربية

١- دراسة " محمد عبد الفتاح الشامي " (١٩٩٥) (بغضوان" تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية لناشئ الكرة الطائرة بهدف تحديد معايير للاختبارات المهارية المختارة لناشئ الكرة الطائرة تحت ١٧-١٩ سنة) واستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على (١٤٤) ناشئ وكانت أهم النتائج وضع مجموعة من الاختبارات لمهارات التميرر والإرسال والضرب السلحق - ثم تحديد مستويات معيارية.

٢- دراسة " محمد أحمد محمد" (٢٠٠٧) (بغضوان تحديد مستويات معيارية لبعض الخصائص البدنية والمهارية لناشئ كرة السلة (١٤ - ١٦) سنة) بهدف إلى تحديد مستويات معيارية لبعض الخصائص البدنية والمهارية لناشئ كرة السلة (١٤ - ١٦)

سنة واستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على (٦٤) ناشئ وكاتت أهم النتائج تحديد أهم الخصائص البدنية والمهارية الأساسية في كرة العلة ، تحديد مستويات معيارية للخصائص البدنية والمهارية (قيد البحث) للناشئين تحت ١٤-١٦ سنة .

٣- دراسة " مسعد حسن محمد هدية " (١٩٩٦م) (بعنوان أثر برنامج تدريبي لتنمية بعض الإدراكات الحس- حركية على مستوى الأداء المهاري للمصارعين بهدف وضع برنامج تدريبي لتنمية بعض الإدراكات الحس- حركية معرفة أثر البرنامج التدريبي على تحسن الإدراك الحس-حركي للمصارعين الناشئين من (١٤-١٦) سنة) واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث على (٢٦) من (١٤-١٦) سنة وكاتت من أهم النتائج البرنامج التدريبي المتبع والذي طبق على المجموعة الضابطة ليس له تأثير معنوي على الإدراكات الحس-حركية قيد البحث بينما كان له تأثير معنوي على مستوى الأداء المهاري ، البرنامج التدريبي المقترح المطبق على المجموعة التجريبية له تأثير ايجابي على كافة الإدراكات الحس-حركية قيد البحث وعلى مستوى الأداء المهاري كذلك .

٤- دراسة "ماجدة محمود عادل" (٢٠٠٧م) (بعنوان دراسة تحليلية لبعض الإدراكات الحس حركية للاعبى سلاح الشيش وعلاقتها بمستوى الإنجاز بهدف التعرف على بعض الإدراكات الحس حركية لدى لاعبي سلاح الشيش والتعرف على علاقة هذه الإدراكات بمستوى الإنجاز لأفراد عينة البحث) واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي واشتملت العينة على (٤٦) لاعب وكاتت من أهم النتائج كاتت هناك فروق دالة إحصائياً بين المراحل السنوية الثلاثة فى متغيرات الإدراك الحس حركي لمهارات المبارزة قيد البحث ، هناك ارتباط بين جميع متغيرات الإدراك الحس حركي قيد البحث وبين نتائج المباريات لمرحلة العمومي .

## ثانياً الدراسات الأجنبية :

١- دراسة " تشي جيان وآخرون " Chi Jian " (١٩٩٣م) (بعنوان معايير اختيار لاعبي كرة السلة بهدف وضع نظام فهرس مناسب وطريقة قياسية لاختبار لاعبي كرة السلة في الأعمار المختلفة) واستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت العينة على (١٢) لاعب لكل مرحلة سنوية في مختلف الأعمار وكانت من أهم النتائج تم التوصل إلى جداول معيارية يمكن تعميمها واستخدامها تحت نفس الظروف لكل مرحلة سنوية على حدة .

٢- دراسة "فرانك سوليموس Frank solymos" (١٩٨٠م) (بعنوان العلاقة بين إختبارات الحس حركي وبعض نواحي الأداء للمبتدئين بهدف التعرف على العلاقة بين إختبارات الحس حركي وبعض نواحي الأداء للمبتدئين) واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت العينة على (٢٠) لاعب وكانت أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية بين نتائج إختبارات الإدراك الحس حركي والقدرة على الإنزلاق للمبتدئين.

٣- دراسة " ستاروستا Starosta" (١٩٩٠م) (بعنوان دراسة إتجاهات الإدراك الحس حركي وتكنيك التدريب بهدف التعرف على إتجاهات الإدراك الحس حركي وتأثيرها على تكنيك التدريب) واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت العينة على (٢٠) لاعب وكانت من أهم النتائج التوصل إلى أهمية التغذية الرجعية في التعلم الحركي وكذلك قدرات الإدراك الحس حركي .

## إجراءات البحث :

### أولاً منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك لملائمته لطبيعة البحث.



## ثانياً مجتمع :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبات الجودو تحت سن ١٩ سنة والبالغ عددهن (٦٠) لاعبة من مختلف المحافظات على مستوى الجمهورية

## ثالثاً عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من لاعبات الجودو تحت ١٩ سنة والمسجلات بالإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو للموسم الرياضي (٢٠٠٩م - ٢٠١٠م) وبلغ عددهن ٥٦ لاعبة من محافظات ( القاهرة ، الإسكندرية ، بورسعيد ، الدقهلية ، الغربية ) وقد تم إجراء التحقن بينهم في المتغيرات الانحرافات الحس حركية والعمر الزمني ومسنوات التدريب وقد تم سحب (١٠) لاعبات منهم لإجراء الدراسة الاستطلاعية وبذلك أصبح حجم عينة البحث الأساسية (٤٦) لاعبة واستبعد (٢) لاعبة لدواعي الإصابة عدد (٦) لاعبات لعدم حضورهن للاختبارات والجدول التالي يوضح تجانس العينة في المتغيرات المختلفة

## جدول (١)

تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية  
(السن - العمر التدريبي)

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	المتغيرات	عدد العينة	المحافظة
٠,٠٣١	٠,٨٢٣	١٨	١٧,٥٦٣	السن	٤٨ لاعبة	كل العينة
٠,٥٣٣	٠,٤٨٩	٥	٥,٣٧٥	العمر التدريبي		

يتضح من جدول (١) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعينة البحث تراوحت ما بين (٠,٥٣٣ : ٠,٠٣١) وأن هذه القيم انحصرت ما بين  $\pm ٣$  مما يؤكد على تجانس أفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث .

## جدول (٢) تجانس عينة البحث في الاختبارات

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	متوسط	وحدة القياس	المتغيرات
٠,٠١	١,٦٣	٧	٨,٢٣	درجة	اختبار التوازن
٠,٥١	١,٥٤	٧	٧,٧٥	درجة	اختبار المسافة

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث تراوحت ما بين (٠,٣٤ : ٠,٧٨) وأن هذه القيم انحصرت ما بين  $3 \pm$  مما يؤكد على تجانس أفراد عينة البحث في الاختبارات قيد البحث .

## رابعاً أدوات البحث :

استخدمت الباحثة عدد من الأدوات التي ساعدتها في جمع البيانات المتعلقة بالبحث والتي أفادتها في تحقيق أهدافه .

## أ- الأجهزة والأدوات :

- ساعة إيقاف لقياس الزمن بالثانية ( تم معايرتها ) .
- كاميرا فيديو .
- جهاز كمبيوتر - اسطوانات CD .
- شريط لقياس المسافة بالسنتيمتر .
- علامات إرشادية .
- شريط لاصق عريض متعدد الألوان .
- بساط جودو ياباني ذات مواصفات قاتونية .

- عصابة عين .
- استمارات تفرغ نتائج .
- صالة جودو مغطاة .
- طباشير طبي .

#### ب- الاستمارات والمقابلات الشخصية:

تم استطلاع رأى الخبراء والتي تزيد خبراتهم عن عشر سنوات في مجال التدريب في الاستمارات التالية :

- ١- استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم الامرات الحس حركية المرتبطة بتنمية المهارات (فقد البحث) مرفق (١) .
- ٢- استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم الاختبارات المناسبة لقياس القدرات الحس حركية مرفق(٢).
- ٣- اسماء السادة الخبراء مرفق (٥) .

#### الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة باجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٠) لاعبات مسجلات بنادي سموحة الرياضي بمحافظة الاسكندرية وذلك بهدف تقنين الاختبارات الامرات الحس حركية وفقا لراء الخبراء لإيجاد المعاملات العلمية لها .

#### أولا الصدق :

قامت الباحثة بإيجاد الصدق للمتغيرات المختارة (فقد البحث) عن طريق صدق التمايز وذلك على العينة الاستطلاعية (كمجموعة مميزة السابق نكرها وعدهن (١٠) لاعبات وعينة أخرى من خارج مجتمع البحث من لاعبات محافظة الاسكندرية بنادي سموحة الرياضي تحت ١٩ سنة (كمجموعة غير مميزة) وعدهن (١٠) لاعبات مبتكلات والجدول (٣) يوضح ذلك .

## جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين (المميزة) و (غير مميزة)

في إختبارات قدرات الإدراكات الحس حركية (قيد البحث)

ن - ١٠

ت	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		وحدة القياس	المتغيرات
	المتوسط	انحراف	المتوسط حسابي	انحراف		
*٢,٢٠٤	٩,٢	٠,٩٤٩	٦,٧	١,٤٩٤	درجة	إختبار المسافة
*٥,٠٩٥	٨,٨	١,٥٤٩	٥,٨	١,٠٣٣	درجة	إختبار التوازن

\* دال

قيمة ت الجدولية عند  $0.05 = 1.734$ 

يوضح جدول (٣) أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين (المميزة وغير مميزة) في إختبارات الإدراكات الحس حركية مما يشير إلى صدق الإختبارات في قياس ما وضعت من أجله .

- ثبات الإختبارات :

تم حساب معامل الثبات بطريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه (Test - Retest) على نفس العينة الإستطلاعية السابق ذكرها والمسحوبة من مجتمع البحث وذلك بفاصل زمني (٧) أيام بين التطبيقين الأول يوم ٢٠٠٩/١٠/٢ والثاني يوم ٢٠٠٩/١٠/٨م وجدول (٤) يوضح ذلك .

## جدول رقم (٤)

## معامل ثبات اختبارات الإدراكات الحس حركية (قيود البحث)

ن-١٠

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	انحراف معياري	متوسط	انحراف	متوسط		
*٠,٦٢٩	١,٣٤٣	٩,١	١,٥٤٩	٨,٨	درجة	اختبار التوازن
*٠,٧٣٣	١,٠٤٩	٩,٣	٠,٩٤٩	٩,٢	درجة	اختبار المسافة

\* = دال

قيمة ر الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥٤٩

يتضح من جدول (٤) وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين التطبيقين الأول وإعادة تطبيقه لاختبارات الإدراكات الحس حركية (قيود البحث) حيث تراوحت معاملات الارتباط بين ٠,٦١٩ و ٠,٧٣٣ مما يدل على ثبات الاختبارات .

## خامساً : إجراءات تنفيذ البحث :

قامت الباحثة بتصميم استمارة الإدراكات الحس حركية الخاصة برياضة الجودو وتم عرضها على السادة الخبراء مرفق (١) وقد أسفرت نتيجة الإستمارات عن تحديد أهم الإدراكات الحس حركية الخاصة بكتا الحزام الأسود (دان - ١) (قيود البحث) .

ثم قامت الباحثة ببناء مجموعة من الإختبارات المقترحة لقياس الإدراكات الحس حركية التي تم إختيارها وتم عرضها على السادة الخبراء مرفق (٢) لإختيار ما هو مناسب لتحديد الإختبارات الأكثر صدقاً لوضع المستويات المعيارية وبدأت الباحثة تطبيق الإختبارات على لاعبات نادي سموحة الرياضي بمحافظة الاسكندرية على (١٠) لاعبات لإجراء المعاملات الطمية للاختبارات (صدق- ثبات) .

ثم تم تطبيق الإختبارات على لاعبات محافظة القاهرة بنادي اتحاد الشرطة الرياضي الممثل في (١٠) لاعبات ونادي الشمس الرياضي الممثل في (٨) لاعبة ونادي الزهور الرياضي الممثل في (٦) لاعبة ونادي الزمالك الرياضي الممثل في (٤) لاعبات وكذلك تطبيق الإختبارات على لاعبات محافظة بورسعيد بنادي الإتحاد المصري الممثل في (٦) لاعبات.

كما تم تطبيق نفس الإختبارات على لاعبات محافظة الغربية بنادي السكة الحديد الرياضي الممثل في (٣) لاعبات.

تم تطبيقها على لاعبة من محافظة الدقهلية بنادي الناصرية الرياضي .

وقامت الباحثة بتجميع البيانات وتصنيفها وجدولتها ثم معالجتها إحصائياً .

**سادساً : المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث :**

- المتوسط الحسابي Arithmetic Mean .
- الإتحراف المعياري Standard Deviation .
- اختبار (ت) T – Test .
- معامل الإرتباط (بيرسون) Correlation Coefficient .
- نسبة التحسن المنوية Advance Attribution .
- الدرجة المعيارية (د) .
- الدرجة المعيارية المعدلة ( الدرجة الثانية ) T. Score .
- معامل الإنتواء .

## عرض ومناقشة النتائج :

## جدول (٥)

## أقل درجة وأعلى درجة في إختبارات الإدراكات الحس حركية

ن-٢٨

المتغير	وحدة القياس	عدد العينة	أقل درجة	أعلى درجة	الفرق	%
اختبار المسافة	درجة		٥	١٠	٥	٠,٠٥
	درجة			١٠	٥	٠,٠٥

يتضح من جدول (٥) أقل درجة وأعلى درجة حصل عليها اللاعبون في إختبارات الإدراكات الحس حركية (فرد البحث) والفرق بينهما بقيمة (١%) من الفرق بين الدرجتين.

يتضح من جدول (٥) أن اختبار التوازن كانت أقل درجة هي (٥) درجات وأعلى درجة هي (١٠) درجات بفرق (٥) درجات عند قيمة (١%) من الفرق بين الدرجتين ب ٠,٠٥.

وكان اختبار المسافة أقل درجة هي (٥) درجات وأعلى درجة (١٠) درجات بفرق (٥) درجات عند قيمة (١%) من الفرق بين الدرجتين ب ٠,٠٥.

## جدول (٦)

الدرجة الخام والدرجة المعيارية المقابلة لها في اختبارات  
الإدراكات الحس حركية لجانبى الجسم

ن - ٣٨

اختبار التوازن				المتغيرات
درجة		يمين		
درجة		درجة		وحدة القياس
الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجات
$0 \geq$	٠	$0 \geq$	٠	
٥,٥	١	٥,٥	١	
٦	٢	٦	٢	
٦,٥	٣	٦,٥	٣	
٧	٤	٧	٤	
٧,٥	٥	٧,٥	٥	
٨	٦	٨	٦	
٨,٥	٧	٨,٥	٧	
٩	٨	٩	٨	
٩,٥	٩	٩,٥	٩	
١٠	١٠	١٠	١٠	



بوضح جدول (٦) الدرجات الخام والدرجات المعيارية المقابلة لها في اختبارات الإدراكات الحس حركية (قيد البحث) .

يتضح من جدول (٦) أن أقل درجة معيارية هي ( صفر) وأعلى درجة معيارية هي (١٠) درجات للإتجاه الأيمن والأيسر لجميع الإختبارات (قيد البحث) المتمثلة في إختبار إختبار التوازن وإختبار المسافة فقط وكذلك الدرجة الخام أقل درجة هي  $\geq 5$  وأعلى درجة هي (١٠) درجات ما عدا إختبار الإيقاع يسار أقل درجة (صفر) درجة معيارية و  $\geq 7$  درجة خام حيث أن هناك علاقة طردية بين كل من الدرجتين الخام والمعيارية فكلما زادت الدرجة المعيارية قلت الدرجة الخام المقابلة لها واللاعبة التي حصلت على درجة خام ما بين (٥,٥) يكون مستواها ضعيف جداً واللاعبة التي حصلت على درجة خام ما بين (٦,٥) يكون مستواها ضعيف واللاعبة التي حصلت على درجة خام ما بين (٧,٥) يكون مستواها مقبول واللاعبة التي حصلت على درجة خام ما بين (٨,٥) يكون مستواها عالي واللاعبة التي حصلت على درجة خام ما بين (٩,٥) يكون مستواها عالي جداً .

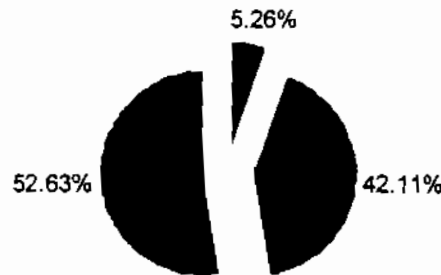
## جدول (٧)

أقل درجة وأعلى درجة والتقدير وعدد الالعاب في  
كل تقدير في اختبار التوازن يمين

ن- ٢٨

التقدير	المستويات المعيارية		النسبة المئوية	عدد اللاعبين	الدرجة الخام		الاختبار
	أعلى درجة	أقل درجة			أعلى درجة	أقل درجة	
ضعيف	٢٠%	٠%	٥,٢٦%	٢	٦	٥ ≥	اختبار التوازن يمين
متوسط	٤٠%	أعلى من ٢٠%	٤٢,١١%	١٦	٧	٦ <	
جيد	٦٠%	أعلى من ٤٠%	٠%	٠	٨	٧ <	
جيد جدا	٨٠%	أعلى من ٦٠%	٠%	٠	٩	٨ <	
ممتاز	أعلى من ٨٠%		٥٢,٦٣%	٢٠	٩ >		

يوضح جدول (٧) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار التوازن يمين (قيد البحث) والتقدير المراتفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة .



■ 7 : 5 : 6    ■ < 6 : 7    ■ < 7 : 8    ■ < 8 : 9

شكل (١) المستويات المعيارية لاختبار التوازن يمين

يتضح من جدول (٧) أن اختبار التوازن يمين للمجموعة الأولى كفت أقل درجة هي  $\geq 5$  وأعلى درجة هي ٦ درجات لعدد ٢ لاعبات بنسبة مئوية ٥,٢٦% وكفت المستويات المعيارية أقل درجة صفر% وأعلى درجة ٢٠% وكان التقدير ضعيف للاعبات هذه المجموعة

المجموعة الثانية كانت الدرجات الخام أقل من  $< 6$  وأعلى درجة هي ٧ درجات لعدد ١٦ لاعبة بنسبة مئوية ٤٢,١١% وكفت المستويات المعيارية أقل درجة أعلى من ٢٠% وأعلى درجة ٤٠% بتقدير متوسط.

المجموعة الثالثة كفت الدرجات الخام أقل من  $< 7$  وأعلى درجة هي ٨ درجات لعدد صفر لاعبة بنسبة مئوية صفر% وكفت المستويات المعيارية أقل درجة أعلى من ٤٠% وأعلى درجة ٦٠% بتقدير جيد.

المجموعة الرابعة كانت الدرجات الخام أقل من  $< 8$  وأعلى درجة هي ٩ درجات لعدد صفر لاعبة بنسبة مئوية صفر% وكفت المستويات المعيارية أقل درجة أعلى من ٦٠% وأعلى درجة ٨٠% بتقدير جيد جدا.

المجموعة الخامسة كانت الدرجات الخام أقل  $> 9$  لعدد ٢٠ لاعبة بنسبة مئوية ٥٢,٦٣% وكفت المستويات المعيارية أعلى من ٨٠% بتقدير ممتاز.

## جدول (٨)

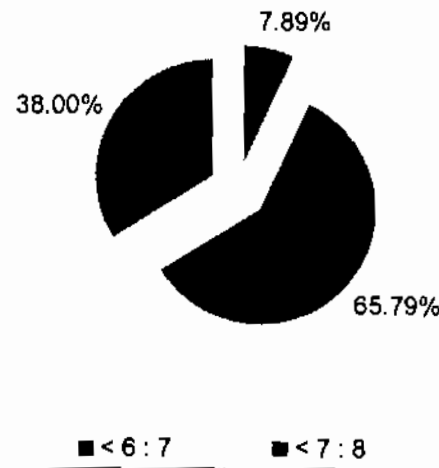
أقل درجة وأعلى درجة والتقدير وعدد الطلاب في

كل تقدير في اختبار المسافة

ن - ٢٨

التقدير	المستويات المعيارية		النسبة المئوية	عدد اللاعبين	الدرجة الخام		الاختبار
	أعلى درجة	أقل درجة			أعلى درجة	أقل درجة	
ضعيف	٢٠%	٠%	٧,٨٩%	٣	٦	$5 \geq$	اختبار المسافة
متوسط	٤٠%	أعلى من ٢٠%	٦٥,٧٩%	٢٥	٧	$6 <$	
جيد	٦٠%	أعلى من ٤٠%	٠%	٠	٨	$7 <$	
جيد جدا	٨٠%	أعلى من ٦٠%	٠%	٠	٩	$8 <$	
ممتاز	أعلى من ٨٠%		٣٨%	١٠	٩	$9 >$	

يوضح جدول (٨) الدرجات الخام والمستويات المعيارية المقابلة لها في اختبار المسافة قيد البحث والتقدير المرادفة لكل درجة معيارية وعدد اللاعبين في تلك التقديرات بالإضافة لنسبتهم المئوية لمجموع العينة .



شكل (٢) المستويات المعيارية لاختبار المسافة

يتضح من جدول (٨) أن إختبار المسافة للمجموعة الأولى كانت أقل درجة هي  $5 \geq$  وأعلى درجة هي ٦ درجات لعدد ٣ لاعبات بنسبة مئوية ٧,٨٩% وكانت المستويات المعيارية أقل درجة صفر % وأعلى درجة ٢٠% وكان التقدير ضعيف للاعبات هذه المجموعة.

المجموعة الثانية كانت الدرجات الخام أقل من  $6 <$  وأعلى درجة هي ٧ درجات لعدد ٢٥ لاعبة بنسبة مئوية ٦٥,٧٩% وكانت المستويات المعيارية أقل درجة أعلى من ٢٠% وأعلى درجة ٤٠% بتقدير متوسط.

المجموعة الثالثة كانت الدرجات الخام أقل من  $7 <$  وأعلى درجة هي ٨ درجات لعدد صفر لاعبة بنسبة مئوية صفر% وكانت المستويات المعيارية أقل درجة أعلى من ٤٠% وأعلى درجة ٦٠% بتقدير جيد.

المجموعة الرابعة كانت الدرجات الخام أقل من  $8 <$  وأعلى درجة هي ٩ درجات لعدد صفر لاعبة بنسبة مئوية صفر% وكانت المستويات المعيارية أقل درجة أعلى من ٦٠% وأعلى درجة ٨٠% بتقدير جيد جدا .

المجموعة الخامسة كانت الدرجات الخام أقل  $9 >$  لعدد ١٠ لاعبات بنسبة مئوية ٣٨% وكانت المستويات المعيارية أعلى من ٨٠% بتقدير ممتاز.

### الاستخلاصات والتوصيات :

استناداً إلى ما أظهرته نتائج البحث وفي ضوء هدف وتساؤلات البحث توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات التالية :

١- أهم الإدراكات الحس حركية المناسبة لطبيعة المرحلة السنية (تحت ١٧ وتحت ١٩ سنة) لكاتا الحزام الأسود (دان-١) للاعبين الجودو هي (إدراك المسافة-إدراك الإتجاه - إدراك التوازن - إدراك الإيقاع الحركي) .

٢- أهم الإختبارات التي تقيس الإدراكات الحس حركية الخاصة بكاتا الحزام الأسود (دان-١) هي (٤) إختبارات (إختبار المسافة ٢- إختبار الإتجاه ١ - إختبار التوازن ١ - إختبار الإيقاع الحركي ٣).

٣- الإختبارات المستخلصة تصلح لعمليتي التصنيف والتقييم في الجودو حيث أن نتائجها تعبر عن المستوى الحقيقي للإدراكات الحس حركية للاعبين الجودو.

٤- المعايير التي وضعت تعتبر على مستوى قومي للمرحلة السنية تحت ١٧ سنة وتحت ١٩ سنة نظراً لتطبيقها على محافظات جمهورية مصر العربية.

### ثانياً : التوصيات :

١- عمل دورات ثقل للمدربين من قبل الإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو لتوضيح أهمية تنمية الإدراكات الحس حركية .

٢- توعية المدربين بضرورة عمل برامج تدريبية ضمن برامج التدريب المهاري على الإدراكات الحس حركية.

٣- إستمرار الإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو بالمستويات المعيارية المختار للبحث في إختبارات كاتا الحزام الأسود (دان-١).

- ٤- ضرورة إجراء قياسات تتبعية على اللعاب لمعرفة مستوى أدائهم في الكاتا من خلال اختبارات الإدراكات الحس حركية.
- ٥- تنفيذ ما تم إقتراحه ضمن إجتماعات الإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو حول إدراج الكاتا ضمن برنامج البطولات الرسمية التي ينظمها الإتحاد.
- ٦- تنمية الإدراكات الحس حركية تعمل على توسيع مدارك اللاعبين وزيادة الثقة عند أداء مهارات رياضة الجودو عامة والكاتا خاصة.
- ٧- الاهتمام بالدراسات والدورات التدريبية لمدربي رياضة الجودو في مجال القياس والتقويم نظراً لأهميته للإرتقاء بمستوى الأداء .

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد محمد خاطر وآخرون : دراسات فى التعلم الحركى فى التربية الرياضية، دار المعارف، القاهرة، ١٩٧٨م.
- ٢- جمال محمد سعد : الجودو أصول ومناهج، ندا للإعلان، ط٣، ٢٠٠٣م.
- ٣- عصام الدين عبد الخالق : التدريب الرياضى نظريات وتطبيقات، ط ١١، منشأة المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٣م.
- ٤- ماجدة محمود عادل أبو : دراسة تحليلية لبعض الإدراكات الحس - حركية اللاعبى سلاح الشيش وعلاقتها بمستوى الإنجاز، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- ٥- محمد أحمد محمد : تحديد مستويات معيارية لبعض الخصائص البدنية والمهارية لناشئ كرة السلة (١٤ - ١٦) سنة (٢٠٠٧).
- ٦- محمد السيد خليل، على : التقويم والقياس (نظريات وتطبيقات)، مطبعة ٦ السعيد ربحان، سامى محب حافظ أكتوبر، جامعة المنصورة، ٢٠١٠م.
- ٧- محمد صبحى حسنين : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية، ج٢، ط٤، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٩٦م.
- ٨- \_\_\_\_\_ : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية،



ج ٢، ط ٤، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠١٠م.

٩- محمد عبد الفتاح الشامي : تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية  
لنانشى الطائرة بهدف تحديد معايير للاختبارات  
المهارية المختارة لنانشى الكرة الطائرة تحت ١٧ -  
١٩ سنة، (١٩٩٥م).

١٠- مسعد حسن هدية : أثر برنامج تدريبي لتنمية بعض الإدراكات الحس -  
حركية على مستوى الأداء المهارى للمصارعين،  
رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية  
الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.

#### ثانيا: المراجع الأجنبية:

- 11- Gemy (2003): "Judo zero gravutu.
- 12- Tado otaki. (1997): "Oljoudo formstl techniques agocomplete  
guides to koda kan Randori no Donnfn. Draeger..  
kata. 6<sup>th</sup> ed chales Etuttle company, Tokyo,  
Japan.
- 13- Starosta Bend, R.N (1995): Aquisicao De Habilidaaes Motors  
Npre Atrates Escola - Deun Program  
Depercepcoo Cinesteica, Universide Goma Fiho,  
Riodc Jonneiro.
- 14- PAT Harrindton (1996): "Judoa pictorial, 3<sup>rd</sup>, tuttel company,  
inc, Singapore.

## المستخلص

### وضع مستويات معيارية لبعض الإدراكات الحس

### حركية لممارسين في رياضة الجودو

رهبان محمد نبوي الأشرف

يشهد العالم في الآونة الأخيرة تقدماً علمياً ملموساً في شتى مجالات الحياة وخاصة في المجال الرياضي نتيجة للبحوث والدراسات العلمية المختلفة من أجل الارتقاء بمستوى أداء اللاعب من جميع النواحي البدنية ، المهارية ، الخطئية، الفسيولوجية، النفسية وسعيًا لتحقيق الأهداف المنشودة من عملية التدريب .

يهدف البحث إلى وضع مستويات معيارية لبعض إختبارات الإدراكات الحس حركية لمجموعة مهارات كاتا الحزام الأسود (دان-١) للاعبات الجودو

**أولاً : منهج البحث :**

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك لعلامته لطبيعة البحث.

**ثالثاً : عينة البحث :**

أختيرت عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية العشوائية من لاعبات محافظات (القاهرة- الغربية-القهلية-بورسعيد-الإسكندرية) وبلغ عددهن (٥٦) لاعبة تحت ١٧ سنة وتحت ١٩ سنة .

**الإستخلاصات :**

استناداً إلى ما أظهرته نتاج البحث وفي ضوء هدف وتساؤلات البحث توصلت الباحثة إلى الإستخلاصات التالية :

- ١- أن أهم الإدراكات الحس-حركية المناسبة لطبيعة المرحلة المنبئة هي (إدراك المسافة- إدراك الإتجاه - إدراك التوازن - إدراك الإيقاع الحركي) .
- ٢- أن أهم الاختبارات التي تقيس الإدراكات الحس-حركية الخاصة بكتا الحزام الأسود (دان-١) هي إختبارات (اختبار أداء مباراة في ملعب مصغر ٤ × ٤ م - اختبار رمية هراي جوشي في المكان المحدد - اختبار أوتش متا بالتحرك في دائرة - اختبار أوكوريه أشي براي بالرتم على إيقاع الكاسيت).
- ٣- تم بناء مجموعة من الاختبارات الجديدة لقياس الإدراكات الحس-حركية للاعبات الجودو وهي (اختبار أداء مباراة في ملعب مصغر ٤ × ٤ م - اختبار رمية هراي جوشي في المكان المحدد - اختبار أوتش متا بالتحرك في دائرة - اختبار أوكوريه أشي براي بالرتم على إيقاع الكاسيت).
- ٤- تم وضع معايير لجميع الاختبارات للمرحلة المنبئة تحت ١٧ سنة وتحت ١٩ سنة تناسب قطاع كبير من اللاعبات .

#### التوصيات :

بناءً على النتائج والاستطلاعات التي تم التوصل إليها يمكن تقديم التوصيات التالية :

- ١- إسترشاد الإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو بالمستويات المعيارية المختار للبحث في إختبارات كتا الحزام الأسود (دان-١).
- ٢- ضرورة إجراء قياسات تتبعية على اللاعبات لمعرفة مستوى أدائهم في الكاتا من خلال إختبارات الإدراكات الحس-حركية.
- ٣- الاهتمام بتصميم بطارية إختبارات ذات مستويات معيارية خاصة للإدراكات الحس-حركية لكتا الحزام الأسود (دان-٢) حتى (دان-٥).

- ٤- تنفيذ ما تم إقتراحه ضمن اجتماعات الإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو حول إدراج الكاتا ضمن برنامج البطولات الرسمية التي ينظمها الإتحاد.
- ٥- عمل دورات صفق للمدربين من قبل الإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو لتوضيح أهمية تنمية الإدراكات الحس حركية.
- ٦- استخدام اختبارات الإدراكات الحس حركية (قيد البحث) في أغراض التدريب والقياس وانتقاء اللاعبين.
- ٧- ضرورة قيام الباحثين بتصميم اختبارات أخرى جديدة غير التي قلمت بها الباحثة لخدمة المجال العملي التطبيقي لرياضة الجودو.

*Abstract*

**Establishing standard a norms of some Kinesthetic Perception  
abilities For Judo Players**

***Reham Mohamed Nabawy ELashram***

The world is witnessing the recent scientific progress significantly in various areas of life, especially in the field of sports as a result of research and scientific studies with the objective of upgrading the performance of the player from all aspects of physical, skill, tactical, physiological, psychological and in order to achieve the objectives of the training process.

The research aims to develop levels of standardized tests the capacity of some common perceptions motor skill set kata black belt (Dan -1) for players and Judo.

The researcher used the descriptive approach in the manner so as to survey the relevance of the nature of the search.

Selected sample of basic research in the manner intentional random players governorates (Cairo - garbia - Dakahlia - Port Said - Alexandria), it was (56) player under 17 years old and under 19 years old.

***Insights and recommendations:***

**First:** The conclusion is Based on the Results of the research and in the light of the objective and research questions the researcher concluded the following insights:

- 1- Most common dynamic capabilities perceptions of the nature of the appropriate age group (under 17 and under 19 years old) to Black Belt Kata (Dan -1) for Judo players are (distance perception - sense of direction - awareness of balance - understanding Eurhythmy).
- 2- The most important tests that measure the capacity of common perceptions of mobility Bkata Black Belt (Dan -1) Is (4) tests (test distance 2 - 1-way test - balance test 1 - Kinetic Achtbaraliqaa 3).
- 3- Tests learned suitable for classification and evaluation processes in Judo as the results reflect the real level of the capacities of common perceptions of the dynamic players Judo.

***Recommendations:***

- 1- The weight of the work of the sessions trained by the Egyptian Federation of Judo, Aikido & Sumo to clarify the importance of developing the capacity of sense perceptions mobility.

- 2- Public Awareness trainers need to work training programs, skills training programs within the capabilities of dynamic sense perceptions.
- 3- as guidance the Egyptian Federation of Judo, Aikido & Sumo normative levels chosen to look at the tests Kata Black Belt (Dan 1).
- 4- The need to make measurements on a cohort of games to determine the level of performance in the kata during testing capabilities common perceptions mobility.
- 5- Attention to design battery tests with different levels of normative perceptions of the capacities of common motor Kata Black Belt (Dan 2) to (Dan 5).
- 6- Implementation of what is proposed in the meetings of the Egyptian Federation of Judo, Aikido & Sumo Kata on the inclusion of the program of official competitions organized by the Union.