

# قياس تطور المعيار الكمي لبعض الاختبارات البدنية أثناء عملية الانتقاء لتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (10 - 12) سنة لتشكيل الفرق المدرسية

## Measurement of the development of the quantitative level for some physical tests during the selection process for primary school girls (10-12 years) to form school teams

بافعة عبد الله<sup>1</sup>

<sup>1</sup> جامعة الأغواط، مخبر الابعاد المعرفية و التصورات التطبيقية في علوم التدريب الرياضي، a.baffa@lagh-univ.dz

تاريخ النشر: 2023/06/06

تاريخ القبول: 2023/06/05

تاريخ الإرسال: 2023/03/30

**الملخص:** هدفت الدراسة الى التعرف على المستوى الكمي والبدني لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (10-12) سنة اثناء عملية الانتقاء ببعض المدارس الابتدائية بمدينة الأغواط. وتكونت عينة البحث من (480) تلميذة مستخدما المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته وطبيعة البحث . ومن اهم الاستنتاجات وجود تطور في قياس المستوى الكمي للقدرات البدنية مع زيادة العمر في (التحمل العضلي لعضلات البطن - القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين) مع أخذ هاته المحددات كعوامل مهمة في عملية الانتقاء او عدمه من اجل تشكيل الفرق المدرسية.

**الكلمات المفتاحية:** الانتقاء الرياضي؛ الاختبارات البدنية؛ الفرق المدرسية.

**Abstract:** The objective of the study was to identify the quantitative and physical level of primary school students aged 10 to 12 during the selection process of some elementary schools in Lagouat. The research sample included 480 students using the descriptive survey method to adapt it and the nature of the research. One of the most important discoveries is an evolution in the quantification of physical abilities with age (muscular endurance of the abdominal muscles - explosive strength of the muscles of the arms and legs) while taking these determinants as important factors in the selection process or not forming school teams.

**KEY WORDS:** SPORTS SELECTION; PHYSICAL TESTS; SCHOOL TEAMS

## 1- مقدمة ومشكلة البحث:

تعد دراسة التطور الحركي لمراحل العمر المختلفة من الدراسات التي يجب الاهتمام بها للوقوف على الحالة التي يكون عليها الفرد من النواحي المتعددة

فقد اصبح ضرورياً الاهتمام بالمراحل المتعددة ومنها المرحلة الابتدائية وذلك من خلال الاعداد الجيد لبرامجها العلمية المختلفة على وفق الأسس العلمية المتنوعة لتهيئة التلاميذ لاكتساب اللياقة البدنية التي تعتمد على أساس متين من العلمية لكي يكون لهم القدرة على العمل بأفضل ما لديهم من قدرات بدنية وفكرية ونفسية ، إذ ان ممارسة النشاطات الرياضية والبدنية ضرورية لكل الاطفال إذ يتوقف عليها نضجهم ونموهم الصحيحان . (مجيد، 1988، 306)

وتتميز المرحلة الابتدائية عن بقية المراحل فهي مرحلة تعليم عامة تنظم في دراستها أكبر مجموعة من اطفال القطر لذا وجب علينا ان نوجه اهتمامنا لها (محجوب، 1986، 127) وكونها من المراحل الاساسية في حياة الانسان إذ ان (الاساس البدني يحقق أفضل نمو له في العمر من السادسة حتى الثانية عشر) (السويفي وراتب ، 1981 ، 176) .

ان معرفة قدرات التلميذات لا تقل أهمية عن كيفية تطوير هذه القدرات، وإن ن من الاساليب المتبعة في اكتشاف هذه القدرات ومعرفة مستوياتها هي الاختبار والقياس ، فالاختبار يعطي نتائج موضوعية موثوق بدقتها وصحتها إذا ما استخدمت استخداماً مبنياً على الاسس العلمية .

وتعد الناحية البدنية أكثر المتغيرات التي يتم التركيز عليها وذلك لأنها تمثل انعكاس لجميع النواحي الاخرى ، لذلك ازداد اهتمام مدرس التربية الرياضية فيها، وهذا يتطلب تكوين فكرة مبسطة عن معدلات النمو البدني والتطور الحاصل وفقاً للمرحلة العمرية لكي تأخذ عملية التقويم مسارها الصحيح .

كما ان عملية الانتقاء تعتبر عملية طويلة لا يمكن وضعها في إطار محدد من الوقت لأن نمو القابليات للناشئين تتغير تحت تأثير العمل التدريبي وكذلك عوامل النمو والمعيشة...، لهذا فإن عملية إعداد رياضي النخبة للمشاركة في المسابقات الرياضية هي عملية بالغة الأهمية تتركز على عدة عوامل من أهمها عامل انتقاء اللاعبين بدنيا ومورفولوجيا ونفسيا إلى الألعاب الرياضية المناسبة حيث لا توجد معايير ثابتة مبنية على أسس علمية لاختيار الرياضيين فهم يعتمدون على الملاحظة وجلب الأطفال إلى المشاركة في المنافسات الرياضية.

مما سبق تتضح أهمية البحث في التعرف على التطور الكمي لبعض الاختبارات البدنية لطالبات المرحلة الابتدائية لا برار الحالة التي تكون عليها التلميذة للمساهمة في الاختبار والتخطيط و التوجه الى رياضة معينة دون اخرى من خلال عملية الانتقاء .

هذا لأن المشكلة التي تواجه جميع المدربين والاختصاصين اليوم هي تهيئة الناشئين للوصول بهم إلى أعلى المستويات، وإن عملية الاهتمام بالناشئين لغرض الاعتماد عليهم مستقبلا يتطلب الانتقاء الجيد من جميع النواحي، ولكن يجب أن نلاحظ قبل هذا الانتقاء أن هناك بعض القياسات والمواصفات التي يجب أن يجتازها الناشئ حتى يكون مؤهلا للاستمرار في عملية التدريب دون أن نترك مجالا للصدفة في اختيارنا هذا، لأن هذه العملية معقدة تحتاج إلى عمل مبرمج على أسس علمية من طرف المختصين، وانتقاء الناشئين في المدارس الابتدائية يعتبر ظاهرة مستمرة غير منفصلة في سير العمل التدريبي إلا أن هذه الظاهرة تعتمد على كثير من الجوانب ومنها الجانب البدني والنفسي والمر فولوجي وجوانب اخرى للرياضي الناشئ

لهذا نجد ان اللياقة البدنية تلعب دوراً فعالاً في حياة الانسان سواء على مستوى يومه او على مستوى النشاط الرياضي الذي يمكن ان يمارسه. ولكن التساؤل هل هناك اختلاف في المستوى الكمي من مرحلة عمرية الى اخرى في عملية الانتقاء؟، هذا فضلاً عن التساؤل حول عناصر اللياقة البدنية وفقاً لخصوصيتها هل يمكن ان تسير جميعها بنفس الاتجاه وبنفس المستوى الكمي كمعايير ثابتة و محددة اثناء انتقاء الفرق المدرسية ؟ علماً بأنها قدرات لا يمكن ان ننظر لها بالعين المجردة دون اجراء عملية القياس الفعلي لها ، ولأهمية المرحلة العمرية (10-12) سنة والتي تمثل الطفولة المتأخرة لذلك تبرز مشكلة البحث في التعرف على المستوى الكمي ضمن هذه المرحلة للصفات البدنية في عملية الانتقاء.

## 2- الهدف العام من الدراسة:

- التعرف على المستوى الكمي البدني لتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (10-12) سنة في عملية الانتقاء ببعض المدارس الابتدائية بمدينة الأغواط .
- معرفة واقع مدى فهم القائمين على الناشئين في المدارس الابتدائية للطرق المثلى لعملية الانتقاء وق استراتيجيات متطورة و فعالة .
- محاولة التعرف على الصعوبات التي تتعرض للمربين و المدربين في هذه المرحلة العمرية و خصوصاً لدى الفتيات .

## 3- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث:

- 3-1. الانتقاء :ويعرف كل من حلمي ، نبيل العطار (1977) الانتقاء بأنه عبارة عن انتخاب أفضل العناصر ممن لديهم الاستعداد والميل والرغبة لممارسة نشاط معين ، بينما يعرفه فرج بيومي (1919) بأنه اختيار أفضل العناصر من الأعداد المتقدمة للانضمام لممارسة لعبة مع التنبؤ بمدى تأثير

العملية التدريبية الطويلة مستقبلا على تنمية تلك الاستعدادات بطريقة تمكن هؤلاء اللاعبين من الوصول إلى أعلى مستويات الأداء في اللعبة.

هو عملية اختيار أنسب العناصر من بين الناشئين الراضيين، ممن يتمتعون باستعدادات وقدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي، أي اختيار من تتوافر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط(حازم أبو السيف، 2005، -20)

### 3-1-1. محددات الانتقال في المجال الرياضي

لقد أصبح لكل نشاط رياضي في الوقت الحاضر متطلباته الخاصة ، إذ أن أية لعبة او فعالية رياضية لها متطلبات (بدنية ، مهارية ، خطية ، نفسية ) واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكاملا جيدا لتلك المتطلبات للوصول الى المستويات الرياضية العالية.

ولكي يصل الناشئ إلى تلك المستويات العالية لابد أن تؤثر فيه عدة عوامل ومحددات إذ أن "هناك محددات اذا ما توافرت في الناشئين بدرجات معينة يمكن التنبؤ بما يمكن ان يحققه من نجاح في نشاط معين "

"والانتقاء المدروس يجب أن يركز على المحددات البيولوجية والجسمية والوظيفية والبدنية والنفسية ، حيث انه عملية متشعبة الاتجاهات تتطلب تظافر جميع النتائج للوصول إلى الهدف وتوجيه اللاعب للنشاط أو المسابقة التي تتلاءم امكاناته معها وهذا يساهم في تقديم نموذج جيد للانتقاء والتصنيف للناشئين مستقبلا ". (محمد لطفي طه، 2002، 45 )

فمحددات الانتقال تعني " مجموعة العوامل أو القدرات التي يجب أن تتوافر عند الناشئ لغرض اتاحة الفرصة للمدرب بالتنبؤ له لتحقيق مستويات رياضية عالية مستقبلا".

### 3-2. الخاصية البدنية :يعرفها كوريك فارسكي KORYAKVRSKI هي

نتيجة تأثير التربية الرياضية في أجهزة الجسم و التي تشخص المستوى وتطور

---

القدرة الحركية كما أن مفهوم اللياقة البدنية يعطي نفس مفهوم الصفات البدنية أو الصفات الحركية أو القابلية الفيزيولوجية أو الخصائص الحركية فمفهوم اللياقة البدنية يشمل الخصائص البدنية الأساسية للرياضة التي تؤثر على نموه و تطوره، فالغرض من تنمية اللياقة البدنية الوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم و الوصول إلى الإنجاز الأعلى.

ويرى بسطوسي وعباس صالح في مصطلح ومفهوم الصفات البدنية بأنه ناتج عن ترجمة مصطلحات أجنبية متعددة تعطي نفس المعنى فتجد الصفات الجسمية الصفات الحركية القدرات الفيزيولوجية الأساسية للفرد، والتي لها تأثير في حياته ونموه و اتزانه والتي تتكون من الصفات التالية: التحمل، السرعة، القوة، المرونة والرشاقة أما المدرسة الأمريكية فتسميها عناصر اللياقة البدنية.

### 3-2-1. مميزات اللياقة البدنية للمرحلة الابتدائية :

يزداد تطور النمو الحركي بصورة واضحة ، إذ نجد ان الطفل يتمكن بدرجة كبيرة من التوجيه الهادف لحركاته ومن القدرة على التحكم فيها وتصبح حركاته أكثر هدفاً وأكثر اقتصاداً في بذل الجهد . وتصبح حركات الطفل بقدر كبير من الرشاقة والسرعة والقوة ، ويتصف بعض الاطفال بالرشاقة في اثناء ممارساتهم لألعاب الكرات وبالسرعة في الجري وبالقوة في حركات الجمباز . وتتميز ايضاً حركات الطفل بحسن التوقيت وحسن انتقال الحركة من الجذع الى الذراعين والقدمين والتوقع الجيد لحركاته الذاتية وحركات الآخرين ، ويتميز ايضاً بسرعة الاستيعاب وتعلم الحركات الجديدة والقدرة على المواءمة الحركية لمختلف الظروف ، ويتصف بالشجاعة والجرأة والحماس للتعلم والمنافسة .

ان النمو الحركي في هذه المرحلة يصل الى ذروته ونعتبره الفترة المثلى للتعلم الحركي ، ويفتقر الطفل الى نواحي القوة والسرعة ويتصف بالرشاقة والمهارة وسرعة الاستجابة . ويؤثر النمو البدني بصورة واضحة على النمو الحركي (علاوي، 1979، 136) .

تعتبر مرحلة الطفولة المتأخرة مرحلة النشاط الحركي الواضح ونلاحظ هناك زيادة واضحة في القوة والطاقة ، فالطفل لا يستطيع ان يبقى ساكناً بلا حركة مستمرة ، وتكون حركته اسرع واكثر قوة ويستطيع التحكم فيها بدرجة افضل ، فالبنات تقوم بالألعاب التي تحتاج الى تنظيم في الحركات كالرقص والحجلة ونط الحبل .

وينمو التوافق الحركي وتزداد الكفاءة والمهارة اليدوية إذ يسمح ما بلغته العضلات الدقيقة من نضج الطفل بالقيام بنشاط يتطلب استعمال هذه العضلات (زهران، 1995، 236) .

وتزداد القوة العضلية اكثر من الضعف خلال هذه الفترة العمرية حيث وصل معدل التغير الى 132% واثبتت دراسات عديدة وجود علاقة خطية بين العمر وتطور القوة العضلية للأطفال من (6-12) سنة وفي عمر (11-12) سنة سجل تفوق البنين على البنات ، ثم سرعان ما يتقارب المستوى مرة اخرى ، وربما حقق البنات تفوقاً طفيفاً على البنين .

ويتحسن أداء البنات في عمر (11-12) سنة في التحمل العضلي لعضلات البطن ثم يعقب ذلك توقف نسبي ، وتتفوق البنات على البنين في قياسات المرونة الحركية معظمها ولاسيما مرونة الجذع والخصر ، وتشهد هذه المرحلة نمواً منتظماً للقدرة العضلية بينما يتوقف نمو هذه الصفة عند البنات عند عمر (12 سنة) (راتب ، 1999 ، 295-332) .

### 3-3. الدراسات السابقة:

- دراسة غزالي (واخرون) بعنوان: دور المدربين في عملية الانتقاء والتوجيه الرياضي للناشئين في رياضة السباحة -دراسة ميدانية للجمعيات الرياضية للسباحة بالشلف. حيث هدفت الدراسة الى التعرف على واقع الانتقاء والتوجيه الرياضي للناشئين في رياضة السباحة، ودور المدربين في هذه العملية لانتقاء وتوجيه الفئة الشبابية الموهوبة، ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي نظراً

لملائمته طبيعة هذه الدراسة على عينة مكونة من ثلاثون (30) مدرباً من مجموع (57) (مدرب يمثلون (15) جمعية للرابطة الرياضية للسباحة بالشلف تم اختيارها بشكل عشوائي، ولجمع البيانات استخدمنا أداة الاستبيان، وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائياً تم التوصل الى أن كفاءة المدربين ونوع الاختبارات البدنية والنفسية دور كبير وفعال في عملية الانتقاء والتوجيه لهذه الفئة الشبانية، وعلى هذا الاساس أوصت الدراسة على أن تقوم عملية الانتقاء على يد أخصائيين يحددون المعايير المعتمدة في الانتقاء الرياضي للناشئين في رياضة السباحة.

- دراسة لعجال جمال (و اخرون) بعنوان: الانتقاء والتوجيه وعلاقته بتحديد مستوى الأداء الرياضي. (دراسة مقارنة لبعض المؤشرات المورفولوجية والبدنية لدى لاعبين كرة اليد أقل من 15 سنة بين الرابطة الجهوية الوسط و الشرق في الجزائر. ذكر فيها إن التطور الملحوظ في كافة الرياضات راجع للأداء الجيد لرياضيي النخبة الذين كانت لهم تنشئة خاصة ومتابعة منذ الصغر لنوع الفعالية أو اللعبة الرياضية من الناحية الجسمية والمعنوية مع إتقانهم وضبطهم للجانب التكتيكي والتقني. وللوصول إلى رياضيي النخبة يجب انتقاء الرياضيين من الفئات الصغرى وهدف انتقاء الرياضيين لا يقتصر فقط على تحديد صلاحية الناشئ للعبة معينة، وإنما يتعداه إلى احتمال اكتساب إمكانياته المستقبلية لتلك اللعبة ولذلك يمكن التنبؤ بإمكانية امتلاكه التكتيك الخاص باللعبة لتحقيق النتائج المطلوبة في مرحلة الطفولة والعمل الأمثل وهو لاعب النخبة.

- دراسة سعيدي (و اخرون) بعنوان: أثر الألعاب المصغرة على تنمية بعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم أقل من 13 سنة. حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الألعاب المصغرة على تطوير مهارتي التمرير

والجري بالكرة، وافترضنا أن يكون التأثير ايجابى، وقد استخدمنا المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث وطبقت هذه الدراسة على عينة قوامها 36 لاعب، 18 لاعب كمجموعة تجريبية طبق عليها البرنامج التدريبي باستراتيجية الألعاب المصغرة والذي دام مدة 6 أسابيع حيث اعتمدنا في البرنامج على طريقة التدريب بالألعاب المصغرة والتي يحتوي على مجموعة تمارين في مساحات مصغرة تتشابه مع مواقف المنافسة الحقيقية، و18 لاعب آخر كمجموعة ضابطة طبق عليها البرنامج المسطر من طرف المدرب اعتمادا على طريقة التدريب المنفصل، النتائج أظهرت تحسن في نتائج معظم الاختبارات للمجموعة التجريبية في اختبار دقة وسرعة التمرير وكذا اختبار الجري بالكر

#### 4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

##### - منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث ، وقد استخدم الباحث الطريقة المستعرضة وهي احدى الطرائق الشائعة في دراسات النمو .  
مجالات البحث:

1- المجال البشري : تلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (10-12) سنة ببعض المدارس الابتدائية بمدينة الأغواط .

2- المجال الزمني: للفترة من 2018/11/15 ولغاية 2018/12/7 م.

3- المجال المكاني: ساحات وملاعب المدارس المختارة في البحث.  
عينة البحث:

قام الباحث بالتعرف على المجتمع الكلي للتلميذات في مدينة الاغواط وقد بلغ عددهم (9600) تلميذة موزعة على مدارس البلدية، وعلى هذا الاساس قام الباحث اختيار مدرسة عن كل حي لتشمل العينة على (6) مدارس ، وقد قام الباحث باستخدام الطريقة العشوائية في اختيار العينة التي شملت على (480)

تلميزة مقسمة على المراحل العمرية (10-11-12) سنة وبذلك مثلت عينة البحث (5%) من المجتمع الكلي.

- وسائل جمع البيانات:

استخدم الباحث عدد من الادوات البحثية للوصول الى البيانات الخاصة بالبحث وتمثلت هذه الوسائل في :

- المصادر والمراجع

- الاختبار والقياس

- تحديد مكونات اللياقة البدنية الخاصة لعملية الانتقاء:

لا جل تحديد مكونات اللياقة البدنية لهذه المرحلة العمرية فقد أستعان الباحث بعدد من المصادر والدراسات السابقة والتي تناولت القدرات البدنية وأهم الاختبارات التي تقيس عناصر اللياقة البدنية وأهم القدرات البدنية من اجل عملية الانتقاء هي (السرعة الانتقالية -التحمل العضلي -القوة الانفجارية-المرونة)

- تحديد اختبارات اللياقة البدنية :

تم تحديد الاختبارات الملائمة لهذه المرحلة العمرية كل منها حسب القدرات البدنية وهي :

- عدو 20م من الوقوف. لقياس السرعة الانتقالية.

- الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين (30 ثانية) لقياس التحمل العضلي لعضلات البطن

- رمي الكرة الطبية (2كغم) من الجلوس . لقياس القوة الانفجارية للذراعين.

- الوثب الطويل من الثبات. لقياس القوة الانفجارية للرجلين.

- ثني الجذع للأمام من الوقوف لقياس المرونة.

(نصيف،209،1980-220)(ماينل،241،1987-260)(شلشوصبحي،276،2000-277)

- المعالجات الاحصائية :

قياس تطور المعيار الكمي لبعض الاختبارات البدنية أثناء عملية الانتقاء لتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (10 - 12) سنة لتشكيل الفرق المدرسية

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- تحليل التباين.

#### 2-4 عرض وتحليل النتائج:

##### الجدول (1)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للاختبارات البدنية للمراحل العمرية (10-11-12) سنة

| المرحلة العمرية | الاختبارات البدنية | عدو 20م من الوقوف | الوثب الطويل من الثبات | رمي كرة طبية من الجلوس وزن (2كغم) | الجلوس من الرقود من وضع تني الرجلين (30ثا) | ثني الجذع للأمام من الوقوف |
|-----------------|--------------------|-------------------|------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------|
|                 |                    | ثانية             | سم                     | متر                               | تكرار                                      | درجة                       |
| 10 سنة          | م.الحسابي          | 4.88              | 104.31                 | 42.60                             | 9.75                                       | 3.84                       |
|                 | إ. المعياري        | 0.41              | 15.86                  | 28.66                             | 6.68                                       | 2.57                       |
|                 | م. الالتواء        | 0.58              | 0.45-                  | 0.29                              | 0.30                                       | 1.87                       |
| 11 سنة          | م.الحسابي          | 4.92              | 107.89                 | 58.16                             | 10.90                                      | 4.53                       |
|                 | إ. المعياري        | 0.62              | 16.44                  | 57.34                             | 5.90                                       | 3.25                       |
|                 | م. الالتواء        | 2.59              | 0.20-                  | 0.57                              | 0.37-                                      | 1.17                       |
| 12 سنة          | م.الحسابي          | 4.72              | 119.02                 | 62.17                             | 12.42                                      | 4.12                       |
|                 | إ. المعياري        | 0.38              | 15.74                  | 35.27                             | 5.07                                       | 2.49                       |
|                 | م. الالتواء        | 0.81              | 0.28                   | 0.22-                             | 0.76-                                      | 1.02                       |

الجدول (2)  
يوضح تحليل التباين بين المراحل العمرية الثلاثة (10-11-12 سنة) في الاختبارات قيد الدراسة

| المتغيرات                                  | مصدر التباين   | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) المحتسبة |
|--------------------------------------------|----------------|--------------|----------------|-------------------|
| عدو 20م من الوقوف                          | بين المجموعات  | 2            | 1.340          | 5.221             |
|                                            | داخل المجموعات | 416          | 0.256          |                   |
|                                            | المجموع الكلي  | 418          |                |                   |
| الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين (30ثا) | بين المجموعات  | 2            | 6.67           | 26.26             |
|                                            | داخل المجموعات | 416          | 3.25           |                   |
|                                            | المجموع الكلي  | 418          |                |                   |
| رمي كرة طبية من الجلوس وزن (2كغم)          | بين المجموعات  | 2            | 3.45           | 41.92             |
|                                            | داخل المجموعات | 416          | 9.10           |                   |
|                                            | المجموع الكلي  | 418          |                |                   |
| الوثب الطويل من الثبات                     | بين المجموعات  | 2            | 4.21           | 5.92              |
|                                            | داخل المجموعات | 416          | 36.1           |                   |
|                                            | المجموع الكلي  | 418          |                |                   |
| ثني الجذع للأمام من الوقوف                 | بين المجموعات  | 2            | 15.19          | 2.35              |
|                                            | داخل المجموعات | 416          | 8.13           |                   |
|                                            | المجموع الكلي  | 418          |                |                   |

### - تحليل النتائج ومناقشتها:

يوضح الجدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للاختبارات البدنية للمراحل العمرية المختلفة (10-11-12) سنة وأظهرت ان جميع معاملات الالتواء للمتغيرات الدراسية تمثل الى الاعتدالية الى حد كبير ، وقد يرجع ذلك الى اختيار العينة بالطريقة العشوائية الامر الذي قد يكون سبباً في اعتدالية توزيعها ، وهو ما يتضح من قيم معامل الالتواء والوسط الحسابي الامر الذي يتيح الثقة في طريقة اختيار العينة وبالتالي الثقة في نتائج الدراسة .

اما الجدول (2) فيوضح تحليل التباين بين المراحل العمرية الثلاثة (10-11-12) سنة في الاختبارات البدنية ، حيث أظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البدنية عدا اختبار المرونة (ثني الجذع للأمام من الوقوف) رغم وجود وتطور وتحسن في اختبار المرونة بين عمر (10-11) سنة ولكنه قل في عمر (12) سنة وكذلك في اختبار (عدو 20 متر).  
الجدول (1) يوضح بأن السرعة الانتقالية أي (اختبار عدو 20م من الوقوف) قد تطور في عمر (11 سنة) ولكنه انخفض في عمر (12 سنة) وتعزو الباحثة سبب ذلك الى قلة اهتمام المدارس الابتدائية بدرس التربية الرياضية وقلة الحركة بالنسبة للطلّابات .

اما بالنسبة لاختبار القوة الانفجارية لعضلات الرجلين في اختبار (الوثب الطويل في الثبات) يتضح انها قد ازدادت خلال هذه المراحل العمرية الثلاثة ، رغم عدم اتفاق هذه النتائج مع دراسة (سامي نصر ، 1984 ، 127-129) لأن دراسته لم تظهر وجود فروق معنوية لهذا الاختبار ، أما دراسة (كيف وسوجدن) الذين يؤكدان في دراستهم على التطور في نمو القوة الانفجارية للأولاد في عمر (7-17) سنة (144 ، 1985 ، Keoph & Sngde) ، وتعزو الباحثة اسباب تطور القوة الانفجارية الى انها تنمو بشكل منتظم مع

العمر ، وكذلك ان البنات يميلون في هذه الاعمار الى ألعاب القفز والحبل التي تنمي القوة الانفجارية لعضلات الرجلين ، وتقوم البنات باللعب الذي يحتاج الى تنظيم في الحركات كالرقص والحيلة ونط الحبل (زهران ، 1995 ، 237) . وتتفق هذه النتائج مع دراسة (كيف وسوجدن) الى ان القدرة العضلية تنمو بشكل منتظم ومستمر مع تقدم العمر .

أما بالنسبة لاختبار (رمي الكرة الطبية من الجلوس وزن (2كغم) لقياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين فإن معدل نمو عضلات الذراعين تزداد مع زيادة العمر . حيث يلاحظ ان سرعة النمو يسير بشكل متصاعد من مرحلة لأخرى ، فقد كان هناك فروق معنوية بين كل مرحلة والتي تليها ، وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Gratty) والتي اجريت على التلاميذ من عمر (6-12) سنة ، حيث اظهرت وجود علاقة خطية بين زيادة العمر وتحسن القوة الانفجارية ، (Gratty ، 198) ، 1979 وكذلك تتفق هذه النتائج مع دراسة القصعي حيث توصل الى ان القوة الانفجارية تزداد زيادة واضحة في عمر (10-12) سنة ، (القصعي ، 1979 ، 145) ، والقوة الانفجارية هي تلك القدرة التي تتطلب حشد الطاقة بكفاءة للقيام بحركات فردية او متكررة تتطلب الحد الاقصى مع بذل القوة (حسانين ، 1996 ، 130) .

وتعد القوة العضلية عامل أكثر تعقيداً استدعى من الباحثين القيام بالمزيد من الدراسات وكون القوة العضلية (أهم العناصر الاساسية التي تعتمد عليها اللياقة البدنية للفرد ، ولا تخلو اية لعبة او فعالية رياضية في احدى انواع القوة التي تشكل عنصراً أساسياً او مساعداً في زيادة الانجاز الرياضي في تلك اللعبة او الفعالية) (التكريتي ومحمد علي ، 1986 ، 49) تتوقف متطلبات النشاط الرياضي على القوة العضلية القصوى بل تتطلب القوة الانفجارية مثل حركات الوثب والرمي والقفز (درويش وحسانين ، 1999 ، 31) .

أما بالنسبة لاختبار قوة عضلات البطن في اختبار (الجلوس من الرقود من وضع ثني الرجلين خلال (30 ثانية) حيث أظهرت الدراسة ان هناك زيادة في قوة عضلات البطن مع تطور العمر وتتفق هذه مع دراسة (Gratty) (ان القوة العضلية للأولاد قد ازدادت أكثر من الضعف خلال الفترة الزمنية (6-12) سنة (Gratty , 1979, 197) وتعود الباحثة أسباب التطور الى ان هذه المرحلة العمرية يعتبر مرحلة النشاط الحركي الواضح ونلاحظ زيادة في القوة والطاقة (فالطفل لا يستطيع ان يبقى ساكناً بلا حركة مستمرة وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة ويستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل) (زهران ، 1995 ، 236) واستخلصاً لما سبق يتضح نمو القدرات البدنية مع زيادة العمر للمراحل العمرية قيد الدراسة مع اختلاف نموها خلال تلك المراحل مثل اختبار (السرعة الانتقالية - اختبار القدرة العضلية لعضلات البطن - اختبار القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين) بينما لم يظهر أي تغير معنوي في المرونة أي اختبار (ثني الجذع للأمام من الوقوف) مع زيادة العمر بالرغم من وجود تغير طفيف .

#### - الخاتمة:

اعتماداً على المعطيات التي استقيناها من بحثنا المباشر حول الدراسة الخاصة بـ قياس تطور المعيار الكمي لبعض الاختبارات البدنية أثناء عملية الانتقال لتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (10 - 12) سنة لتشكيل الفرق المدرسية في محاولة لتشخيص عملية الانتقال بتقييم المعايير البدنية لدى الفتيات تمكنا من التوصل إلى مجموعة من الأفكار والمعلومات والتي يمكن ان نلخصها في عدة نقاط أهمها

لإدراك مدى ملائمة المرحلة العمرية 10-12 سنة لعملية الانتقال يجب الاعتماد على مقاييس نوعية تحدد في مدى مراعاة شعور الناشئين بالثقة

والامان من قبل المربين و المدربين بالإضافة الى التركيز على فاعلية الفروق الجسمية و العقلية والمزاجية بين اللاعبين الناشئات في عملية الانتقاء الالهية القصوى لعملية الانتقاء هي الحصول على نخبة رياضية ناشئة متميزة تتوفر على المقاييس الضرورية لتحقيق افضل النتائج وذلك باستعمال الطرق الموضوعية في عملية الانتقاء من خلال التركيز على العوامل الملاحظة والتنبؤ الطويل المدى وتطبيق برامج علمية خاصة، إلى جانب القيام بالفحوص الطبية والنفسية اللازمة.

ولذلك فإن المعلومات والأفكار المستنتجة من الدراسة الميدانية التطبيقية تؤدي إلى التأكيد على التوافق المتحصل عليه بين الفرضيات المطروحة في بداية الدراسة والنتائج المتحصل عليها من خلال العمل الميداني.

كما أظهر تتبع المستوى الكمي للاختبارات البدنية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (10-12) سنة من اجل عملية الانتقاء ما يلي :

1. وجود تطور بالمستوى الكمي للقدرات البدنية مع زيادة العمر في الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين مما يدل على ظاهرة هذين المحددين في عملية الانتقاء .

2. وجود تذبذب في تطور المستوى الكمي للقدرات البدنية (السرعة الانتقالية والمرونة) مما يدل على صعوبة الكشف إثر هذين المحددين.

3. وجود فروق معنوية بين فئات المراحل بعضها ببعض في مستوى القدرات البدنية كمحدد للانتقاء (السرعة الانتقالية - القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين - التحمل العضلي لعضلات البطن) .

4. لا توجد فروق معنوية بين المراحل العمرية الثلاثة في عنصر (المرونة) كمحدد للانتقاء .

**المراجع المستخدمة في البحث:**

1. التكريتي ، وديع ياسين والعبدي ، حسن عبد (1996) : التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية ، ط1 ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
2. التكريتي، وديع ياسين ومحمد علي، ياسين طه: (1986) الاعداد البدني للنساء، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
3. حسانين، محمد صبحي (1996): التحليل العاملي للقدرات البدنية في مجالات التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
4. خالد منصور (2017): عملية الانتقاء في المجال الرياضي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل
5. درويش، كمال وحسانين، محمد صبحي (1999): الجديد في التدريب الدائري، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
6. راتب، اسامة كامل (1999) : النمو الحركي مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق، دار الفكر العربي، القاهرة.
7. زهران ، حامد عبد السلام (1995) : علم نفس النمو ((الطفولة والمراهقة)) ، عالم الكتب، القاهرة .
8. سعيدي محمد عبد الجليل .ميم مختار. حمزاوي حكيم .(2022). أثر الالعب المصغرة على تنمية بعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم أقل من 13 سنة .مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية المجلد 7، العدد 3، الصفحة 941-958
9. السويفي ، احمد وراتب ، اسامة (1981) : الطريق الى لياقتك البدنية ، ط1 ، دار الفكر العربية ، القاهرة .
10. شلش، نجاح مهدي وصبحي ، اكرم محمد (2000) : التعلم الحركي، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، البصرة.

11. علاوي، محمد حسن (1979) : علم النفس الرياضي، ط4، دار المعارف، القاهرة.

12. غزالي عبد القادر .مخطاري عبد الحميد.(2021). دور المدربين في عملية الانتقاء والتوجيه الرياضي للناشئين في رياضة السباحة -دراسة ميدانية للجمعيات الرياضية للسباحة بالشلف . مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية . المجلد 6، العدد 3، الصفحة 216-232

13. القصعي ، علي حسين (1979) : دراسة بعض عناصر اللياقة البدنية لتلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية بمحافظة الاسكندرية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، الاسكندرية .

14. لعجال جمال. فراحتية صبيرة. ماهر باشا مراد .(2021). الانتقاء والتوجيه وعلاقته بتحديد مستوى الأداء الرياضي. (دراسة مقارنة لبعض المؤشرات المورفولوجية والبدنية لدى لاعبين كرة اليد أقل من 15 سنة بين الرابطة الجهوية الوسط و الشرق في الجزائر. مجلة

15. مانيل، كورث، ترجمة عبد علي نصيف (1987) : التعلم الحركي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

16. مجيد ، ريسان خريط ومحمد ، ابراهيم رحمة (1988) : طرق اختيار الرياضيين ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة البصرة .

17. محجوب، وجيه (1986): علم الحركة (التطور الحركي منذ الولادة وحتى سن الشيخوخة)، ج2، مطبعة جامعة الموصل.

18. محمد لطفي طه ،الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين ، القاهرة ،الهيئة العامة ، 2002 ، المطابع الأميرية

19. نصر ، سامي ابراهيم (1984) خصائص نمو القدرات الحركية الخاصة بمسابقات الميدان والمضمار لمرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة ،

مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة  
حلوان ، مارس .

20. Gratty, J., Perceptual and motor Development in infants  
and children, New Jersey prentice – Hall, Inc.1979.
21. Keoph. J& Sngde., D., Movement Skill Development ,  
New Yourk : Macmillan publishing company , 1985 .