

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر  
في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
شعبة : التدريب الرياضي .  
تخصص : تحضير بدني .

المحددات البدنية لعملية إنتقاء ناشئي الملاكمة  
(دراسة ميدانية ببعض نوادي المسيلة  
صنف أصاغر 9-12 سنة)

لجنة المناقشة:  
- مجادي مفتاح : مشرفا  
- لعروسي عبد الرزاق : رئيسا  
- سالم العياشي : عضوا

إعداد الطالب:  
- بو عافية نزار

فهرس المحتويوات

الصفحة	العنوان	الرقم
	قائمة الجداول	1
	قائمة الأشكال	2
	اهداء	3
	كلمة شكر	4
أ	مقدمة	5
02	الخلفية النظرية	6
02	الملاكمة	7
02	الملاكمة في الجزائر	8
03	تجهيزات اللعب	9
04	قواعد الملاكمة	10
05	المهارات الاساسية	11
05	وقفة الاستعداد	12
05	التحركات	13
05	اللكمات	14
07	إعداد الملاكم	15
07	مدراس الملاكمة في وقفة الاستعداد	16
11	مفهوم الانتقاء	17
11	مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي	18
12	أهمية عملية الانتقاء	19
12	هدف عملية الانتقاء	20
12	الواجبات المرتبطة بالانتقاء الرياضي	21
12	أنواع الانتقاء في النشاط الرياضي	22
13	مراحل الانتقاء الرياضي	23

14	العوامل النفسية ودورها في عملية الانتقاء	24
14	دور العوامل النفسية في عملية انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي	25
15	السمات الشخصية الرياضية	26
15	توافر الإدارة القوية	27
15	المبادئ و الأسس العلمية لعمليات الانتقاء	28
16	الأساس العلمي للانتقاء	29
16	شمول جوانب الانتقاء	30
16	استمرارية القياس والتشخيص	31
16	ملائمة مقاييس الانتقاء	32
16	البعد الإنساني للانتقاء	33
16	العائد التطبيقي للانتقاء	34
16	القيمة التربوية للانتقاء	35
17	محددات عملية الانتقاء	36
17	العوامل الأساسية لانتقاء الرياضيين	37
18	الدلائل الخاصة بالانتقاء	38
18	الأسلوب العلمي وانتقاء اللاعبين	39
18	مزايا انتقاء الناشئين بالأسلوب العلمي	40
19	فوائد الانتقاء	41
19	نماذج برامج انتقاء الناشئين	42
21	نهج التدريب	43
21	علاقة الانتقاء بالتنبؤ	44
21	علاقة الانتقاء ببعض الأسس العلمية	45
21	علاقة الانتقاء بالفروق الفردية	46
21	علاقة الانتقاء بالتصنيف	47
22	الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء وتشجيع المواهب الرياضية	48

22	تعريف الصفات البدنية	49
23	أنواع الصفات البدنية	50
23	القوة	51
23	أنواع القوة	52
23	تنمية القوة عند الأطفال ( 9 - 12 سنة )	53
24	المرونة	54
24	أنواع المرونة	55
24	تنمية المرونة عند الطفل	56
24	الرشاقة	57
25	تنمية الرشاقة عند الطفل ( 9 - 12 سنة )	58
25	السرعة	59
25	أنواع السرعة	60
26	تنمية السرعة عند الطفل ( 9 - 12 سنة )	61
26	التحمل	62
27	أنواع التحمل	63
27	تنمية التحمل عند الطفل من (9-12) سنة	64
27	المرحلة العمرية (09، 12) سنة	65
27	تعريف النمو	66
27	تعريف الطفولة	67
28	مفهوم الطفولة المتأخرة (9-12 سنة)	68
28	مميزات الطفولة (9-12 سنة)	69
29	خصائص وسمات النمو لدى الطفل (9-12 سنة)	70
32	متطلبات النمو خلال المرحلة من (9-12 سنة)	71
33	الفروق الفردية بين الأطفال في السن من ( 9 - 12 سنة )	72
33	مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين ( 9 - 12 سنة )	73

34	حاجات الأطفال النفسية	74
35	بعض مشكلات مرحلة الطفولة المتأخرة (9 - 12 سنة )	75
36	الدراسات السابقة والمشاهدة	76
41	التعليق على الدراسات السابقة	77
43	الفصل الثاني الاطار العام للدراسة	78
43	الكلمات الدالة في الدراسة	79
45	إشكالية الدراسة	80
45	أهداف الدراسة	81
46	أهمية الدراسة	82
46	فرضيات الدراسة	83
48	الفصل الثالث الاجراءات الميدانية للدراسة	84
48	تمهيد	85
49	الدراسة الاستطلاعية	86
49	المجال المكاني و الزماني	87
49	تحديد متغيرات الدراسة	88
50	مجتمع وعينة الدراسة	89
50	المنهج المتبع في الدراسة	90
50	أدوات جمع البيانات و المعلومات	91
51	الخصائص السيكمومترية لأداة الدراسة	92
51	إجراءات التطبيق الميداني للأداة	93
52	حدود الدراسة	94
52	الأساليب الإحصائية	95
55	الفصل الرابع عرض وتحليل النتائج و مناقشتها	96
55	المحور الأول : محددات القوة	97
62	المحور الثاني : محددات التحمل	98

69	المحور الثالث : محددات السرعة	99
76	مناقشة نتائج الدراسة و ربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة	100
79	الفصل الخامس الاستنتاجات و الاقتراحات	101
79	استنتاجات عامة	102
79	الاقتراحات	103
79	الأفاق المستقبلية للدراسة	104
	قائمة المراجع	105
	قائمة المراجع و المصادر	106
	الملاحق	107
	ملخص الدراسة باللغة العربية	108
	ملخص باللغة الأجنبية	109

# قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الجدول
11	جدول رقم (1): يوضح مستوى رد الفعل الناتج من النشاط الحركي لرياضة الملاكمة	1
55	جدول رقم(2): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 01 من المحور 01	2
56	جدول رقم(3): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 02 من المحور 01	3
57	جدول رقم(4): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 03 من المحور 01	4
58	جدول رقم(5): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 04 من المحور 01	5
59	جدول رقم(6): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 05 من المحور 01	6
60	جدول رقم(7): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 06 من المحور 01	7
61	جدول رقم(8): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 07 من المحور 01	8
62	جدول رقم(9): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 01 من المحور 02	9
63	جدول رقم(10): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 02 من المحور 02	10

64	جدول رقم(11): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم:03 من المحور02	11
65	جدول رقم(12): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 04 من المحور02	12
66	جدول رقم(13): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 05 من المحور02	13
67	جدول رقم(14): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 06 من المحور02	14
68	جدول رقم(15): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 07 من المحور02	15
69	جدول رقم(16): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم:01 من المحور03	16
70	جدول رقم(17): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 02 من المحور03	17
71	جدول رقم(18): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 03 من المحور03	18
72	جدول رقم(19): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 04 من المحور03	19
73	جدول رقم(20): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 05 من المحور03	20
74	جدول رقم(21): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 06 من المحور03	21
75	جدول رقم(22): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 07 من المحور03	22

# قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الجدول
34	الشكل رقم (1): يوضح الترتيب الهرمي للحاجات	1
55	الشكل رقم (2): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 01 من المحور01	2
56	الشكل رقم (3): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 02 من المحور01	3
57	الشكل رقم (4) :رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 03 من المحور01	4
58	الشكل رقم (5): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 04 من المحور01	5
59	الشكل رقم (6): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 05 من المحور01	6
60	الشكل رقم (7): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 06 من المحور01	7
61	الشكل رقم (8): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 07 من المحور 01	8
62	الشكل رقم (9): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 01 من المحور02	9
63	الشكل رقم (10): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 02 من المحور02	10
64	الشكل رقم (11): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 03 من المحور02	11
65	الشكل رقم (12): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 04 من المحور02	12
66	الشكل رقم (13) رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 05 من المحور 02	13
67	الشكل رقم (14): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 06 من المحور02	14
68	الشكل رقم (15): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 07 من المحور02	15
69	الشكل رقم (16): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 01 من المحور03	16
70	الشكل رقم (17): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 02 من المحور03	17
71	الشكل رقم (18) رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 03 من المحور03	18
72	الشكل رقم (19): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 04 من المحور03	19
73	الشكل رقم (20): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 05 من المحور03	20
74	الشكل رقم (21): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 06 من المحور03	21
75	الشكل رقم (22): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 07 من المحور03	22

# الهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

قال تعالى: [ وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ

ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ]

( الإسراء : 24 )

إلى التي أوصاني بها المولى خيرا وبراً، إلى التي حملتني وهنا على وهن، إلى التي سهرت الليالي لأنام ملئ أجفاني إلى منبع الحب والحنان إلى رمز الصفاء والوفاء والعطاء، إلى أمي الغالية حفظها الله ورعاها في كل وقت بعينه التي لاتنام. إلى رمز العز والشموخ إلى من وطأ الأشواك حافيا ليوصلني إلى ما وصلت إليه اليوم، إلى أبي العزيز

والي كل الإخوة والأخوات: **إيمان-ليلي-قيس-بثينة-أماني**، **والمدلة نهال** و اخوالي و خالاتي؛ وكل الأهل و الأقارب.

الى من يجري في عروقي حبهم و ينبض قلبي بحبهم: جدتي لأمي أطال الله في عمرهما ، أعمامي والى كل أبناء أعمامي وخلاتي وأخوالي.

الي كل الأصدقاء: محمد، صلاح، عبد الفتاح، علي، رياض، يوسف، عبد اللطيف، والى

الزميلات: \*هاجر\* عزيزة\* والى

الذين لم يذكرهم اللسان ويذكرهم القلب.

نزار

## كلمة شكر

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا ، والقائل في محكم تنزيله

{ لئن شكرتم لأزيدنكم } { ابراهيم "07"

ونتقدم مصداقا لقول النبي عليها الصلاة والسلام :

{ من لم يشكر الناس لم يشكر الله } { رواه أحمد

نشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز هذا العمل .

وتشكراتنا الخاصة إلى الأستاذ المشرف : "مجادي مفتاح " الذي سهل

لنا طريق العمل ولم يبخل علينا بنصائحه القيمة ، فوجهنا حين الخطأ

وشجعنا حين الصواب ، فكان نعم المشرف

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى أساتذة قسم التدريب الرياضي نخص

بالذكر الأستاذ القدير

( شريفي حلیم) وكل مدربي ومسؤولي نادي الملاكمة بالمسيلة ونخص

بالذكر المدرب (عزاز ساعد)

كما نتقدم بالشكر إلى جميع أساتذتنا الذين أشرفوا على تدريسنا ولكل

من ساهم بالكثير أو القليل ، من قريب أو حتى من بعيد في إخراج هذا

العمل المتواضع إلى النور، تحية خالصة لي (غشام محمد) .

وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل .

**حياتنا ألم، يغطيها أمل،**

**يحققها عمل، نهايتها أجل،**

**ولكل امرئ جزاء بما عمل.**

بو عافية نزار

## مقدمة

يعتبر ميدان الرياضية من الميادين التي تتضمن العديد من المشكلات التي تتطلب القيام بالبحوث العلمية المتخصصة التي فيها الاختبارات والقياسات فهي مجال خصب للباحثين في مجال الرياضة لما لها من دور فعال كما يشير (كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين (1980م) الى ان الاختبارات والقياسات هي الوسيلة المفضلة لتحديد المستوى من بداية الموسم الرياضي.

لقد خطت الرياضية خطوات واسعة نحو التقدم في نهاية النصف الثاني من القرن العشرين استنادا الى استخدام اساليب التقويم والقياس العلمي.

ومن المشاكل العامة التي تقابل الفرد في حياته مشكلة إختيار نوع الرياضة او اللعبة المناسبة له فإن ترك الامر للاعب او لأبويه كثيرا ما يتجه نحو نوع من الرياضة التي لا تتفق مع خصائصه وقدراته الفردية واختياره حسب الظروف اللحظية بدون تخطيط مدروس .

وقليل من اللاعبين يعرفون الطريق الصحيح لذا نجد انهم يعطون لهذا الموضوع أهمية خاصة ومخاوفهم الرئيسية تركز حوله بحيث أن اللاعب ليس المسؤول الأول عن هذه الخبرة وإنما هي مسؤولية كل الهيئات المتصلة بإعداداه.

تعتبر عملية انتقاء وتوجيه الناشئين للأنشطة الرياضية في الجزائر من المشكلات التي تواجه المسؤولين الرياضيين في الاندية او في مراكز الشباب او إداريو الفرق والمؤسسات الرياضية المختلفة , وهناك من الابعاد الرئيسية التي يمكن تحديدها والتغلغل داخلها والعمل على تناولها الا وهي الانتقاء للناشئين داخل الهيئات والمؤسسات الرياضية وكذلك الانتقاء في ميدان البحث العلمي وتوجيهه نحو الاختيار والانتقاء الذي بدوره يعتبر منبئا لبدء التربية الرياضية نحو الممارسة وفق اسس علمية وعملية ومتناولة في ذلك الاتجاه نحو المحددات الخاصة بالانتقاء الناشئين.

كما يعد الانتقاء في المجال الرياضي مشكلة متعددة الأوجه من ناحية التخطيط والناحية الاقتصادية والفنية والتربوية حيث يستهدف الاستفادة من الفروق الفردية وتحديد المواصفات النموذجية للاعب لتتمكن من تحقيق المستويات العالية والتنمؤ بإمكانية الاستمرار بمستوى يمتاز بالكفاءة وتجنب الاصابات الناتجة عن عدم ملائمة اي نشاط رياضي آخر .

وقد ظل الانتقاء لسنوات طويلة وحتى الآن في دول كثيرة يعتمد على الخبرة الشخصية للمدرب دون الاستناد الى معايير ومقاييس و محددات موضوعية , ثم اتجهت الجهود الى بحث الاسس العلمية وإيجاد الاساليب و الوسائل التي يجب أن تتم على أساسها عملية الانتقاء .

# الفصل الأول

الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

الخلفية النظرية:

1- الملاكمة:

1-1- الملاكمة في الجزائر:

تنفرد الملاكمة الجزائرية، بالاختصاص الأبرز في الحركة الرياضية الجزائرية، بشرف إهداء الجزائر أولى ميدالياتها الأولمبية بفضل الثنائي موسى مصطفى وزاوي محمد، المتوجين بالبرونز في أولمبياد لوس أنجلوس (الولايات المتحدة الأمريكية) في عام 1984 .

فالملاكمة الجزائرية، نجحت في الحصول على ست ميداليات منها ذهبية واحدة وخمس برونزيات، منذ أول مشاركة للجزائر في الألعاب الأولمبية عام 1968 بمكسيكو (المكسيك).

وتمكن موسى مصطفى (81 كغ) و زاوي محمد (75 كغ) من دخول التاريخ من بابه الواسع، عندما كتبا اسميهما بأحرف من نور في سجل الرياضة الجزائرية، بإهدائهما الجزائر أولى ميداليتها الأولمبيتين (برونزيتين)، في الوقت الذي يبقى فيه المرحوم حسين سلطاني، الرياضي الجزائري الوحيد المتوج بميداليتين أولمبيتين بعد إحرازه للميدالية البرونزية في أولمبياد برشلونة (إسبانيا-1992) و الميدالية الذهبية في أولمبياد أطلنطا (الولايات المتحدة الأمريكية) في عام 1996.

وعرفت مختلف طبعات الألعاب الأولمبية التي حضرت فيها الملاكمة الجزائرية مشاركة 48 ملاكما، 14 منهم شاركوا مرتين على غرار حسين سلطاني، نور الدين مزيان، شادي عبد القادر و عبد الحفيظ بن شبلة.

وبقي سجل "القفاز" الجزائري، منذ موعد المكسيك (1968) الذي عرف مشاركة ملاكمين جزائريين و إلى غاية طبعة موسكو (الاتحاد السوفياتي سابقا) في عام 1980، خاليا من التتويجات.

وبدأت الملاكمة الجزائرية تحصد ثمار مجهوداتها وتطورها في دورة لوس أنجلوس 1984. فمن بين الملاكمين السبع المشاركين في المنافسة، اثنين منهم، موسى وزاوي، نجحا في الصعود على منصة التتويج، و إهداء الجزائر أولى ميداليتها الأولمبيتين.

وفي عام 1988 بسيول (كوريا الجنوبية)، أخفق الملاكمون الست الذين مثلوا الفن النبيل" الجزائري في تكرار إنجاز لوس أنجلوس.

أربع سنوات من بعد، جددت الجزائر العهد مع التتويجات الأولمبية بمناسبة أولمبياد برشلونة (إسبانيا-1992)، بفضل حسين سلطاني (75 كغ) الذي افتك الميدالية البرونزية في هذه المنافسة التي شارك فيها ثمانية ملاكمين جزائريين.

ويبدو أن بلاد "العم سام" كانت فآل خير على الملاكمة الوطنية التي شهدت انطلاقها الكبرى، بتتويجها بميدالية ذهبية و أخرى برونزية في أولمبياد أطلنطا عام 1996.

وكانت ذهبية أطلنطا، من صنع المرحوم حسين سلطاني في وزن 60 كغ والذي أكد بالمناسبة تحسن مستواه اللافت، بعد أن كان قد توج أربع سنوات من قبل بميدالية برونزية في برشلونة، فيما توج محمد بحاري بالميدالية البرونزية في وزن (75كغ).

وتبقى النتائج التي سجلت في اولمبياد أطلنطا، الأحسن في تاريخ مشاركات الملاكمة الجزائرية في الألعاب الأولمبية.

ففي سيدي عام 2000، وخلافا لكل التوقعات، كانت الحصيلة الجزائرية، نسبيا، أقل مما كان ينتظر منها، حيث كان محمد علالو (63,5 كغ)، الملاكم الوحيد الذي صعد على منصة التتويج بإحرازه الميدالية البرونزية. ولا يزال "الفن النبيل" الجزائري،- المتعود على الأجماد الأولمبية والذي يسعى بشوق وحرارة للاستجابة لتطلعات الرياضي الجزائري-، منذ أولمبياد 2000، في رحلة البحث عن تتويج أولمبي يزين به سجله الذي يبقى مشرفا وواعدا. (<https://www.djazair.com/aps/326109>).

### 2- تجهيزات اللعب:

#### - الحلبة:

منصة مربعة الشكل. تتراوح مقاسات كل جانب منها من 4,9 م إلى 7,3 م. يختار الملاكم انفي مباريات بطولات المحترفين حجم الحلبة ضمن هذه الحدود. بموافقة لجنة الملاكمة المحلية. تحاط الحلبة بثلاثة حبال على الأقل مربوطة بقائم في كل ركن. ويغطي أرضية الحلبة غطاء من قماش التيل ينسب فوق طبقة من المطاط الرغوي. ترتفع أرضية الحلقة عن سطح ساحة النزال من 0,9 م إلى 1,2 م.

#### - المعدات:

يلف الملاكم يديه برباط من قماش ناعم، ويرتدي فوق الأربطة قفازي جلد مبطنين. حيث يعمل القفازان على تليين وقع لكماته، ويساعدان على وقاية يديه وكذلك وقاية منافسه من الإصابات.

ج- الملابس والأحذية: يرتدي الملاكمون سراويل رياضة قصيرة، وأحذية خفيفة تشد بأربطة ويصل ارتفاعها إلى مافوق الكاحل. ويحمي واقى اللثة المصنوع من المطاط القاسي الأسنان وكذلك يحمي الواقى البلاستيكي الأعضاء التناسلية. يرتدي الهواة والمحترفين خوذة جلدية واقية عند التدريب. وقد يرتدي الهواة أيضا خوذة واقية في المنافسات، غير أن المحترفين لا يفعلون ذلك. وتغطي الخوذة مؤخرة الرأس والصدغين والأذنين.

#### - القانون:

الفترات الزمنية: تُسمى فترات مباراة الملاكمة جولات. تدوم كل جولة دقيقتين، أو ثلاث دقائق فيمباريات الهواة. وتدوم الجولات في مباريات المحترفين الرئيسية ثلاث دقائق. وتمنح فترة راحة مدتها دقيقة واحدة بين الجولات في جميع.

#### - المباريات:

يمكن جدولة مباريات المحترفين، لتشمل من 4-15 جولة. وتستمر معظم بطولات المحترفين 12 أو 15 جولة. وتدوم مباريات الهواة من 3 إلى 6 جولات. وتجدرول جميع بطولات الهواة لعدد 3 جولات.

#### - إداريو المباراة:

يكون الحكم هو الشخص الوحيد داخل الحلبة أثناء الجولة بالإضافة إلى الملاكمين. وعليه أن يستوثق من أن الملاكمين يمثلان للقواعد. يقوم الحكم بإصدار الملاكم الذي ينتهك القواعد، وقد يُحرم ملاكم من الاشتراك في مباراة لارتكابه مخالفة خطيرة، أو مخالفات كثيرة. في بريطانيا، يسجل الحكم وحده الملاكمات الاحترافية. أما في الولايات المتحدة الأمريكية وفي أماكن أخرى، فإن الحكم واثنين من القضاة يجلسان على جانب الحلقة يتولون تسجيل مباريات

الملاكمات الاحترافية. أما المباريات الأولمبية ومباريات بطولة الهواة فتتطلب وجود خمسة قضاة. ويتعهد الميقاتي الوقت ويقرع الجرس إيداً ببدء وانتهاء كل جولة. ويوجد طبيب في كل مباراة لكي يوفر العلاج الطبي، ويشير على الحكم بمدى خطورة حالة ملاكم مصاب. (<https://ar.wikipedia.org/wiki/>).

الفوز بالمباراة: يفوز الملاكم بالمباراة، إما بالضربة القاضية، أو بالضربة القاضية الفنية، أو بقرار. وقد تنتهي أحياناً مباراة محترفين بالتعادل بدون إعلان فوز أي من الملاكمين. ولا يمكن أن تنتهي مباريات الملاكمة بين الهواة بالتعادل. ففي مباريات الهواة المتقاربي المستوى، يمكن أن يفوز الملاكم الذي يُظهر أداءً أحسن، أو يرتكب أخطاءً أقل.

-الضربة القاضية:

تحدث الضربة القاضية عندما يكبو أحد الملاكمين ولا يستطيع النهوض في غضون 10 ثوان وفقاً لعد الحكم. وإذا انتهت الجولة بينما لا يزال الملاكم في حالة كبوة، ولكن قبل مرور 10 ثوان، يكون الملاكم قد حماه الجرس.

-الضربة الفنية القاضية:

تحدث الضربة القاضية الفنية عندما يظهر من حالة الملاكم البدنية، أنه غير قادر على الاستمرار في الملاكمة. ويمكن أن يتخذ هذا القرار الحكم، أو الطبيب الموجود بجانب الحلقة، أو الملاكم نفسه، أو مساعدو الحكم.

-القرار:

يصدر القرار عندما يلعب ملاكمان عدد الجولات المقررة دون ضربة قاضية، أو ضربة فنية قاضية. يقرر الإداريون المختصون عندئذ من هو الفائز. وفي المباريات الاحترافية، يمكن أن يعلن الإداريون التعادل في المباراة. وقد يكون القرار بالإجماع مع اتفاق جميع الإداريين على الفائز. أو أن يكون القرار بالأكثرية ويكون النصر من نصيب الملاكم الذي حُكِم له بالفوز وفقاً لقرار الأكثرية.

يستند القرار إما إلى نظام الجولات أو إلى نظام تسجيل النقاط. ففي نظام الجولات يقرر الإداريون منفردين بعد كل جولة، أي الملاكمين فاز بتلك الجولة، أو ما إذا كانت تعادلاً. وفي نهاية المباراة يصوّت كل إداري للملاكم الذي حكم بفوزه في معظم الجولات.

أما في نظام النقاط، فيقوم الإداريون منفصلين بمنح كل ملاكم عدداً من النقاط بناءً على أدائه. وفي نهاية المباراة يجمع كل إداري جميع النقاط التي سجلها لكل ملاكم. ويفوز بالمباراة الملاكم الذي يقرر غالبية الإداريين، أنه فائز في المباراة.

تبنى جميع القرارات في المباريات الدولية للهواة على نظام الـ 20 نقطة — صحيحة. يمنح كل إداري الملاكم الفائز في الجولة 20 نقطة. ويمنح الملاكم الخاسر 19 نقطة أو أقل، يتوقف ذلك على تقدير الإداريين لأدائه. وإذا اعتبرت الجولة متعادلة، يمنح كل ملاكم 20 نقطة.

### 3-قواعد الملاكمة:

1-لا يجوز للملاكم أن يضرب تحت الحزام، أو خلف الرأس، أو أن يضرب منافسه أثناء سقوطه على الأرض، حتى ولو كان على ركبة واحدة. وتسمى مثل هذه التصرفات أخطاءً. وتتضمن الأخطاء الأخرى الرفس والعرقلة أو

التصارع أو المسك، أو ضرب عين المنافس بإهلام القفاز، أو الضرب بالساعد أو بجانب القفاز أو السطح بالرأس أو استخدام المرفقين.

2- يوجه الحكم إنذاراً للملاكم الذي يرتكب خطأً ويخسر نقاطاً. وقد يؤدي ارتكاب أخطاء إلى حرمان الملاكم من الاستمرار في المباراة.

3- عندما يصاب ملاكم بالضربة القاضية، يجب على منافسه أن يذهب إلى أبعد ركن محايد (أحد الركنين الذين لا يشغلها أيُّ من الملاكمين بين الجولات). وعندئذ يبدأ الحكم العد. فإذا نهض الملاكم المطروح أرضاً، ينتهي العد.

4- عندما يكبو الملاكم في مباريات الهواة وبعض مباريات المحترفين، فيجب أن يعد الحكم عليه ثماني عدات إجبارية. إذا سقط ملاكم في مباراة للهواة ثلاث مرات على الأرض في جولة واحدة، فإن منافسه يفوز بالمباراة بالضربة القاضية الفنية. وتنطبق نفس القاعدة أيضاً على كثير من مباريات المحترفين.

#### 4-المهارات الاساسية:

ويرى الباحث أنه كلما إمتلك الملاكم قدرا عاليا من الأداء الفني للمهارات الاساسية التي تعلمها جيدا كلما كانت فرصته أكبر للفوز با المنافسة ,خاصة وأنه يوجد مواقف متعددة على الحلقة وهذه المهارات هي

#### 4-1-وقفة الاستعداد:

وقفة الاستعداد تسمى با الوضع الابتدائي او الاساسي الذي يشترك منه باقي المهارات الفنية في الملاكمة ولذا يحتل المرتبة الاولى من الاهتمام في الدروس التعليمية في الملاكمة ، قبل المهارات الاخرى (عبد الفتاح فتحي حضر ،1996م،ص 120).

ويشير "سامي حافظ" (2006م) الى أن وقفة الاستعداد هي الوضع الذي يمكن الملاكم من التحرك بسهولة ورشاقة بحيث يكون مع كل حركة وفي لحظة مستعدا لتسديد لكمات قوية ، او تفادي لكمات خصمه بسرعة وهو بكامل إترانه ، ويعمل الملاكم على الاحتفاظ بهذه الوقفة سليمة دائما طوال اللعب حتى تكون عنده عادة ثابتة يعود اليها عقب قيامه بأي مهارة هجومية او دفاعية ، ويجب أن يتوفر الإتران والاسترخاء عند أداء وقفة الإستعداد(سامي محب حافظ،2006م،ص108).

#### 4-2-التحركات:

إن عملية إتقان الملاكم لحركات القدمين من الأسس المهمة لتعلم الملاكمة ، حيث تلعب سرعة حركة القدمين والقدرة على تقدير المسافات أثناء تسديد اللكمات دورا مهما في تسديد اللكمات على الحلقة ، كما أن تبادل إستخدام حركة القدمين ما بين الدفاع و الهجوم تسهل على الملاكم الانتقال على الحلقة بسرعة وإتران ، وكذلك تعمل على تشتيت إنتباه المنافس ،ويجب عدم المبالغة في أداء حركة القدمين على الحلقة ، بل يجب أن تتصف الحركات با الاقتصادية في الجهد والحفاظة على وضع وقفة الإستعداد وتصنف التحركات إلى :-التحرك الى الأمام ،التحرك الى الخلف ،التحرك جهة اليمين ،التحرك جهة اليسار ،التحرك في دائرة.(سامي محب حافظ،2006م،ص155).

#### 4-3-الكلمات:

#### 4-3-1-تعريف الكلمات:

ويذكر "بجي الحاوي" (2003م) أن الكلمات هي التسديدات التي يوجهها الملائم للمنافسها القبضة الى المنطقة المصرح بها قانونيا با اللكم وهي تتنوع بين الكلمات المستقيمة والمنحنية ، بحيث يعتمد اللكم الحديث على دقة وقوة الكلمات ، وسرعة الإستجابات مع التغير و التنوع في إختيار الكلمات التي يحقق بها الغرض الذي وضع من أجله ، مع تسديد الكلمات حسب مواقف اللعب المختلفة . (بجي إسماعيل الحاوي ، 2003م، ص63).

ويوضح كل من محي الدين عابد 2003:

أن الكلمات تؤدي دورا مميزا عن غيرها من الحركات الفنية أثناء الهجوم والمضاد او تأمين الدفاع عند التحركات للخلف او الجانبيين ، وبواسطتها يمكن إكتساب النقاط وتحقيق مايسعى اليه الملائم الانجاز خطته على الحلقة خلال المباراة ، كما أن الكلمات على إختلاف أنواعها تسهم بدرجة كبيرة في تنفيذ الواجبات الخططية المناسبة لكل موقف . (محي الدين السعيد عابد ، 2003م، ص 118).

#### 4-3-2-أنواع الكلمات:

ينقسم من حيث الشكل الى:

-الكلمات الطويلة (الكلمات المستقيمة).

-الكلمات القصيرة (الجانبية و الصاعدة).

تنقسم من حيث الهدف الى:

-لكمات هجومية

-لكمات دفاعية

تنقسم من حيث مكان التسديد:

-لكمات موجهة للرأس

-لكمات موجهة للجذع

وهناك تقسيم آخر للكلمات

-الكلمات من حيث الشكل

-الكلمات من حيث الغرض

#### 4-3-3-مجموعات اللكم:

يشير "عبد الفتاح خضر" (1996م) الى أن الكلمات الفردية تستخدم في مباراة الملائمة بصورة نادرة إذا ما قورنت با الكلمات الزوجية او مجموعات اللكم الاخرى ، وكقاعدة عامة يتحدد مزج الكلمات من لكمة الى أخرى تبعا للسلوك الهجومي ، وهذا المزج ممكن أن يكون بتسديد لكتمتين بذراع واحدة (لكتمتين با اليسرى)، أو لكتمتين با الذراع اليسرى واليمنى أو كجموعة لكم (تسديد من ثلاث الى أربع لكلمات ) بتحديد تناوب الذراعين في التسديد ، ومن خلال عمليات التعليم و التدريب ينبغي مراعاة القواعد العلمية والقانونية في النشاط الهجومي ووسائله كوحدة

واحدة سواء في تعليم اللكمات الفردية وتحسينها من الحركة ، أو أثناء تعليم اللكمات المتكررة و الزوجية ، ومجموعة اللكمات وتحسينها مع الإهتمام الشديد بوحدها في سلوك حركة موحد . (عبد الفتاح فتحى حضر، 1996م، ص 167).

ولما كان هدف الملاكم هو الحصول على أكبر عدد من النقاط في المباراة فيجب عليه أن يعتمد على مجموعات اللكم المكونة من لكمتين أو ثلاث لكمات على الأكثر حيث أنه أثناء أداء مجموعة مكونة من لكمتين صحيحتين للمنطقة المصرح فيها باللكم بدون إرتكاب أي خطأ قانوني فسوف يحتسب للملاكم نقطة واحدة ، وفي حالة أداء الملاكم مجموعة لكم مكونة من ثلاث أو أربع لكمات صحيحة متتالية وسريعة بدون إرتكاب خطأ فإن نظام الكمبيوتر لن يستوعب تسجيل أكثر من لكمة واحدة للملاكم وعلى ذلك فإن التركيز على المجموعات المكونة من لكمتين أو ثلاث متنوعة يجب الإهتمام بتعلمها والتدريب عليها في برنامج التعليم والتدريب (محمود عبدو خليفة، 2002م، ص 26).

#### 4-4- إعداد الملاكم:

إن المهمة الأساسية لإعداد ملاكم ، هو محاولة إيصال الملاكم الى المستوى البدني والمهاري والنفسي وهو محاولة تحقيق الهدف المطلوب في المنافسات النهائية ، والتدريب الرياضي هو الجزء المهم لإيصال الملاكم نحو مستوى عالي في الملاكمة هجوما ودفاعا ولكي يمكن تحقيق هدف الوصول الى أعلى المستويات فإن عملية التدريب يجب أن تسعى الى تطوير و تنمية كل من:

\*النواحي البدنية : كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة ... الخ.

\*إكتساب النواحي الفنية كالمهارات الحركية مثل وقفة الاستعداد التحركات اللكمات ، وسائل الدفاع والهجوم المضاد.

\*تحسين القدرات الخططية كفن الحلبة وخطط اللعب.

\*تمو القوى الإنفعالية والسماح الإرادية و النفسية وتوجيهها نحو تحقيق أعلى مستوى من خلال التدريب و المسابقات . (زيد محمود علي، 2009، ص 68).

#### 5- مدراس الملاكمة في وقفة الاستعداد:

إن التطرق إلى مدراس الملاكمة التي لم تتطرق إليها أكثر الدراسات والبحوث إلا نادرا وهناك أكثر من مدرسة لكمية في العالم وكل مدرسة عيوبها ومزاياها وستتطرق الى أشهر المدارس وفي مقدمتها.

#### 5-1- المدرسة الإنجليزية:

تقوم هذه المدرسة على مبدأ مقابلة الفن ، لذلك فهي تعتمد على السرعة والرشاقة وخفة الحركة و التوافق وسرعة رد الفعل وذلك يرجع إلى أن هذه المدرسة تفضل عدم تغطية المنطقة المصرح فيها باللكم من جسم الملاكم. وقصر الدفاع على حركة الجذع والقدمين فقط أما الساعدان فيحفظ بهما أفقين بجانب الجذع ورغم مميزات هذه المدرسة إلا أن لها بعض العيوب والتي أهمها إنعدام التغطية التي تعتبر شرطا أساسيا من شروط وقفة الإستعداد ومن أبطال هذه المدرسة قديما "محمد علي كلاي"، "شوجار روبنسون".

-وقفة الإستعداد في المدرسة الإنجليزية:

\*المسافة بين القدمين بإتساع الحوض

\*أخذ خطوة قصيرة للأمام

\*ثني الركبتين قليلا

\*لف الجذع قليلا للجانب

\*ثني الذراعين من المرفق ويحمي الكوعان الجزء المصرح باللكم فيه من البطن

\*يواجه اللاعب خصمه بوجهه ونظره للأمام ولذا يجب لف الركبة للداخل قليلا

ومن مميزات هذه المدرسة أنها تتسم براحة اللاعب (زيد محمود علي، 2009، ص 69).

### 5-2-المدرسة الفرنسية:

وقفة الإستعداد فيها تكون القفزات على جانبي الوجه و الجذع منحني قليلا للأمام ويعتمد اللاعب فيها على تحريك جذعه و مرونة هذه الحركات يعتمد على اللكمات المستقيمة ومن أبرز ابطال هذه المدرسة قديما " الملاكم باترسون" ومن غتبع مبارياته يجد أنه يمتاز بلكماته الخطافية، وأنه معرض للإصابة بلكمات مستقيمة بين قفزاته، حتى أنه وقع عدة مرات أمام كثير من الخصوم لهذا السبب.

-وقفة الإستعداد في المدرسة الفرنسية:

\*المسافة بين القدمين مناسبة لطول اللاعب على أن يكون القدمان متوازيان وإنشاء قليل في الركبتين

\*إنشاء خفيف في الجذع مع مواجهة الخصم بالجزع كاملا

\*ثني الذراعين بحيث يكون القفازين بجانب الوجه و الكوعين بعيدين من الجذع وعموديين على الارض ويتجه ظهر القفازين للجانب وتقع الذقن بينهما

\*الذقن في الوضع الطبيعي تقريبا مع إنشاء قليل لوضعه بين القفازين لحمايته (زيد محمود علي، 2009، ص 70)

### 5-3-المدرسة الأمريكية:

لا يهتم لاعبوها بالتغطية في وقفة الإستعداد بل يعتمدون على حركات سريعة من الجذع و القدمين أحيانا في الدفاع أما اللكمات فيعتمدون على قوة اللكمة من أي نوع ولذلك فإن الملاكم الذي يتبع هذه المدرسة تجده قوي البنية وخاصة عضلات الذراعين مما يجعل المباراة تنتهي بالضربة القاضية (زيد محمود علي، 2009، ص 70)

### 5-4-المدرسة السوفياتية:

وهي أحدث المدارس جميعا التي تجمع المدرستين الأوروبية و الأمريكية ولذلك نجد أن وقفة الإستعداد قريبة الى المدرسة الأمريكية.

-وقفة الإستعداد في المدرسة السوفياتية السابقة:

\*المسافة بين القدمين تناسب طول اللاعب، هو وضع أحد القدمين للأمام مع لف مشطها للداخل وإنشاء خفيفة في الركبتين

يقابل اللاعب خصمه بجانبه لذا يلف اللاعب الجذع للداخل مع إنشاء خفيفة للأمام مع خفض الكتف المقابل للاعب قليلا وبذلك يساعده على إخراج اللكمات

\*ثني الذراعين لتحمي الذراع المتقدمة الجزء المواجه للخصم من جسم اللاعب مع ثني الذراع الأخرى وتكون القبضة منخفضة قليلاً بحيث تغطي الجزء المحصور بين الساعدين وذلك لحماية الذقن \*تلف الذقن في عكس إتجاه لف الجذع مع إثشاء خفيفة يتجه النظر للأمام، هذا ورغم إختلاف هذه المدراس نجد أيضاً أن اللاعبيين يختلفون من حيث الطول والقصر والسمنة والنحافة والجرأة والسرعة والرشاقة لذلك فلكل منهم مدرسته التي تناسبه تبعاً لإمكانياته وقدراته، وعلى هذا الأساس فمن الخطأ أن نقول ان هناك مدرسة أحسن من أخرى، ورغم إختلاف المدراس في وقفة الإستعداد إلا أن معظم المديرين في العالم يتبعون الوضع الأساسي التي تتوفر فيها الشروط المتفق عليها لدى جميع خبراء اللعبة مثل الإرتزانوالإرتخاء والتغطية وسهولة الحركة وهي أربعة شروط مهمة ليقف عليها الملاكم بوقفته الأساسية. (زيد محمود علي، 2009، ص 71).

### 6- التمويل:

يتبارى الملاكمون المحترفون لكسب الأموال في مباريات ينظمها متعهدو الحفلات الرياضية. وقد يكون منظم الحفلة الرياضية فرداً أو شركة. يستأجر المتعهد ميداناً للتنافس أو ملعباً مدرجاً، ويتفق على المبلغ المطلوب دفعه لكل ملاكم، و يبيع التذاكر، ويقوم بجميع الترتيبات الضرورية الأخرى. وقد يتسنى للمتعهد أن يبيع للتلفاز والإذاعة حق نقل المباريات المهمة.

يجدول المتعهد عدة مباريات لتجري في نفس الليلة. وتكون أبرز المباريات في الجدول المباراة الرئيسية بين ملاكمين من ملاكمي القمة. وتأتي قبل المباراة الرئيسية عدة مباريات تمهيدية بين ملاكمين أقل أهمية. وتجدول معظم المباريات التمهيدية لأربع أو ست جولات.

يكون لمعظم الملاكمين المحترفين مديرو أعمال يتولون إدارة شؤون أعمالهم. فالمدير يعقد الاتفاقيات مع متعهدي الحفلات الرياضية لإقامة المباريات، ويتعاقد مع موظفي الملاكم، ويجهز معسكر التدريب. ويكسب مدير الأعمال أموالاً تصل إلى ثلث الجائزة المالية. ويشمل موظفو الملاكم مدرباً ومساعد مدرب أو مساعدين أو ثلاثة. يقوم المدرب بتدريب الملاكم على أساليب الملاكمة، ويوجه خطة الملاكمة الإستراتيجية أثناء المباريات. ويقدم المساعدون العون للملاكم بين جولات المباراة.

يدفع متعهدو الحفلات الرياضية للملاكمين الأقل خبرة أجوراً محددة. أما الملاكمون المشهورون، فيتلقون عادة نسبة مئوية من الشباك، المبلغ المدفوع للتذاكر. ويشاركون أيضاً في أرباح مبيعات أي حقوق لنقل الحفل.

### 7- التنظيم:

تعد جمعية الملاكمة العالمية، ومجلس الملاكمة العالمي المنظمين الدوليتين اللتين توصيان بالقواعد لأعضائهما. وتحدد كل منظمة قائمتها الخاصة بالبطولات العالمية. وغالباً ما تختلف قائمتا المنظمين. وتسمح جمعية الملاكمة العالمية، ومجلس الملاكمة العالمي للملاكمة بحمل الملاكم لبطولة واحدة في نفس الوقت.

### 8- الخصائص الفسيولوجية للنشاط الحركي لرياضة الملاكمة:

من المسلم ان نشاط الملاكمة يتميز بالعمل الديناميكي المميز بالقوة والسرعة والقدرة الحركية المتغيرة التي تلاحظ في حركات الملاكمين اثناء توجيه اللكمات المختلفة او الدفاع ضد اللكمات المختلفة للمنافس والتي تتوقف فعل وسلوك

المنافس ,هذه القدرة الحركية المتغيرة الشدة تكون كبيرة جدا اثناء المباراة في جولات محددة الزمن والعدد تتخللها فترات قصيرة من الراحة تكون غير كافية لاستعادة الشفاء بصورة كاملة وهكذا ,من جديد تستمر المباراة ويبدأ الملاكم الجولة الثانية اثناء وجود دين او كسجيني والتغيرات الوظيفية الاخرى التي تنتج عن الجولات السابقة.

وكقاعدة عامة يصاحب النشاط العضلي انخفاضاً في القدرة على العمل وبعد انتهاء العمل في فترة استعادة الشفاء تعمل الاجهزة الحيوية للرياضي في استعادة احتياطي الطاقة وتدخل الاجهزة الوظيفية المختلفة في حالة الاستعداد للعمل . كل هذه العمليات لا توفر فقط استعادة القدرة على العمل للرياضي ,ولكن تساعد على تحسين وقتي ,ولذلك فان زيادة القدرة على العمل في عمليات التدريب لا توقف فقط على حجم وشدة الحمل ,ولكن على استمرار الراحة الفترية بين تنفيذ التمرينات . ونتيجة لذلك فان من الضروري حساب خصائص عمليات استعادة الشفاء اثناء تخطيط التدريب , واقرب مثال على ذلك ان التفاعلات الكيميائية المؤكسدة توفر وتضمن تحليل المواد الكيميائية الغنية بالطاقة.

اثناء التدريب المنظم يقل معدل النبض ,والتنفس , ويقل الضغط الشرياني وتنقص التهوية الرئوية في الراحة وايضا محتويات حمض اللاكتيك في الدم.

الحد الاقصى لاستهلاك الاوكسجين اثناء العمل على الفيولوارجوميتر عند الملاكمين وزن 48-71 كيلو جرام كان 61.3 مليلتر/كجم واكثر من 71. كجم كان 57.2 مليلتر/كجم . في وقت المباراة يلاحظ ان التوتر الانفعالي العظمى يكون بدرجة كبيرة ,وفقد الطاقة لثلاث جولات يكون تقريبا 200 كال . مرات التنفس اثناء المباراة يكون 30 الى 60 مرة /دقيقة , التهوية الرئوية تصل 90 لتر /دقيقة ,واستهلاك الاوكسجين حتى 2.3 لتر /دقيقة . بعد المباراة معدل النبض يصل الى 200 ضربة/دقيقة ,وفي المتوسط اكثر من 180 ضربة/دقيقة ,

الضغط الانقباضي يكون . 140-200 MM/Pt .Ct الدين الاكسجيني يكون 1.2 الى 2.3 لتر/دقيقة , ومستوى حمض اللاكتيك في الدم من 100 الى 150 مليجرام % ,زيادة معدل ضربات القلب في المباراة (اللكم الحر الغير مقيد بواجب ) تتوقف في كثير من الاحوال على الحالة النفسية للملاكم.

بعد المباراة يلاحظ ان الملاكم يفقد من وزنه من 0.3 الى 3.3 كيلو جرام ,وفي البول يكون به زلال او بروتين ,وفي الدم تزيد محتويات كرات الدم البيضاء.

وقيم يلي توضح مستوى رد الفعل الناتج من النشاط الحركي لرياضة الملاكمة (مستوى الدرجة الاولى) بالمعهد المركزي للتربية البدنية بموسكو بالاتحاد السوفيتي 1979.(السعيد على نداء-محمد الكيلاني،1970،ص32-33)

عدد العينة	النص/ الدقيقة	النسبة المئوية للاستهلاك	استهلاك الاكسجين لتر/دقيقة	التدريبات
22	120	50	1.93	1- ملاكمة خيالية.
23	162	61	2.35	2- تدريبات لتحسين عناصر التنكيك مع المسافس.
22	162	77	2.98	3- جولة في ظروف المباراة.
22	186	86	3.33	4- مباراة لكم حر
22	186	78	2.73	5- تدريبات على كيس اللكم.
22	126	51	1.98	6- تدريبات على الكرة الممتدة.
24	124	44	1.96	7- تدريبات على الوثب بالحبل.
24	186	76	2.78	8- لكم مع الزميل :
25	192	83	3.01	الحولة الاولى .
22	198	87	3.15	الحولة الثانية.
				الحولة الثالثة.

جدول رقم (01) : يوضح مستوى رد الفعل الناتج من النشاط الحركي لرياضة الملاكمة (مستوى الدرجة الاولى)

#### 9- مفهوم الانتقاء:

هو الأسلوب العلمي والتخطيطي المدروس للوصول إلى أفضل الخانات المباشرة بالنجاح المستقبلي، وأيا كانت الإمكانيات المادية والبشرية المتوافرة فإنها لن تجدي نفعا إذا لم توجه عبر عناصر بشرية مباشرة بنجاح (هاشم أحمد سليمان، ص1، من8).

ويعرف الانتقاء بأنه " اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في نشاط رياضي معين " (محمد محمود عبد الدلم، محمد صبحي حسنين: ، 1999، ص196)

#### 9-1- مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي:

الانتقاء الرياضي هو عملية اختيار انسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات و قدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط (محمد لطفي طه، 2002، ص13)

بينما يرى البعض الآخر بأنه " عملية يتم فيها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين أو اللاعبات من خلال عدد كبير منهم خلال برنامج زمني يتوافق و مراحل برامج الإعداد (هدى محمد محمد الحضري ، 2003، ص19).

### 9-2- أهمية عملية الانتقاء:

تستهدف عملية الانتقاء في المجال الرياضي بصفة عامة اختيار لأفضل الرياضيين لممارسة نشاط رياضي معين و الوصول إلى مستويات عليا في هذا النشاط وقد ظهرت الحاجة إلى هذه العملية نتيجة اختلاف اللاعبين في استعداداتهم النفسية والبدنية والعقلية وقد أصبح من المسلم له أن إمكانيات وصول الرياضي إلى المستويات العليا في المجال الرياضي تصبح أفضل إذا أمكن من البداية انتقاء الرياضي وتوجيهه إلى نوع الرياضة المناسبة والتي تتلاءم مع استعداداته وقدراته المختلفة و التنبؤ بدقة بمدى تأثير عملية التدريب على نمو وتطوير تلك الاستعدادات و القدرات بطريقة فعالة تمكن اللاعب من تحقيق التقدم المستمر في نشاطه الرياضي وذلك هو جوهر عملية الانتقاء (هاشم أحمد سليمان: المرجع نفسه).

### 9-3- هدف عملية الانتقاء:

يشير عادل عبد البصير "أن الهدف من عملية الانتقاء مايلي:

- الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لقدراتهم وميولهم.
- تحديد الصفات النموذجية لكل نشاط.
- تكريس الوقت والجهد و التكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية.
- توجيه عملية التدريب لتنمية وتطوير اللاعب في ضوء ما يجب الوصول إليه" (يحي السيد الحاوي ، 2002، ص37-38)

### 9-4- الواجبات المرتبطة بالانتقاء الرياضي:

1. التحديد الجيد للصفات النموذجية التي يتطلبها نوع النشاط الرياضي ويتم ذلك من خلال وضع نماذج لأفضل مستوى من الرياضيين في كل نوع من النشاط الرياضي حتى يمكن الاسترشاد منها في عملية الانتقاء.
2. التنبؤ ويعتبر من أهم واجبات الانتقاء حيث أننا إذا لم نستطع التنبؤ بالاستعدادات التي لم يمكن التعرف عليها في المراحل الأولى(مراحل اكتشاف المواهب) فلا فائدة من عملية الانتقاء.
3. العمل على رفع فاعلية عمليات الانتقاء من خلال إجراء الأبحاث والدراسات المتخصصة.
4. مراعاة التنظيم الجيد لخطوات عملية الانتقاء وذلك في ضوء الأسس العلمية بمختلف جوانبها(محمد لطفي طه مرجع سابق، ص17-18)

### 9-5- أنواع الانتقاء في النشاط الرياضي:

تهدف عملية الانتقاء في المجال الرياضي دراسة أوجه النشاط البدني والنفسي التي يشترك فيها أفراد المجتمع جميعا، أي أوجه الشبه بينهما كالإدراك والتفكير والتذكر والتعلم والتدريب، ومن ضوء الأهداف السابقة يمكن إجراء أنواع الانتقاء إلى: (- قاسم حسن حسين وفتحى المهشيش يوسف ، 1999، ص95).

- الانتقاء بغرض التوجيه إلى اللعبة الرياضية التي تناسب المواهب.
- الانتقاء لتشكيل الفرق المتجانسة ومن هنا يتطلب استخدام الدراسات النفسية للفرق الرياضية.
- الانتقاء للمنتخبات القومية من بين الرياضيين ذوي المستويات العليا.

- ويرى محمد لطفي طه: "أن أنواع الانتقاء الرياضي تنقسم إلى أربعة أنواع كما حددها "بولجوكوفا" 1986 وهي:

- الانتقاء بغرض الاستدلال على نوع النشاط الرياضي المناسب للمبتدئ، وفيه ينصح الوالدين بالتعرف على قدرات أبنائهم من خلال إتاحة الفرصة أمامهم لممارسة مجموعة من الأنشطة الرياضية المتشابهة وليست نشاطا لذاته (مجموعة الألعاب الجماعية، مجموعة المنازل الفردية، مجموعة الأنشطة الدورية، مجموع الأنشطة ذات التوافق الصعب).
- الانتقاء بغرض الكشف عن الاستعدادات الخاصة للعبة لدى الطفل الناشئ، ويجري هذا الانتقاء في المراحل الأساسية من الإعداد طويل المدى ضمانا لتحقيق أفضل النتائج الرياضية في نشاط رياضي معين.
- الانتقاء بغرض تشكيل فريق (جماعة) رياضي للاشتراك في المنافسات كمجموعة متجانسة كتشكيل فرق الألعاب الجماعية وفرق التجديف... الخ، ويساعد هذا النوع من الانتقاء على تجنب الكثير من المشكلات المرتبطة بالتوافق النفسي التي قد تنشأ بين أعضاء الفريق.
- الانتقاء بهدف تشكيل المنتخبات الرياضية على المستوى القومي والاولمبي من بين مجموع اللاعبين ذوي المستويات العليا، وتكمن صعوبة هذا النوع من الانتقاء في التقارب بين هؤلاء اللاعبين من حيث المستوى والحالة التدريبية (محمد لطفي طه ، مرجع سابق، ص18-19).

### 9-6- مراحل الانتقاء الرياضي:

#### 9-6-1- مرحلة انتقاء الرياضي :

- تعني هذه المرحلة محاولة جذب اهتمام اكبر عدد ممكن من الأطفال الناشئين والهويين نحو إمكانية ممارسة الفعاليات الرياضية، ويتم ذلك من خلال السباقات والمنافسات الرياضية وذلك من خلال الاختبارات التي تجري عليهم لغرض التعرف على مستويات ومعدلات نموهم البدني والمهاري، وتنحصر هذه المرحلة بالفئة العمرية (6-8 سنوات) لغرض فحصهم وانتقاء من تتوفر لديهم المتطلبات الأساسية للفعاليات الرياضية مستعينا بالوسائل الفعالة التالية:
- الملاحظة التربوية.
  - الاختبارات.
  - المسابقات والمحاورات التجريبية.
  - الدراسات والفحوص النفسية.
  - الفحوص الطبية والبيولوجية.

#### 9-6-2- مرحلة الفحص المتعمق:

- وتعني هذه المرحلة تعميق الفحص بالنسبة للناشئين الذين يرغبون في التخصص في نشاط رياضي محدد، وتبدأ هذه المرحلة بعد فترة تتراوح بين (03 إلى 06) أشهر من بدء المرحلة الأولى، ويتم الانتقاء لهذه المرحلة المتعمقة وفقا للمرحلة التمهيديّة، بتسجيل الناشئين بمركز الأندية والمدارس بغرض التدريب وتخضع هذه المرحلة لنفس الوسائل المستخدمة للمرحلة الأولى في الانتقاء.

### 9-6-3- مرحلة التوجيه الرياضي:

وتشمل الناشئين بعمر (12 إلى 15 سنة) يخضع الناشئين إلى دراسة مستديمة طويلة من خلال الوسائل المستخدمة في الانتقاء الذي سبق ذكره في المرحلة الأولى لغرض التحديد النهائي للتخصص الفردي إذ تعد هذه المرحلة مرحلة بطولة في بعض الفعاليات الرياضية كالسباحة، الجمباز.

### 9-6-4- مرحلة انتقاء المنتخبات:

تعني هذه المرحلة انتقاء الناشئين الشباب للمنتخبات الوطنية ممن تتوفر فيهم المواصفات البدنية، النفسية، العقلية والمهارية من مراكز الأندية الرياضية، وتنحصر هذه الفئة العمرية بين (15 إلى 18 سنة)، وتخضع إلى نفس الوسائل المستخدمة في الانتقاء الرياضي للمرحلة الأولى (محمد لطفي طه ، ص21-22)

- ويرى الدكتور "يحي السيد الحاوي" أن عملية الانتقاء تتمثل في ثلاث مراحل هي:

#### أ- المرحلة الأولى الانتقاء المبدئي:

وتهدف هاته المرحلة إلى تحديد الحالة الصحية العامة، تحديدا دقيقا من خلال الكشف الطبي الشامل على جميع أجهزة الجسم الحيوية للناشئ، وكذلك تحديد الخصائص الجسمية والوظيفية والسمات الشخصية الخاصة به.

#### ب- المرحلة الثانية الانتقاء الخاص:

وتهدف هذه المرحلة إلى انتقاء أفضل العناصر الناشئين من بين من نجحوا في المرحلة الأولى، وتوجيههم إلى نوع النشاط الرياضي المناسب والذي يتلاءم مع إمكانياتهم وقدراتهم، وفي هذا يكون الناشئ قد مر بفترة تدريب كافية لا تقل عن مدة عام.

#### ج - المرحلة الثالثة الانتقاء التأهيلي:

تهدف هذه المرحلة إلى تحديد أفضل العناصر بعد تدريبهم وذلك لتحقيق المستويات العالية، ويكون التركيز في هذه المرحلة إلى تنمية الاستعدادات الخاصة لدى الناشئ والتي تتغلبها الرياضة الممارسة، كما يؤخذ في الاعتبار قياس الجانب الاجتماعي والنفسي كالثقة بالنفس والشجاعة في اتخاذ القرارات (يحي السيد الحاوي ، مرجع سابق، ص39-40)

### 9-7- العوامل النفسية ودورها في عملية الانتقاء:

#### 9-7-1- دور العوامل النفسية في عملية انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي:

إن العوامل النفسية تعني المقدرة في استثمار المميزات الجسدية والوظائفية والحركية حسب درجة الجهد التي تحتاجها الرياضية المعنية، ونظرا لتعدد الأنشطة الرياضية، فقد أصبح لكل نشاط رياضي متطلباته النفسية التي ينفرد بها عن غيره من الأنشطة الرياضية الأخرى، سواء بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية أو القدرات الخطئية المطلوبة لتنفيذه، أو بالنسبة لما يتطلبه النشاط من عمليات عقلية، أو بالنسبة لما ينبغي أن يتميز به الرياضي من سمات نفسية معينة وتعد القدرات العقلية مثل الانتباه، الإدراك، الذكاء، التوقع، رد الفعل، و العوامل الوجدانية من أهم الموضوعات التي يجب الاهتمام بها وذلك للدور الكبير الذي تؤديه في السلوك الحركي وفي انفعالات الرياضي واستجاباته خلال اشتراكه في النشاط الرياضي، إذا أن استخدام القدرات العقلية و العوامل الوجدانية من وإلى أقصى درجة يزيد من الجهود المبذول من قبل الرياضي سواء في التدريب أو في المنافسات الرياضية. (www.shbahhoda.com).

وفي المجال الانتقاء فتحتمل العوامل النفسية أهمية واسعة في مراحل الاختبار المختلفة فهي تمثل مقياسا ومؤشرا يمكن من خلالها التنبؤ بقدرة الرياضي الموهوب وإمكانياته في المستقبل لتحقيق الانجاز العالي.

ويؤدي التشخيص النفسي دورا مهما خلال مراحل الاختبار المختلفة بهدف تقويم الخصائص النفسية للناشئ الموهوب، ومدى استعداداته للمنافسة، وترتبط هذه الخصائص و الاستعدادات بالمتطلبات النفسية لممارسة النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه الرياضي، وتحدد العوامل النفسية بعملية انتقاء الموهبين في المجال الرياضي بالنقاط التالية:

### أ- السمات الشخصية الرياضية:

لكل رياضي شخصيته المتميزة عن وزملائه على الرغم من اتفاقه معهم في بعض الجوانب لكن عند تناول البنية الكلية لسمات وخصائص شخصية الموهوب نجد مختلفا عن أقرانه بالشخصية ، ويمكن تقسيم هذه السمات إلى:

### ب- سمات عقلية و معرفية:

وهي ترتبط بالذكاء و القدرات العقلية وإدراك الرياضي للعالم الخارجي (قدرات الإدراك البصري-السمعي - الحركي)

### ج- سمات انفعالية ووجدانية:

تظهر في أساليب النشاط الانفعالي و دوافع الرياضي و ميوله واتجاهاته وأسلوب مواجهته للمواقف الاجتماعية و التكيف معها سمات مزاجية، السمات الخلقية والإدراكية (مثل الجرأة، التصميم، المثابرة، ضبط النفس... الخ و الميول والاتجاهات.

### د- توافر الإدارة القوية:

مما لا شك فيه أن التركيز على السمات الشخصية والإدارية يحقق الوصول للمستويات الرياضية العليا للرياضي الذي يستخدم كل طاقته في الكفاح ولديه الإصرار و العزيمة على الوصول للبطولة، لذا تؤدي الإدارة دورا مهما في ذلك، ولهذا يجب العمل على زيادة الدافعية نحو ممارسة النشاط الرياضي عن طريق المعرفة والافتقار لإدراك الهدف، وللتغلب على ما يعترضه من صعوبات، إذ أن الدافع القوي يزيد من اليقظة وتركيز الانتباه ويؤخر ظهور التعب، ويبعد ظاهرة الملل، ويزيد من مثابرة الرياضي وبذلك يسهم في نجاح عملية التدريب، وخلال مراحل الانتقاء تستخدم البيانات النفسية لتحقيق عدة أهداف أهمها.

-التنبؤ بمعدل سرعة التقدم في أداء المهارات الحركية مستقبلا، إذ يشير المستوى العالي لنمو عمليات التنظيم النفسية إلى سرعة إتقان هذه المهارات و العكس صحيح.

-توجيه عمليات الإعداد للناشئ ورفع مستوى نمو وظائف الجهاز العصبي وتنمية السمات النفسية المطلوبة لنوع معين من النشاط الرياضي .

-زيادة فاعلية الاختبارات النفسية وعمليات التشخيص النفسي خلال مراحل الانتقاء، إذ استفاد كمن البيانات المجمعة من مرحلة إلى مرحلة أخرى.(www.shbabhohda.com).

### 9-8-المبادئ و الأسس العلمية لعمليات الانتقاء:

هناك بعض المبادئ التي يجب مراعاتها عند إجراء عمليات الانتقاء لتقرير صلاحية اللاعب، وقد حدد "ميلينكوف" (1987) تلك المبادئ على النحو التالي:

#### 9-8-1-الأساس العلمي للانتقاء:

إن صياغة نظام الانتقاء لكل نشاط على حدة، أو لمواقف تنافسية معينة يحتاج إلى معرفة جيدة للأسس العلمية الخاصة بطرق التشخيص والقياس التي يمكن استخدامها في عملية الانتقاء، حتى نضمن تفادي الأخطاء التي يقع فيها البعض.

#### 9-8-2-شمول جوانب الانتقاء:

إن مشكلة الانتقاء في المجال الرياضي متشابكة ومتشعبة الجوانب، فمنها الجانب البدني والمورفولوجي والنفسي ولا يجب أن تقتصر عمليات الانتقاء على مراعاة جانب دون آخر، فعند تقرير صلاحية اللاعب يجب الانطلاق من قاعدة متكاملة بحيث تضمن كافة جوانب الانتقاء.

#### 9-8-3-استمرارية القياس والتشخيص:

يعتبر القياس والتشخيص المستمر من المبادئ الهامة حيث أن الانتقاء في المجال الرياضي لا يتوقف عند حد معين، وإنما هو عملية مستمرة من الدراسة والتشخيص للخصائص التي يتطلبها نوع النشاط الرياضي، تلك الدراسة تجرى بانتظام خلال مختلف مراحل الحياة الرياضية للاعبين بغرض تطوير وتحسين أدائهم الرياضي.

#### 9-8-4-ملائمة مقاييس الانتقاء:

إن المقاييس التي يعتمد عليها في تقرير الصلاحية يجب أن تتسم بالمرونة الكافية وإمكانية التعديل، حيث أن المتطلبات المفروضة على اللاعب سواء في ارتفاعها وانخفاضها، تظهر مرحليا بتغيير ما يطلب منه من حيث ارتفاع وانخفاض حلبة المنافسة الرياضية سواء في الداخل أو خارج الوطن.

#### 9-8-5-البعد الإنساني للانتقاء:

إن استخدام الأسلوب العلمي في عمليات الانتقاء والحصول على نتائج تتسم بالدقة والموضوعية أمر ضروري لحماية اللاعب من الآثار السلبية للأعمال البدنية والنفسية التي قد تفوق قدراته وطاقاته أحيانا، فضلا عن حمايته من الشعور بالإحباط وخيبة الأمل ناتجة عن الفشل المتكرر، الذي قد يتعرض له في حالة اختيار نوع النشاط الرياضي الذي لا يتناسب مع استعداداته وقدراته .

#### 9-8-6-العائد التطبيقي للانتقاء:

حتى يتحقق العائد التطبيقي المطلوب يجب أن تكون الإجراءات الخاصة بعملية الانتقاء اقتصادية من حيث الوقت والمال الذي ينفق على الأجهزة والأدوات وإعداد الكوادر، حتى يمكننا من ذلك استمرار الفحوصات وتكرارها بين الحين والآخر لإعطاء التوجيهات اللازمة على أساس نتائج تلك الفحوصات.

9-8-7- القيمة التربوية للانتقاء:

إن نتائج الفحوصات لا يجب الاستفادة منها في عملية انتقاء الرياضيين الأفضل استعدادا فحسب، وإنما يجب استخدامها كذلك في تحسين ورفع فعالية عمليات التدريب عند وضع وتشكيل برامج الإعداد وتقنين الأعمال، وكذلك تحسين ظروف ومواقف المنافسات.... الخ (محمد لطفي طه ، مرجع سابق، ص23، 24).

9-9- محددات عملية الانتقاء:

9-9-1- محددات بيولوجية: وتشمل على العوامل والمتغيرات البيولوجية التي يتركز عليها التنبؤ الجيد في عملية الانتقاء بمراحله المختلفة.

9-9-2- محددات سيكولوجية: وتشمل على العوامل و المتغيرات النفسية التي تتركز عليها التنبؤ الجيد في عملية الانتقاء بمراحله المختلفة.

9-9-3- الاستعدادات الخاصة: وتشمل على الاستعدادات الخاصة بأنواع الفعاليات و الألعاب الرياضية المختلفة، إذ لكل نشاط رياضي متطلبات تختلف عن متطلبات النشاط الأخر وهذه الاستعدادات قد تكون بيولوجية أو سيكولوجية.

فالتقسيم السابق لمحددات الانتقاء لا يعني عزل الواحد عن الآخر لان هناك علاقة تفاعل متبادلة بينها وتتاثر جميعها بالتدريب والظروف البيئية المحيطة باللاعب (قاسم حسن حسين وفتحى المشهش يوسف ، مرجع سابق، ص101).

9-10- العمر المناسب للانتقاء في كرة القدم:

تشير بعض آراء الخبراء إلى أن العمر المناسب للانتقاء الناشئين في كرة القدم هو من 8-10 سنوات، بينما تشير آراء أخرى إلى أن العمر المناسب هو (9-12 سنة) على أساس أن هذا العمر يسمح للناشئين بإتقان المهارات الأساسية لكرة القدم.

كما أن إعداد اللاعبين بعد ذلك يتطلب فترة من 8 إلى 10 سنوات، وخلال هذه الفترة يمر الناشئ بالمراحل المختلفة للانتقاء للتأكد من مستويات تقدمه وعلى ذلك يحكم اعتبار عملية الإتقان مستمرة من سن العاشرة إلى نهاية مرحلة الناشئين 18 سنة.

9-11- العوامل الأساسية للانتقاء الرياضيين:

حسب "هان" سنة 1982 فإن انتقاء اللاعبين المميزين يجب أن يؤخذ بالحسبان عوامل وخصائص عديدة وهي المحددة للنتائج المستقبلية المتمثلة في: (بن قوة علي ، 1997، ص8،9).

• المعطيات الانثروبومترية: القامة، الوزن، الكثافة الجسمية (العلاقة بين الأنسجة العضلية والأنسجة الدهنية)، مركز ثقل الجسم.

• خصائص اللياقة البدنية: مثل المداومة الهوائية واللاهوائية، القوة الثابتة، الديناميكية، سرعة رد الفعل والفعل (سرعة الحركة... الخ).

• الشروط التقنية الحركية: مثل التوازن، قدرة تقدير المسافة، الإيقاع، قدرة التحكم في الكرة... الخ.

• قدرة التعلم: سهولة اكتساب قدرة الملاحظة والتحليل والتعلم والتقييم.

- التحضير أو الإعداد للمستوى: المواظبة أو الانضباط والتطبيق في التدريب.
  - القدرات الإدراكية والمعرفية: مثل التركيز، الذكاء الحركي (ذكاء اللاعب)، الإبداع، القدرات التكتيكية.
  - العوامل العاطفية: الاستقرار النفسي، الاستعداد والتهيؤ للمنافسة، مقاومة التأثير الخارجي، التحكم في توتر القلق.
  - العوامل الجسمانية: مثل قبول الدور في اللعب، مساعدة الفريق.
- واقترح الباحث الدكتور "عماد صالح عبد الحق" خلال بحثه المطروح في الانترنت أهم القياسات التي يجب مراعاتها أثناء عملية الانتقاء هي: (بن قوة علي، 1997، ص8،9).

أ-القياسات الجسمية.

ب-القياسات الفيزيولوجية.

ت-القياسات البدنية.

ث-القياسات المهارية والحركية.

ج-القياسات النفسية.

### 9-12-الدلائل الخاصة بالانتقاء:

هناك طريقتان للبحث عن المواهب الرياضية وهما: (عصام حلمي، محمد جابر بيرقع، 1997، ص286).

-الطريقة الطبيعية: والتي تعتمد على الملاحظة.

-الطريقة العلمية: والتي تعتمد على أسس علمية، وهي تتعلق بالعالم البولندي "بليك"

### 9-13-الأسلوب العلمي وانتقاء اللاعبين:

-مازال الكثير من مدربي الرياضات المختلفة يستمسكون بالأساليب غير العلمية والتي تعتمد على الخبرة الذاتية والصدفة والملاحظة وغيرها بالرغم من توافر العديد من نماذج الانتقاء في الكثير من الرياضات.

-مازالت الإجابة على كافة أسئلة الانتقاء في المجال الرياضي غير تامة منها على سبيل المثال تحديد نوعية الصفات البدنية والنفسية والمهارية وخصائص اللاعبين في مرحلة التفوق الرياضي، واستخدام هذه البيانات في تحديد نموذج

للانتقاء والتوجيه أو ما اصطلح على تسميته(نماذج أفضل اللاعبين).

-يحقق انتقاء اللاعبين بالأسلوب العلمي المزايا التالية:

-يقلل الوقت الذي يستغرقه اللاعب في الوصول لأفضل مستوى ممكن.

-يحقق عمل المدربين مع أفضل الخامات المتوافرة.

-يوفر للناشئين فرصة للتدريب مع مدربين أفضل.

-يتيح الفرصة للناشئين الموهوبين فعلا للوصول إلى المستويات العالية.

-توفير درجة تجانس واحدة بين الناشئين مما يحفزهم على الارتقاء بمستوى الأداء.

-الاختيار بالأسلوب العلمي يوفر للناشئين ثقة اكبر مما ينعكس ايجابيا على التدريب والأداء الرياضي(مفتي إبراهيم حماد، 1998، ص324).

#### 9-14- مزايا انتقاء الناشئين بالأسلوب العلمي:

إن إتباع الأسلوب العلمي في انتقاء الناشئين الموهبين عدد من المزايا هي كمايلي:

1. إن الانتقاء الأسلوب العلمي يقصر الوقت الذي يمكن أن يستغرقه الناشئ للوصول إلى أفضل مستوى ممكن للأداء.
  2. إن الانتقاء من خلال الأسلوب العلمي يساعد المديرين في العمل مع أفضل الخامات المتوافرة من الناشئين.
  3. إن انتقاء الناشئين بالأسلوب العلمي يمكن أن يوفر الفرصة للعمل مع مدرين أفضل.
  4. إن انتقاء بالأسلوب العلمي يتيح الفرصة للناشئين الموهوبين فعلا للوصول إلى المستويات العالية.
  5. إن درجة تجانس الناشئين الموهوبين تكون واحدة تقريبا مما يحفزهم مع تقدم مستويات الأداء.
- إن انتقاء الناشئين من خلال الأساليب العلمية يعطيهم الثقة أكبر حيث يؤثر ذلك ايجابيا في التدريب و الأداء(سديرة سعد ، 2004).

#### 9-15- فوائد الانتقاء:

لا تقتصر وظيفة الانتقاء على اختيار أكفأ الرياضيين الموجودين في المجال الرياضي، بل يفيد أيضا في توزيع الأعمال على المديرين و الملمين في مكاتب اللجنة الدولية والاتحاديات الرياضية، كما يفيد تطور الرياضيين الناشئين إلى المستويات أعلى ونقلهم من مستوى أو درجة إلى أخرى، أما الفوائد التي يجنيها الرياضي الناشئ من اختيار الفعالية أو اللعبة، ويكفي أن بعض الخسائر التي يمكن أن تتكبدها الحركة الرياضية تمكن في إساءة الاختبارات الرياضية:

1. فالرياضي الناشئ غير الكفاء أقل تطور أو مستوى من غيره، ولقد دلت بحوث ودراسات عديدة لايرقى إليها الشك على أن استخدام الطرق المورفولوجية و الفزيولوجية و السيكولوجية في الاختبار يؤدي إلى تحسن هائل في المستويات الرياضية، وهذا ليس بمستغرب، فالفوارق بين الأفراد هي القدرة على أداء عمل معين شائع.
2. والرياضي الضعيف يحتاج إلى مدة أطول من التدريب، ومن ثم إلى عقبات أكبر، ومع هذا فليس هناك ما يضمن وصوله إلى مستوى المهارة المطلوبة.
3. إن الرياضي الناشئ الضعيف في مستواه يتطلب وقتا وجهدا أكثر من ذي المستوى الجيد وتلك خسارة غير منتظرة تتحملها الحركة الرياضية.

4. وكم من الأخطاء يرتكبها الرياضي الناشئ غير الكفاء مما يؤدي إلى تلف الأدوات والأجهزة الرياضية.
5. والرياضي الناشئ القاصر مصيره في أكبر الظن أن يترك عمله طائعا أو كارها مما يظهر النادي أو المؤسسة أو الاتحاد إلى التفتيش من البديل و الإنفاق على تدريبهم لفترة تطول أو تقصر.
6. هذا وان توافق الرياضيين معه فعاليتهم، ولعبهم قد يجعله مصدرا للمشاكل و المتاعب و انخفاض الروح المعنوية للآخرين.

وترى بعض الدراسات أن أكثر الاختبارات استعمالا في التوجيه و الانتقاء هي مقاييس الكفاية و الاستعداد والميل و المزاج و الخلق و الاتجاهات(قاسم حسن حسين، فتحي المشهش يوسف ، مرجع سابق، ص101).

### 9-16- نماذج برامج انتقاء الناشئين:

تعددت وجهات النظر في وضع برامج انتقاء الناشئين إذ لا يوجد برنامج محدد للانتقاء يمكن تطبيقه في كافة الرياضات.

نقصد بالبرنامج المراحل التنفيذية المتسلسلة التي تستخدم في انجاز عملية الانتقاء بشكل عام في أي رياضة بغض النظر عن نوعها.

في مايلي سوف نعرض بعض وجهات النظر في الخطوط الرئيسية لبرامج الانتقاء بشكل عام:

### 9-16-1- نموذج جيمبل: "GIMBLE"

باحث ألماني يبحث على انتقاء الناشئين ويرى أهمية تحليل الناشئين من خلال ثلاثة عناصر مهمة وهي:

-القياسات الفيزيولوجية و المورفولوجيا

-القابلية للتدريب.

-الدوافع.

اقترح جيمبل تحليل الناشئين المطلوب الانتقاء من خلال عوامل داخلية وأخرى خارجية كما يلي:

1. تحديد العناصر الفيزيولوجية و المورفولوجية و البدنية التي تؤثر في الأداء الرياضي.

2. إجراءات الاختبارات الفيزيولوجية و المورفولوجية و البدنية في المدارس ثم الاعتماد على نتائجها في تنفيذ برامج تدريب تناسب كل ناشئ.

3. تنفيذ برنامج تعليمي للرياضة التخصصية يتراوح زمنه ما بين 12 إلى 24 شهر، ويتم خلاله إخضاع الناشئ للاختبارات و رصد و تحليل تقدمه و التتبع.

4. إجراء دراسات تنبؤية لكل ناشئ و تحديد احتمالات نجاحه مستقبلا في الرياضة التخصصية طبقا للمؤشرات الإيجابية و السلبية التي تتضح من الدراسة.

### 9-16-2- نموذج "دريك": "DRIKE"

اقترح دريك ثلاثة خطوات للانتقاء الناشئين في الرياضة وهي كما يلي:

• **الخطوة الأولى:** تتضمن إجراء قياسات تفصيلية في الجوانب التالية:

1. الحالة الصحية العامة.

2. التحصيل الأكاديمي.

3. الظروف الاجتماعية و التكيف الاجتماعي.

4. النمط الجسمي.

5. القدرات العقلية.

• **الخطوة الثانية :**

وأطلق عليها مرحلة التنظير، وتتضمن مقارنة سمات و خصائص جسم ناشئ في النمط و تكوينه بالخصائص المطلوبة في الرياضة التخصصية و في الرياضة بشكل عام.

• الخطوة الثالثة :

وتتضمن هذه المرحلة تخطيط برنامج تدريبي ينفذ قبل بدء الموسم، ويتم تتبع أداء الناشئين في كافة الجوانب البدنية والمهارية و الخططية و النفسية ودرجة تكيفهم للتمرين، ثم بعد ذلك تتم عملية التقييم التي يتم من خلالها الانتقاء(مفتي إبراهيم حماد ، مرجع سابق، ص307-308)

9-16-3- نموذج " بار-أور: BAR-OR "

اقترح بار أور خمس خطوات لانتقاء الناشئين كما يلي:

1. تقييم الناشئين من خلال الخصائص المورفولوجية و الفزيولوجية و النفسية و متغيرات الأداء.
2. مقارنة قياسات أوزان و أطوال الناشئين بمداول النمو للعمر البيولوجي.
3. وضع برامج للتدريب ذات ضغط يتميز بالشدة لفترة قصيرة ثم دراسة تفاعل الناشئين معه.
4. تقويم عائلة كل ناشئين من حيث القياسات المورفولوجية و ممارسة الأنشطة الرياضية.
5. إخضاع الخطوات الأربع السابقة لتحليل علمي من خلال نماذج الأداء(المرجع نفسه، ص309).

- **نُهج التدريب:** إذا كانت المجموعة متجانسة فان عملية التدريب تكون أسهل والنجاح عما إذا كانت المجموعة متباينة من حيث القدرات البدنية (عمر أبو الجهد وجمال النمكي ، 1997 ، ص109).

9-17- علاقة انتقاء بالتنبؤ :

إذا كانت عملية الانتقاء للاعبين في المراحل الأولى تمكن من التعرف على استعداداتهم وقدراتهم البدنية فإن التنبؤ لما ستؤول إليه هذه الاستعدادات والقدرات في المستقبل يعد من أهم أهداف الانتقاء، حيث يمكن إلى حد كبير تحديد مستقبل الرياضي للناشئين ومدى ما يمكن أن يحققه من نتائج، وعلى سبيل المثال إذا كانت حراسة المرمى في كرة القدم تستلزم بالضرورة انتقاء الناشئين أطول قامة، فهل يعني أن أصحاب أطول القامة الذين تم انتقائهم سيظلون في نفس موقعهم بين أقرانهم بالنسبة للطول بعد عشر سنوات مثلاً.

وتعتمد التساؤلات على مدى ثبات نمو الصفات البدنية في مراحل النمو المختلفة، ومتى ظلت معطيات النمو ثابتة خلال مراحل النمو لفرد منذ الطفولة المبكرة وحتى الطفولة المتأخرة، فإنه يمكن التنبؤ بالنمو.

إذ يمكن القول إذا لم يكن ثبات في النمو فإنه لا يمكن التنبؤ، فعامل الثبات يعد من أهم أسس التنبؤ بالنمو البدني(مفتي إبراهيم حماد ، 2001، ص391).

9-18- علاقة الانتقاء ببعض الأسس العلمية:

ترتبط مشكلة الانتقاء ببعض النظريات والأسس العلمية مثل الفروق الفردية والاستعدادات ومعدل ثبات القدرات والتصنيف، وجميعها ذات قيم متباينة وهامة لمشكلة الانتقاء مما يستوجب إلقاء الضوء على المجالات المرتبطة.

9-18-1- علاقة الانتقاء بالفروق الفردية:

إن اختلاف الأفراد في استعداداتهم وقدراتهم البدنية وميولهم واتجاهاتهم في الممارسة الحركية، يتطلب أنواعاً مختلفة من الأنشطة الرياضية تناسب كل فرد، وذلك ما يسمح بتغطية الميول و الرغبات بما يتماشى مع قدرات الأفراد وإمكاناتهم البدنية والعلمية، وبالتالي العملية التدريبية لم يعتمد فيها الأساليب و البرامج الموحدة لكل الأفراد، و

اللاعبين ليسوا قوالب ذات أبعاد موحدة تصب فيها العملية التعليمية و التدريبية، فالأمر يتطلب برامج متنوعة تناسب الطبيعة المختلفة للأفراد وهذا ما يحدث بالفعل في التدريب الرياضي للمستويات العالية(عمر أبو المجد وجمال النمكي ، المرجع السابق، ص109).

### 9-18-2- علاقة الانتقاء بالتصنيف:

التصنيف (classification) له أهداف عدة أهمها:

تجميع الأفراد أصحاب القدرات المتقاربة في مجموعات متقاربة وتنظيم لهم برامج خاصة بهم وهذا يحقق عدة أغراض هي:

1. زيادة الإقبال على الممارسة: فوجود الناشئ داخل مجموعة متجانسة يزيد من إقباله على النشاط، وبالتالي يزداد مقدار تحصيله في هذا النشاط.

2. زيادة التنافس: إذا اقتربت مستويات الأفراد أو الفرق سيزداد تبعاً لذلك التنافس بينهم، فالمستويات شديدة التباين بين الفرق أو الأفراد قد تولد اليأس أو الاستسلام.

3. العدالة: كلما قلت الفروق الفردية بين الأفراد أو الفرق، كلما كانت النتائج عادلة والفرص الممنوحة متساوية.

4. الدافعية: فالمستويات المتقاربة تزيد من دافعية الأفراد والفرق في المنافسة(عمر أبو المجد وجمال النمكي، المرجع السابق، ص109).

### 9-19- الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء وتشجيع المواهب الرياضية:

هناك عدة صعوبات ونذكر منها(مفتي إبراهيم حماد مرجع سابق، ص323).

-الاعتماد على الخصائص الجسمية الثابتة لتحديد والتنبؤ بالرياضي الموهوب أثناء عملية التقييم في حين أن هناك عوامل أخرى نفسية، اجتماعية...وهي متغيرة.

-عدم وجود قياسات ومعايير ثابتة تحدد قدرات الرياضي الموهوب، فالاختبارات التي تجرى أثناء الانتقاء لا تعبر سوى عن نسبة قليلة من قدرات الرياضي الحقيقية.

-أثناء عملية الانتقاء من الصعب الحكم على الرياضي الموهوب نظراً لأن الموهبة هي حالة نادرة.

-عدم وجود سن ثابت بالنسبة لظهور الموهبة، فهي مرتبطة بتطور قدرات الرياضي المختلفة والمتواصلة (جسمية، نفسية، حركية...) مما يطرح مشكلة اكتشافها وانتقائها وتوجيهها نحو التخصص.

## 10- تعريف الصفات البدنية

يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الاتحاد السوفياتي والكتلة الشرفية مصطلح "الصفات البدنية" أو "الحركية" للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية، للإنسان وتشمل كل من (القوة، السرعة، التحمل، الرشاقة، المرونة) ويربطون هذه الصفات بما نسميه "الفورمة الرياضية" التي تتشكل من عناصر بدنية، فنية خطية ونفسية بينما يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الولايات المتحدة الأمريكية عليها اسم "مكونات اللياقة البدنية" باعتبارها إحدى مكونات اللياقة الشاملة للإنسان، والتي تشمل على مكونات اجتماعية، نفسية وعاطفية وعناصر اللياقة البدنية عندهم تتمثل في العناصر السابقة على حسب رأي الكتلة الشرقية بالإضافة إلى (مقاومة المرض، القوة البدنية، والجلد العضلي، التحمل الدوري التنفسي القدرة العضلية، التوافق، التوازن والدقة). وبالرغم من هذا الاختلاف إلا إن كلا المدرستين اتفقتا على أنها مكونات وان اختلفوا حول بعض العناصر (محمود عوض البيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص 171)

وتطرقنا في بحثنا هذا إلى عناصر اللياقة البدنية على حسب رأي الكتلة الشرقية :

### 10-1- أنواع الصفات البدنية:

#### 10-1-1- القوة:

يرى العلماء إن القوة العضلية هي التي يتأسس عليها وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولات الرياضية كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة على تنمية بعض الصفات البدنية الأخرى، كالسرعة التحمل، الرشاقة، كما يرى خبراء الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية إن الأفراد الذين يتميزون بالقوة العضلية يستطيعون تسجيل درجة عالية في القدرة البدنية العامة ويمكن تعريف القوة بأنها قدرة العضلة في التغلب على المقاومات المختلفة (خارجية، داخلية) ومقاومتها. (محمود عوض البيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص 171).

القوة هي « القدرة على تحمل خارجي بفضل المجهود العضلي، و فيزيولوجيا نستطيع تعريف القوة بأنها التوتر الأقصى الذي تحدثه العضلة أثناء التقلص. (Matvieu ( I.P) Apects gonda , Paris 1983)» أما تعريف القوة في مجال اللعبة هي « مقدار العضلات على التغلب على المقاومات المختلفة و قد تكون هذه المقاومات جسم اللاعب نفسه أو المنافس أو الكرة أو الاحتكاك» (حنفي محمود مختار، 1974، ص 62).

#### 10-1-2- أنواع القوة:

يمكننا تقسيم صفة القوة إلى الأنواع الرئيسية الآتية و التي اتفق عليها معظم علماء التربية البدنية و الرياضية:

##### أ — القوة العضلية القصوى:

و تعني « أكبر قوة تستطيع العضلات توليدها من أقصى انقباض إرادي لها. »

##### ب — سرعة القوة:

و تعني « مقدرة العضلات في التغلب على مقاومات باستخدام سرعة حركية عالية. »

##### ج — تحمل القوة:

و تعني « المقدرة على التغلب على المقاومات لفترات طويلة » (مفتي إبراهيم حماد، ، 1993، ص 216).

### 10-1-3- تنمية القوة عند الأطفال ( 9 - 12 سنة )

إن تنمية القوة بلعب دورا هاما في التكوين العام للطفل، كما يجب عند تنمية القوة اخذ الحذر من خصائص الجسم خلال فترة النمو ، حيث يكون الجهاز العظمي للطفل رخو و لين لافتقاره لمادة الكالسيوم ، كما انه يملك مقاومة ضعيفة ، و على حسب " واينتس " الجهاز العظمي لا يكتمل نموه إلا في المرحلة من 17 - 20 سنة (Jurgenweineck ,1985)

إن الألعاب و الأعمال الحركية التي تعتمد على القوة تستطيع مساعدة الطفل في هذه المرحلة على تحسين القوة في وقت مبطر.

### 10-2- المرونة:

تعد المرونة عنصر مهما من عناصر اللياقة البدنية أثناء الأداء الحركي الرياضي ، كما تشكل مع باقي الصفات البدنية الأخرى الركيزة التي يتأسس عليها اكتساب و إتقان الأداء الحركي فهي تعبر عن مدى الحركة في مفصل واحد أو عدد كبير من المفاصل ، فيعرفها " باروف " بأنها « مدى سهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة » ، أما " خارا بوجي " فيرى بأنها « القدرة على أداء الحركات لمدى واسع » (محمود عوض البسيوني فيصل ياسين الشاطبي ، مرجع سبق ذكره ، ص 220)

### 10-2-1- أنواع المرونة : هناك نوعان من المرونة:

#### أ — المرونة العامة:

تعني: « مقدرة المفاصل المختلفة بالجسم على العمل في مدى واسع.»

#### ب — المرونة الخاصة:

تعني: « مقدرة المفاصل الضرورية الاستخدام في نشاط ما من العمل في مدى واسع » (مفتي إبراهيم حماد ، ، 1993 ، ص 226)

و هناك علماء يقسمون المرونة إلى نوعين هما.(JurgenWeineck, 1986, P273):

#### ج — المرونة الايجابية:

مقدرة المفصل على العمل في مدى واسع نتيجة لانقباض مجموعات عضلية معينة تعمل على هذه المفاصل ، مثل ثني الجذع أماما بصورة تلقائية بدون مساعدة.

#### د — المرونة السلبية:

تحصل بواسطة الفعالية القوى الخارجية ، أي أقصى مدى للحركة الناتجة عن تأثير بعض القوى الخارجية ، كما هو الحال عند أداء التمرينات بمساعدة الزميل ، و تكون درجة المرونة السلبية اكبر من درجة المرونة الايجابية.

### 10-2-2- تنمية المرونة عند الطفل:

إن الطفل في هذه المرحلة من العمر يملك درجة كبيرة من المرونة المفصلية ، وهذا راجع كون المفاصل و الأوتار لم تنضج بعد ، بحيث نجد إن مرونة العمود الفقري تصل إلى اعلي درجتها في حوالي السن ( 8 - 9 سنوات ) ، ثم بعد

ذلك تنخفض تدريجياً، وتعتبر السن (10-12 سنة) كأفضل سن لتحسين مرونة العمود الفقري (E.Hahn, paris 1981).

ومن جهة أخرى نستطيع أن نلاحظ انخفاض قدرة تمديد الأرجل عند مفصل عظم الفخذ ومرونة مفصل الكتفين ويمكن أن تحدث إصابات إذا تعرضت المفاصل إلى تأثير كبير وممكن أكثر إلى الخطر إذا نشطت بواسطة تمارين غير ملائمة فالتمارين في هذا السن من العمر يستحسن أن تكون على شكل العاب (Jurgenweinech, 1986, P 286).

**10-3- الرشاقة:**

تعتبر الرشاقة من القدرات البدنية الهامة ذات الطبيعة المركبة ، حيث أنها ترتبط بالصفات البدنية الأخرى ، وتعني الرشاقة بشكل عام أنها قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغير أوضاعه أو اتجاهه بسرعة ودقة . ويعرفها " مانيل " بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو بجزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس ( محمود عوض بيسوي ، فيصل ياسين الشاطي ، ، مرجع سبق ذكره، ص197).

### 10-3-1- تنمية الرشاقة عند الطفل ( 9 - 12 سنة )

الرشاقة صفة أساسية تظهر علاقتها بالنواحي النفسية خاصة في فترة التعلم الحركي وخاصة عند الأطفال الذين يؤدون الحركات بسرعة وإتقان ، و من الممكن اكتسابها بشكل جيد في الألعاب المختلفة (محمود عوض بيسوي ، فيصل ياسين الشاطي ، ص180،198)

يبدأ التدريب على الرشاقة في الأعمار المبكرة، في عمر ( 5 - 8 سنوات ) ، و يستقر التدريب عند الجنسين في عمر ( 8 - 10 سنوات )، وإمكانية تطوير الرشاقة ينبغي الاعتماد على وسائل خاصة تهدف إلى تطوير القدرات التوافقية باستخدام إشكال متنوعة ، فيجب العمل على:

-إكساب الطفل عدد كبير من المهارات الحركية المختلفة.

-الأداء العكسي للتمارين.

-خلق مواقف غير معتادة لأداء التمارين

-التغير في أسلوب أداء التمارين.

و يرى " اروين " إن نوعية نجاح التنسيق هي القاعدة الأساسية لتطوير النتائج الرياضية على المدى الطويل ، و إن نوعية العمل المتناسق يؤثر على سرعة ونوعية التعلم للتقنية الرياضية و لتحقيق هذا العمل يستلزم الاعتماد على طريقة اللعب (E.Hahn , 1981 , P 96)

### 10-4- السرعة:

يرى البعض إن مصطلح السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابة العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي و الاسترخاء العضلي و يرى البعض الآخر انه يمكن تعريف السرعة بأنها القدرة على أداء حركات معينة في اقصر زمن ممكن (محمود عوض بيسوي ، فيصل ياسين الشاطي ، ، ص180،198)، ومن جهة أخرى يعرفها " بيوكر " بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر مدة و يؤكد " هولمان " بان السرعة تعتمد على:

- القوة العظمى.

- سرعة انقباض و تقلص العضلات.
- نسبة طول الأطراف إلى الجذع.
- التوافق.
- نوعية الألياف العضلية.
- قابلية التلبية و رد الفعل في البداية.

#### 10-4-1- أنواع السرعة:

نستطيع تمييز أنواع عديدة من السرعة :

#### أ — السرعة الدورية: (Vitesse cyclique)

و تعني ارتباط الحركة بالقوة و كمثال على ذلك الجري السريع في الألعاب الرياضية مع تغيير الاتجاه (أثير صبري ، عقيل عبد الله الكاتب ، 1980 ، ص 48)

#### ب — سرعة رد الفعل:

يقصد بها المقدرة على الاستجابة لمؤثرات خارجية في اقصر زمن ممكن ، و بالتكرار تصبح هذه الحركات لا إرادية كالفقز و الركض و الضرب و الانتباه نحو مؤثرات خارجية ، و يمكن أن نطلق على هذه الاستجابة رد الفعل المكتسب ، أما فيما يخص رد الفعل الطبيعي فهو صفة وراثية أي يولد مع الطفل ، ويمكن ملاحظة ذلك جليا عند الأطفال الصغار من خلال الفروق التي تظهر بينهم مبكرا، كما انه يشكل أساس رد الفعل المكتسب (تشارلز يوتشر، ترجمة الدكتور حسن معوض، د/كمال صالح، 1964، ص 181)

#### ج — السرعة الانتقالية:

تعني الانتقال من مكان إلى آخر بأقصى سرعة ممكنة و بأقصر فترتو زمنية (أثير صبري ، عقيل عبد الله الكاتب ، 1980 ، ص 48)

#### د — سرعة الحركة ( الأداء):

يقصد بها أداء حركة أو عدة حركات مركبة معا في اقل زمن ممكن.(Weineck , 1992, P337)

#### 10-4-2- تنمية السرعة عند الطفل ( 9 - 12 سنة):

إن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، و تنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل حسب "weineck" ، ويرى " relhok - relments - rezmok " أن في السنوات المدرسية الأولى من عمر الطفل يتم فيها أكبر تطور للتوتر و سرعة الحركة ، فيجب إذا الأخذ بعين الاعتبار التطوير العام للعوامل البدنية للطفل ، و اللجوء أكثر إلى تمارين السرعة ، و التركيز أكثر على التمارين التي تتطلب الاستجابة السريعة ( رد الفعل ) ، و التمارين التي تتطلب قدرات عالية من التوافق الحركي و على التسارع و سرعة الحركة ، و في مقدمة هذه التمارين الألعاب الصغيرة و التي تبني على عنصر اللعب و المطاردات ، و التي تفسح المجال أمام التصرفات الخاصة بالسرعة مما يمنع تشكيل عائق السرعة الذي يؤدي إلى ركودها.(Wei neck j), Manuel, 1986, P 91)

### 10-5- التحمل:

يعتبر التحمل من الدعائم الأساسية للياقة البدنية في الفعاليات الرياضية التي يتطلبها الإعداد البدني لفترة طويلة ، و تختلف تعاريفه بالنسبة لكل عالم ، فيعرفه " تشارلز بوش " انه القدرة على القيام بانقباضات مستمرة و طويلة باستخدام عدد من المجموعات العضلية بقوة ولمدة كافية لإلقاء التعب و العبء على وظائف الجهاز الدوري والتنفسي . ويعرفه " حارابوجي " بأنه القدرة على تحقيق عمل مرتفع الشدة لأطول فترة ممكنة (تامر محسن واثق تاجي ، 1976 ، ص 56)، بينما يعرفه " اوزلين " على انه قابلية الفرد على أداء عمل حركي بحجم معين لفترة طويلة دون انقطاع (قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار 1984 ، ص 48).

### 10-5-1- أنواع التحمل:

#### أ — التحمل العام:

هو القدرة على التحمل لفترة طويلة دون هبوط مستوى الكفاءة أو الفعالية وذلك باستخدام مجموعات كبيرة من العضلات وبمستويات متوسطة من الحمل من استمرار عمل الجهاز الدوري والتنفسي بصورة طبيعية وهذا حسب رأى الدكتور صلاح السيد قدوس الذي يرى أيضا إن التحمل العام هو عبارة عن أداء عملي لتكوين مقاومة ضد التعب الجسمي نتيجة استغراق وقت طويل للعمل وارتباط صفة التحمل ارتباطا وثيقا بظاهرة التعب (مفتي إبراهيم حمادة، القدم، ص 220)

#### ب — التحمل الخاص:

يعرفه " رياتشكوف " انه قابلية الرياضي على مقاومة التعب الذي يحصل خلال مراحل أداء فعالية رياضية معينة " (قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار 1984 ، ص 48)

### 10-5-2- تنمية التحمل عند الطفل من (9-12) سنة:

للتحمل أهمية كبيرة بين الصفات البدنية الأخرى ، والمرحلة المفضلة لتنميته هي من (8-12) فالطفل الذي يمارس الرياضة في هذه المرحلة يكون جهازه التنفسي متطور عن الذي لا يمارس أية رياضة ، كما انه له القدرة والقابلية للتكيف مع التدريب الهوائي خاصة بالمقارنة مع الراشد وبما إن الألعاب المصغرة تسمح للطفل أن يكون دائم الحركة وبالتالي ينمي لديه التحمل (صالح السيد قدوس، 1977، ص 68).

### 10-5-2-1- المرحلة العمرية (09، 12) سنة:

#### 10-5-2-1-1- تعريف النمو:

-لغة : نما الشيء و نموا .. زاد و كثر.

-فلسفيا : التجدد المستمر في ذات الإنسان الذي يحقق وجوده أثناء مراحل نموه وخلال عمليات تكيفه.

-علميا : مجموعة من المتغيرات المتتابعة التي تسير حسب أسلوب و نظام مترابط متكامل يظهر فيه كل من الجانب التكويني و الوظيفي الحي . (نائر أحمد غباري، 2010، ص 15-16).

النمو سلسلة متتابعة من التغيرات التي تسير نحو اكتمال النضج ،فهو إذن ظاهرة طبيعية و عملية مستمرة تسير بالكائن الحي نحو النضج . و يشمل جانبيين هما:

الجانب التكويني : الطول ، العرض ، الوزن ، الشكل ، الأعضاء الداخلية و الخارجية كالعضلات و أجهزة المعدة .  
الجانب الوظيفي : نمو الوظائف التي يستطيع أن يقوم بها الكائن الحي كالتفكير و التخيل و التذكر و الإدراك و الجري و اللعب . ( عبد الرحمان محمد العيسوي ، 1997 ، ص 188-189).

### 10-5-2-1-2- تعريف الطفولة:

-الطفل لغةً : من الفعل الثلاثي طَفَلَ ، والطَّفَل: هو النبات الرخص، والرخص الناعم وجمع طفل وطفول.  
والطفل والطفلة: الصغيران .

والصبي يدعى طفلاً حين يسقط من بطن أمه إلى إن يحتلم.

### وجاء في المعجم الوسيط :

الطفل : الرخص الناعم الرقيق والطفل المولود ما دام ناعماً رخصاً ، وجمع طفوله وطفال.

### -الطفل في الاصطلاح :

الطفل : هو " عالم من المجاهيل المعقدة كعالم البحار الواسع الذي كلما خاضه الباحثون ، كلما وجدوا فيه كنوزاً وحقائق علمية جديدة . لا زالت متخفية عنهم وذلك لضعف وضيق إدراكهم المحدود من جهة ، واتساع نطاق هذا العالم من جهة أخرى .

### مدة الطفولة:

وواقع أن الطفولة البشرية تمتد سنوات لا تقل عن اثني عشر سنة ، كما أن الطفولة البشرية تزداد بازدياد التقدم البشري.

### الطفولة : المرحلة من الميلاد الى البلوغ.

"ومرحلة الطفولة من أهم مراحل التكوين ونمو الشخصية ، وهي مجال إعداد وتدريب للطفل للقيام بالدور المطلوب منه في الحياة ، ولما كانت وظيفة الإنسان هي أكبر وظيفة ودوره في الأرض هو أكبر وأضخم دور ، اقتضت طفولته مدة أطول ، ليحسن إعداده وتربيته للمستقبل ومن هنا كانت حاجة الطفل شديدة لملازمة أبويه في هذه المرحلة من مراحل تكوينه.(منتديات حنشلة التعليمية - منتدى النوعات التعليمية -:: < قسم علم النفس التربوي).

### 10-5-2-1-2- مفهوم الطفولة المتأخرة (9-12 ) سنة:

هي مرحلة إتقان الخبرات والمهارات اللغوية الحركية ، والعقلية السابق اكتسابها، حيثينقل الطفل تدريجياً من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان ، والطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاكل الانفعالية ، ويميل الطفل ميلاً شديداً إلى الملكية التي بدا في النمو قبل ذلك ، كما يتجه إلى الانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل قبل ذلك لجرد الاجتماع لمن في سنة ( عبد الرحمان عيساوي ، ، 1992، ص15).

إن طفل هذه المرحلة يأخذ الأمور بجدية تامة ، ويتوقع الجدية من الكبار ، إذ نجد هنا كصعوبات يجدها الكبار في معاملتهم له ، وخاصة أننا نتذبذب في هذه المعاملة ، فتارة نطلبها أن يكون كبيراً ، وتارة أخرى نذكره انه مازال طفلاً صغيراً، فإذا بكى مثلاً ، عاتبنا هلاً أهليس بطفل صغير ، وإذا ابتعد عن المنزل عاتبناه لأنه طفل صغير (سعد جلال ، 1991، ص198).

ولما كانت معايير الأطفال في هذا السن تختلف عن معايير الكبار ،يعكس المراهق أو طفل الرابعة أو الخمسة ، الذي يسعى في إرضاء من حوله وتقديرهم ،ولما كانت هذها المرحلة من السن تتميز ببدء انطلاقه خارج المنزل فيصبح إرضاء أصدقاءه أهم في إرضاء والديه .

ونظرا لطاقة النشاط التي تميز أطفال هذه المرحلة ، نجد أن الطفل يصرف جل وقته خارج المنزل في اللعب ،ويصعب على الأسرة وعلى الكبار انتزاعه من بين أصدقاءه في اللعب (المرجع نفسه،ص200).

### 10-5-2-2-مميزات الطفولة (9-12 سنة) :

-من أهم مميزات هذه المرحلة نجد: (سيد خيري ،1976،صص 20-21)

-اكتساب المهارات اللازمة للألعاب العدية .

-إدراك دوره مذكر أو مؤنث .

-تنمية المهارات الأساسية للقراءة،والكتابة والحساب .

-تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية .

-سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية .

-اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث ، كما أن الاختلاف بين الجنسين غير واضح .

ويعتبر العلماء أن في هذه المرحلة يتحسن التوافق العضلي والعصبي لدى الطفل وكذلك الإحساس بالاتزان، ويمكن القول أن النمو الحركي يصل إلى ذروته ، كما تعتبرها المرحلة المثلى للتعلم الحركي واكتساب المهارات الحركية(محمد مصطفى زيدان ،2001،ص39).

### 10-5-2-3-خصائص وسمات النمو لدى الطفل (9-12 سنة) :

#### 10-5-2-3-1-النمو النفسي :

مع دخول الطفل المدرسة الابتدائية ،أي الفترة ما بين السادسة والثانية عشر ،يزداد إحساسه بهويته وبصورة ذاته وقدرته على امتداد الذات،وسرعان ما يتوقع الطفل أن ما هو متوقع منه خارج المنزل يختلف إلى حد كبير عما هو متوقع منه داخل المنزل،فمستويات الرفقاء في اللعب والمشى والكلام والملبس جديد عليه (محمد عوض بسيوني،فصل ياسين الشطا طي ، 1992،ص142)

ثم هو يحاول أن يندمج مع الشلة في عالم الواقع ، ونجده يرتبط بالمعايير الخلقية وأحكام اللعب ، ويتبعها بكل دقة ، ويكون راضيا على نفسه بنمو صورة ذاته والإحساس بها(سيد محمد غنيم: ،1976،ص93)

بالإضافة إلى ذلك فإن الأطفال في هذه المرحلة ، يبدأون في انشغال بعض اهتمامهم وميولهم مع غيرهم من الناس ، كأصدقائهم وزملائهم في المدرسة بدلا من أن يكونوا منطويين على أنفسهم ، وفي هذا الوقت تتاح لهم أول فرصة لتنمية مشاعر الحب والمتعة والتعلق بالرفاق وعالمهم الذي يبدأ بالاتساع ، ولو انه لا يزال صغيرا ومعروفا (سيد خيري ،1976،ص75)

وفي نظر عبد الرحمان عيساوي (1992) فإن الطفل في هذه المرحلة يمتاز بالهدوء والاتزان ، فهو لا يفرح بسرعة كما كان في المراحل السابقة ، فهو يفكر ويدرك ويقدر الأمور المثيرة للغضب ، ويقتنع إذا كان مخطأ ، كذلك يتغير

موضوع الغضب ، فبدلاً من الانفعال بسبب إشباع الحاجات المادية ، تصبح الإهانة والإخفاق من الأمور التي تثير انفعالاته ؛ أي بمعنى الأمور المعنوية (عبد الرحمن عيسوي ، ص34).

### 10-5-2-3-2-النمو الجسمي:

يمتاز النمو الجسمي بالسرعة ، حيث يتضاعف وزن الطفل في نهاية السنة الأولى ، ثلاث أمثال وزنه عند الميلاد ، وفي السنة الخامسة يصل إلى ستة أمثال وزنه عند الميلاد ، وبنفس السرعة ينمو الطول ، العضلات المختلفة وحجم المخ وغير ذلك من مظاهر الجسم بعد ذلك يبدأ النمو بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة الطفولة المتأخرة إلى نضج الجهاز العصبي في الطفل إلى نضج الأعضاء الدقيقة كالأصابع .

وكذا تنمو أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة بنسب مختلفة وتتأثر في نموها بعوامل عدة ، لكن أكثر مظاهر النمو ارتباطاً بالعمر الزمني وتأثيراً به هو نمو الطول ونمو الجسم ، ولذلك يقاس النمو الجسمي بالنسبة للعمر الزمني إلى معدل النمو الطولي الوزني ، وفي نهاية السن العاشر تبدأ طفرة نمو البنات إذ يلاحظ في السن الحادية عشر أن البنات يكون أكثر طولاً وأثقل وزناً من الذكور (سيد خيري ، ص25).

### 10-5-2-3-3-الفروق الفردية:

تبدو الفروق الفردية واضحة ، فجميع الأطفال لا ينمون بنفس الطريقة أو بنفس المعدلات ، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبياً في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي إلى تنوع الأنماط الجسمية العامة مثل (طويل، نحيف) أو (قصير، طويل) (محمد عبد الرزاق شفق ، 1985 ، ص 43).

### 10-5-2-3-4-النمو العقلي المعرفي:

يطلق جان بياجيه على تفكير الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة مصطلح التفكير الإجرائي ، بمعنى أن التفكير المنطقي للطفل في هذه المرحلة مبني على العمليات العقلية ويصل هذا الطفل إلى مرحلة ما قبل العمليات وتمتد من السنة الثانية إلى السنة السابعة وتفكير في مرحلة العمليات العيانية ( 7- 12 ) تفكير منطقي ولكنه تصور مرتبط بتصور الأشياء أو الأشياء نفسها.

إن هذا النوع الأخير من التفكير يصل إلى الطفل في المرحلة الرابعة والأخيرة من مرحلة النمو العقلي ، ويخص بياجيه العمليات العقلية التي يستطيع طفل هذه المرحلة القيام بها بفضل ما حققته من نمو معرفية في المرحلة السابقة بالعمليات التالية :

– القدرة على العودة إلى نقطة البداية في عملية التفكير.

مثال : إذا كان :  $2+2=4$

إذن :  $2-4=2$

مثال آخر:  $2 \times 3 = 6$

القدرة على تنظيم أو تصنيف الأشياء في فئات مثل: 10-20-30-40- وهكذا كلها وحدات عشرية.

ولخص " روبرت فيجراست " مطالب النمو فيما يلي: (محمد عبد الرزاق شفق ، 1985 ، ص 44).

– اكتساب المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والحساب.

-تعلم الدور الاجتماعي الملائم للطفل.

-تنمية المفاهيم الأساسية للحياة اليومية.

-تنمية القيم والمعايير الأخلاقية.

-اكتساب الاستقلال الذاتي .

يستمر في هذه المرحلة نمو الذكاء وينتقل فيها الطفل إلى التفكير المجرد ، حيث يستخدم المفاهيم والمدرجات، أي يصبح تفكيره واقعيًا ويتحكم في العمليات العقلية دون المنطقية والمنطقية مع إدراك الأشياء بوصفها والقدرة على تقدير الأقيسة والكميات ، ثم مع سن 12 سنة ينمو لديه التفكير الاستدلالي، أي تظهر لديه أشكالًا فكرية أكثر استنتاجًا واستقراءً وتطورًا ، أي ظهور التفكير التركيبي الذي يؤدي به إلى استخدام المناهج لاكتشاف الواقع ثم بعد ذلك تنمو لديه بالتدرج القدرة على الابتكار(عبد الرحمان الوافي ، زيان سعيد ، 2004، ص 30)..

### 10-5-2-3-5- النمو الحسي :

يكاد نمو الحواس يكتمل في هذه المرحلة ، حيث يتطور الإدراك الحسي وخاصة إدراك الزمن، إذ يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية ، ويلاحظ أن إدراك الزمن والشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة وعن الرشد والشيخوخة ، فشعور الطفل بالعام الدراسي يستغرق مدى أطول من شعور طالب الجامعة ، ويشعر الراشد والشيخ أن الزمن يولي مسرعًا ، وفي هذه المرحلة أيضًا يميز الطفل بدقة أكثر بين الأوزان المختلفة. وتزداد دقة السمع ويميز الطفل الأنغام الموسيقية بدقة ويتطور ذلك من اللحن البسيط إلى المعقد.

ويزول طول البصر ويستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره ( قراءة أو عمل يدوي ) بدقة أكثر واحدة أطول من ذي قبل.

وتتحسن الحاسة العضلية بإطراء حتى سن 12 ، وهذا عامل أهم من عوامل المهارة اليدوية(حامد عبد السلام زهران ،ص269).

### 10-5-2-3-6- النمو الحركي :

يطرد النمو الحركي ، ويلاحظ أن الطفل في هذه المرحلة لا يكل ولكنه يمل.

هذه المرحلة تعتبر مرحلة النشاط الحركي الواضح وتشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة ، فالطفل لا يستطيع أن يضل ساكنًا بلا حركة مستمرة وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة ويستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل ويلاحظ اللعب مثل الجري والمطاردة وركوب الدراجة ذات العجلتين والعلوم والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل والتي تحتاج إلى مهارة وشجاعة أكثر من ذي قبل ، وأثناء النشاط الحركي المستمر للطفل قد يتعرض لبعض الجروح الطفيفة.

ويميل الطفل إلى كل ما هو عملي فيبدو وكأن الأطفال عمال صغار ممتلئون نشاطًا وحيوية ومثابرة ويميل الطفل إلى العمل ويود أن يشعر أنه يصنع شيئًا لنفسه.

### 10-5-2-3-6-1-العوامل المؤثرة في النمو الحركي:

تؤثر البيئة الثقافية والجغرافية التي يعيش فيها الطفل في نشاطه الحركي ، فرغم أن النشاط الحركي للطفل في جميع أنحاء العالم متشابه بالمعنى العام فهم جميعا يجرون ويقفزون ويتسلقون ويلعبون ، إلا أن الاختلافات الثقافية والجغرافية تبرز بعض الاختلافات في هذا النشاط من ثقافة إلى أخرى ويظهر هذا بصفة خاصة في أنواع الألعاب والمباريات. ويؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي ونوع المهنة في الأسرة في نوع النشاط الحركي للأطفال ، فاللعب التي يهتم بها طفل الأسرة الفقيرة تختلف كما وكيفا عن اللعبة التي تيسر لطفل الأسرة الغنية وطفل الأسرة التي بها اهتمامات موسيقية يختلف نشاطه الحركي عن نشاط طفل الأسرة ذات الاهتمامات الميكانيكية... وهكذا(حامد عبد السلام زهران ، ص 268 - 267)

### 10-5-2-3-7-النمو الاجتماعي:

يقدم لنا " اريك اريكسون " في كتابه (ChildhoodJoretey) نظرة جديدة التي كانت سائدة في عصره فبدلا من اتخاذ النمو الجنسي محورا لوصف وتقسيم النمو إلى مراحل كما فعل " فرويد " قام اريكسون بتتبع نمو الطفل بالمهام الاجتماعية أي من خلال تفاعل الشخصية بالمجتمع. ويقسم اريكسون النمو إلى ثمانية مراحل في خمس منها في الطفولة وثلاثة أخرى في سن البلوغ. والمراحل الخمسة هي:

-مرحلة الشعور بالثقة والأمان مقابل عدم الثقة ( من الميلاد ).

-مرحلة الشعور بالاستقلال مقابل الشك والحجل ( من الثلاثة من العمر).

-مرحلة الشعور بالثقة والتغلب عن الشعور بالذنب ( من الخامسة من العمر).

-مرحلة الجد والاجتهاد ومقاومة الشعور بالنقص ( من الثامنة من العمر).

-مرحلة الشعور بالكيان والهوية والتغلب على الشعور ( من الثانية عر من العمر ) (محمد مصطفى زيدان ، 1975 ، ص 61) يزداد تأثير جماعة الرفاق ويون التفاعل الاجتماعي مع الأقران على أشده يشوبه التعاون والتنافس والولاء والتماسك ويستغرق العمل الجماعي والنشاط الاجتماعي معظم وقت الطفل ، ويفتخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق ، ويسود اللعب الجماعي والمباريات.

ولكي يحصل الطفل على رضا الجماعة وقبولها له بنحده يساير معاييرها ويطيع قائدها ويرافق زيادة تأثير جماعة الرفاق تناقص تأثير الوالدين بالتدرج.

### 10-5-2-3-8-النمو الانفعالي:

تعتبر هذه المرحلة مرحلة هضم وتمثل الخبرات الانفعالية السابقة ومن مظاهره أن الطفل يحاول التخلص من الطفولة والشعور بأنه قد كبر ، وهذه تعتبر مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي . Emotional Stability ولذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم " مرحلة الطفولة الهادئة. "

ويلاحظ ضبط الانفعالات ومحاولة السيطرة على النفس وعدم إفلات الانفعالات ، فمثلا إذا غضب الطفل فانه لن يتعدى على مشير الغضب ماديا ، بل يكون عدوانه لفظيا أو في شكل مقاطعة.

ويتضح الميل للمرح ، ويفهم الطفل النكتة ويطرب لها ، وتنمو الاتجاهات الوجدانية .  
 ويكون التعبير عن الغضب بالمقاومة السلبية مع التمتمة ببعض الألفاظ وظهور تعبيرات الوجه ، ويون التعبير عن الغيرة  
 بالوشاية والإيقاع بالشخص الذي يغار منه ويحاط الطفل ببعض مصادر القلق والصراع ويستغرق في أحلام اليقظة  
 وتقل مخاوف الأطفال وان كان الطفل يخاف الظلام والصوص .  
 وقد يؤدي الشعور والخوف بتهديد الأمن والشعور بنقص الكفاية إلى القلق الذي يؤثر بدوره تأثيرا سيئا على النمو  
 الفيزيولوجي والعقلي والنمو الاجتماعي للطفل(حامد عبد السلام زهران ، ص 275).

### 10-5-2-4-مطلوبات النمو خلال المرحلة من (9-12 سنة) :

سنوضح في ما يلي أهم المظاهر الرئيسية للمطالب خلال مراحل العمر حتى نبين مدى تتبعها وأهميتها في عملية  
 التكيف التي تساعد الفرد على أن يتقبل الحياة التي يجيهاها بقبول حسن دون عسر ، وهي(أبو المجد عمرو ، جمال إسماعيل  
 النمكي ، ص30-31).

- \* يكون الفرد اتجاهها عاما حول نفسه ككائن حي ينمو.
- \* يتعلم الفرد كيف يصاحب أقرانه.
- \* يتعلم المهارات الأساسية للقراءة والكتابة والحساب.
- \* يكون مفاهيم والمدرجات الخاصة بالحياة اليومية.
- \* يكون الضمير ، والقيم الأخلاقية ومعايير السلوكية.
- \* تكوين علاقات مع الرفقاء من كلا الجنسين.
- \* تكوين الاتجاهات النفسية المتصلة بالتجمعات البشرية المختلفة والمنظمات الاجتماعية.
- \* تقبل الفرد التغييرا الي تحدث له نتيجة لنموه الجسمي.
- \* استقلال عاطفي عن الوالدين والكبار.

### 10-5-2-5-الفروق الفردية بين الأطفال في السن من ( 9 - 12 سنة):

تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بخصائص عامة تتشابه فيها كثير من الأطفال إلى جانب هذه الخصائص العامة نجد فروق  
 فردية شاسعة بين أطفال هذه المرحلة وهي كما يلي: (خدم عوض البسيوني ، 1992 ، ص36).

### 10-5-2-5-1-الفروق الجسمية:

فمنهم صحيح البدن سليم البنية ومنهم البنية سقيم المظهر ومنهم الطويل والقصير ومنهم السمين والنحيف ، وهذه  
 الفروق يجب أن يراعيها المربي في العملية التربوية .

### 10-5-2-5-2-الفروق الميزاجية :

فهناك الطفل الهادئ والوديع وهناك الطفل سريع الانفعال وهناك المنطوي على نفسه وهكذا ولكل من هؤلاء  
 الطريقة التي تناسبه في التعليم .

### 10-5-2-5-3-الفروق العقلية :

فهناك الطفل الذكي ومتوسط الذكاء والطفل الغبي وعلينا أن نسير مع الكل وفق سرعته وبما يناسبه من طرق التدريس.

### 10-5-2-5-4 الفروق الاجتماعية:

فكل طفل وبيئته الاجتماعية التي يعيش فيها مما لها في درجة ثقافة الوالدين ووسائل معيشتها والعلاقة بالأهل والجوار وغير ذلك ، مما له تأثير على تفكير الطفل وثقافته وأمطه السلوكية .

### 10-5-2-6-مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9 - 12 سنة ) :

إن أهم مميزات وخصائص هذه المرحلة سواء كانت بدنية أو عقلية أو نفسية فان هذا الأمر يجعل من الضروري أن يشمل برنامج التربية البدنية لهذه المرحلة ل الأنشطة تقريبا واعل من أهم ما مميزاتا هي:

-سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.

-كثرة الحركة.

-انخفاض التركيز وقلة التوافق.

-صعوبة تعليم نواحي فنية دون سن السابعة.

-ليس هناك هدف معين للنشاط.

-نمو الحركات بإيقاع سريع.

-القدرة على أداء الحركات ولكن بصورتها المبسطة.

-يعتبر " ماتينيف " أن الطفل يستطيع في نهاية المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحرية الأساسية كالمشي والوثب والقفز ويزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الكبيرة في الظهر والرجلين أكبر من العضلات الدقيقة في اليدين والأصابع.

وفي نهاية هذه المرحلة يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحرية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصي نسبيا بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالاتزان (ليلي يوسف ، ص23-24).

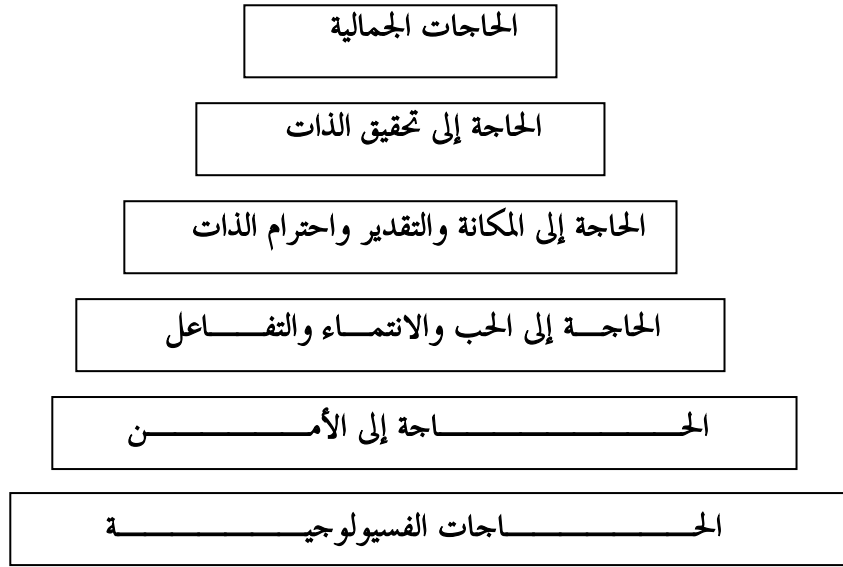
### 10-6-حاجات الأطفال النفسية:

الحاجة افتقار إلى شيء ما ، إذا وجد حقق الإشباع والرضا والارتياح للكائن الحي.

والحاجة شيء ضروري إما لاستقرار الحياة نفسها ( حاجة فسيولوجية ) أو للحياة بأسلوب أفضل (حاجة نفسية ) ، فالحاجة إلى الأكسجين ضرورية للحياة نفسها ، وبدون الأكسجين يموت الفرد في الحال ، أما الحاجة إلى الحب والمحبة فهي ضرورية للحياة ، وبأسلوب أفضل وبدون إشباعها يصبح الفرد سيئ التوافق ، والحاجات توجه سلوك الكائن سعيا لإشباعها ، وتتوقف كثير من خصائص الشخصية على وتنبع من حاجات الفرد ومدى إشباع هذه الحاجات.

ولا شك أن فهم حاجات الطفل وإشباعها يضيف إلى قدرتنا على مساعدته للوصول إلى أفضل مستوى للنمو النفسي ، والتوافق النفسي ، والصحة النفسية.

وأهم الحاجات الفيزيولوجية للطفل الحاجة إلى الهواء ، الغذاء ، الماء ، درجة الحرارة المناسبة ، الوقاية من الجروح والأمراض والسموم ، والتوازن بين الراحة والنشاط .



شكل (1) : الترتيب الهرمي للحاجات

ومع نمو الفرد تتدرج الحاجات النفسية صعودا ، فالحاجات الفسيولوجية هامة في مرحلة الحضانة والحاجة إلى الأمن تعتبر حاجة أساسية في الطفولة المبكرة والحاجة إلى الحب تعتبر حاجة جوهرية في الطفولة المتأخرة ويستمر التدرج حتى يصل إلى الحاجة إلى تحقيق الذات وهي من حاجات الرشد. ( أنظر الشكل 1 ) (حامد عبد السلام زهران ص294-295).

10-7- بعض مشكلات مرحلة الطفولة المتأخرة (9 - 12 سنة ) :

أولا : عدم ضبط النفس :

يميل الطفل في هذه المرحلة إلى التحكم في انفعالاته وضبط نفسه ولكن كثير ما نلاحظ ثورة الطفل في هذه المرحلة على بعض الأوضاع القائمة والقوانين الصارمة التي يفرضها عليه الكبار من حوله مما يجعل الطفل منفعلا وتأثرا غير قادر على التحكم في مشاعره وضبطها . وتزداد هذه الحالة سواء حتمية يتعمدها هؤلاء الكبار من إخوة وأخوات أو في الآباء والمعلمين وتحدي الطفل ومحاولة إجباره على الخضوع لانحناء سلوكه.

ثانيا : الهروب من المدرسة:

تنتشر ظاهرة الهروب من المدرسة بين عدد من التلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة وقد يكون الهروب من المدرسة كلها أو بعض الحصص فيها وهنا أسباب عدة للهروب لعل أهمها:

-عدم راحة التلميذ في المدرسة

-عدم إشباع المدرسة لحاجاته وميوله

-عدم انسجامه مع المدرسة وكرهه لها.

- كرهه لبعض المدرسين.

- كرهه لمادة جافة لا تثير اهتمامه.

- عدم إحساسه بقيمة المدرسة وما فيها.

وهناك أسباب أخرى يكون المنزل مسؤولاً عن بعضها فعدم إعطاء الطفل مصروفه مثلاً : يجعله يقارن بينه وبين زملائه فلا يميل الذهاب إلى المدرسة ، وقد يرجع ذلك إلى رداءة ملابسه أو عدم اهتمام أهل الطفل بذهابه إلى المدرسة أو اعتبارها مكان لإبعاده عنهم كي يرتاحون منه إلى غير ذلك من الأسباب التي تجعل الطفل يكره المدرسة ويهرب منها.

### ثالثاً : الانطواء على النفس :

قد يعتمد الطفل لهذه المرحلة إلى الانزواء والسلبية بدل العدوان والفعالية والنشاط ، ووجه الخطر هنا أن الطفل الذي يتسم بطابع الانطواء قد ينال من البيئة التي يعيش فيها القبول والتشجيع على اعتبار الانطواء طاعة وامتثال ، لذلك فإن بذور هذا السلوك حينما تجدها متلبيا في هذه المرحلة من النمو يسهل عليها بعد ذلك أن تنمو وتفصح عن نفسها في شخصية غير سوية في المستقبل ، والسلوك الانطوائي يرجع أصلاً إلى سوء التكيف بين الطفل والبيئة التي يعيش فيها وعدم كفاية إمكانية البيئة في إشباع الحاجات النفسية للطفل.

### 10-8-أسباب الانطواء:

يرجع إلى عدة عوامل بعضها منزلي والبعض الآخر مدرسي فقد تكون ظروف المنزل سيئة حيث يجد الطفل معاملة صارمة أو التدليل الزائد وحرمانه من الاحتكاك بالأطفال خوفاً عليه منهم ، فينشأ الطفل في كلتا الحالتين فاقد الثقة بنفسه وبذاته وبقدراته منزوياً غير متفاعل مع أصدقائه وقد يرجع سبب الانطواء إلى حالة مرضية أو عاهة جسمية أو تشوهات تجعله يحس بالنقص مقارنة بزملائه (خدم العوض البسيوي، ص36 - 37).

ثانيا :الدراسات السابقة والمشابهة:

### 1-الدراسات السابقة و المشابهة :

ان للدراسات السابقة والمشابهة اهمية كبيرة للباحث لما لها من معلومات ومرتكزات يعتمد عليها في بناء البحث وتركيبه منهجيا ومعرفيا بشكل مقبول من ناحية الاطار او الرصيد لقد تسن لنا مراجعة بعض الدراسات المشابهة وذلك للاستفادة من مضمونها ونتائجها لإنجاز بحثنا.

### 1-1-الدراسة الاولى:

عنوان الدراسة :أهمية وإدراك دور المدرب في الإنتقاء المبني على أسس علمية لدى الناشئين لكرة القدم صنف (9-12 سنة)

### الهدف العام من الدراسة:

- تقديم دراسة علمية حول أسس الانتقاء العلمي لمدربي كرة القدم.
- تحسيس المدربين بضرورة وأهمية الانتقاء العلمي.
- محاولة إعطاء نظرة موحدة نموذجية في عملية الانتقاء العلمي.
- معرفة خطوات ومراحل الانتقاء.

### التساؤل العام:

هل المدرب له دور فعال في عملية الانتقاء حسب الأسس العلمية؟"

### تساؤلات الدراسة:

- 1.هل كفاءة ومستوى المدربين له دور فعال في عملية الانتقاء المبني على أسس علمية؟
- 2.هل للاختبارات البدنية والمهارية والنفسية دور فعال في عملية الانتقاء؟
- 3.هل لتخطيط البرنامج العلمي دور فعال في عملية الانتقاء؟

العينة: اخترنا العينة العشوائية كونها من ابسط طرق اختيار العينات، وتمثلت في 18 مدربا لكرة القدم لفئة الناشئين صنف (9-12)سنة.

المجال الزمني والمكاني: تمت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة ما بين يوم 05 أفريل 2009 إلى غاية يوم 29 أفريل 2009.

منهج الدراسة: اعتمدنا على المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث المراد عمله أو القيام به.

الأدوات المستعملة:تم إتباع تقنية الاستبيان التي تعتبر من أنجع الطرق للحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة ما.

النتائج المتوصل إليها: أثبتت الدراسة أن مدرب له دور فعال في عملية الانتقاء المبني على أسس علمية، وكذلك خبرة المدرب لها تأثير ايجابي على عملية الانتقاء، حيث كلما كان للمدرب خبرة وكفاءة عالية استطاع التحكم في عملية الانتقاء .

الاستخلاصات والاقتراحات: -إتباع طرق علمية في عملية الانتقاء -برمجة مخطط خاص بعملية الانتقاء من حيث الخطوات المنهجية وطرق استعمال القياسات والاختبارات وذلك من أجل التحكم في هذه العملية من حيث الزمن والكيفية من طرف المسؤولين عن هذه الرياضة. - الاهتمام بالفئات الصغرى (9-12) سنة حيث تعتبر هذه المرحلة أحسن مرحلة في عملية انتقاء الناشئين.

### 1-2-الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة :دراسة أحمد علي علي حسين (رسالة دكتوراة سنة 1998)تحت عنوان محددات إنتقاء الناشئين في كرة السلة

### الهدف العام من الدراسة:

محاولة التعرف على محددات إنتقاء الناشئين في كرة السلة تحت 14 سنة وذلك من خلال تحقيق الاغراض التالية :

- التوصل إلي أهم المحددات الجسمية لدي الناشئين قيد البحث.
- التوصل إلي أهم المحددات البدنية لدي الناشئين قيد البحث.
- التوصل إلي أهم المحددات مهارية لدي الناشئين قيد البحث.
- التوصل إلي أهم المحددات الفسيولوجية لدي الناشئين قيد البحث.
- التوصل إلي أهم المحددات النفسية لدي الناشئين قيد البحث.

### التساؤل العام:

ماهو اثر المعايير المرفولوجيةوالفيزيولوجية على الصفتين البدنيتين المداومة والقوة المميزة بالسرعة عند التلميذات (9-12 سنة)بقسنطينة؟

### تساؤلات الدراسة:

- ماهي المحددات الجسمية الخاصة با الناشئين قيد البحث ؟
- ماهي المحددات البدنية الخاصة با الناشئين قيد البحث؟
- ماهي المحددات مهارية الخاصة با الناشئين قيد البحث؟
- ماهي المحددات الفيسيولوجية الخاصة با الناشئين قيد البحث؟
- ماهي المحددات النفسية الخاصة با الناشئين قيد البحث ؟

### المنهج المتبع : المنهج الوصفي

عينة الدراسة : تم إختيار العينة با الطريقة القصدية وتضمنت جميع ناشئى كرة السلة الذين شاركو في بطولة الجمهورية لكرة السلة تحت 14 سنة حيث بلغ العدد الكلي لعينة البحث 109 ناشئى وتم استبعاد 14 آخرون.

نتائج الدراسة : تم عدم قبول كلا من المحددان المهاري والفسيولوجي وذلك لعدم تحقيقهم شروط قبول العوامل ،حيث لم يتشبع عليهم ثلاثة إختبارات فأكثر.

### الاقتراحات:

-استخدام البطارية المستخلصة عند انتقاء ناشئى كرة السلة.

-إجراء البحوث على المحدد المهاري والمحدد الفسيولوجي وذلك لعدم ظهورهم كعوامل مستتقة في نواتج البحث  
-العمل على تعميم المستخلصة في هذا البحث على الأندية المصرية ،وذلك عن طريق الإتحاد المصري لكرة السلة  
بغرض الاستفادة منها عند إنتقاء الناشئين.

-يتم إعادة بناء البطارية كل عامين نظرا لعملية النمو وطفراته وظروف التدريب والمنافسات.

### 1-3-الدراسة الثالثة:

دراسة مصباحي محمد وآخرون سنة (2011)تحت عنوان معايير انتقاء عدائي المسافات النصف الطويلة لفئة الاشبال  
دراسة ميدانية على مستوى اندية برج بوعريريج والوادي.

### الهدف العام من الدراسة:

- محاولة ابراز اهم الطرق التي تمر بها عملية الانتقاء.
- الكشف عن عيوب ونقائص عملية الانتقاء في المدارس والنوادي.
- ابراز اهمية القياسات والاختبارات خلال عملية الانتقاء في الميدان.
- مراعاة المعايير الخاصة بانتقاء فئة الاشبال المقبلين على تخصص المسافات النصف الطويلة.

### تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام ماهي معايير انتقاء عدائي المسافات النصف الطويلة لفئة الاشبال(16-17سنة)؟

### تساؤلات الدراسة:

- ماهي المعايير التي يتم على اساسها انتقاء عدائي المسافات النصف طويلة؟
  - هل للفروق الفردية دور في عملية انتقاء عدائي المسافات النصف طويلة؟
- المنهج المتبع : المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة : عينة مقصودة مكونة من 20 مدرب .ومن ادوات الدراسة الاستبيان.

### نتائج الدراسة:

من المهم الاخذ بعين الاعتبار المعايير ( المرفولوجية والبدنية والنفسية و الفيزيولوجية ) ولايمكن التخلي عليها خلال  
عملية الانتقاء.

ان الاختلاف بين الافراد في جميع الجوانب اجبر المديرين على أخذ الفروق الفردية بين العدائين بعين الاعتبار.

### 1-4-الدراسة الرابعة:

دراسة بن سولة يحي وآخرون سنة (2011)تحت عنوان دور الخاصية المرفولوجية في انتقاء،وتوجيه عدائي العاب  
القوى 09 \_ 12 سنة .

الهدف العام من الدراسة : التعرف على مكانة الصفات الجسمانية والخصائص البدنية.

### تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام : ما هو دور الخاصية المرفولوجية في انتقاء ،وتوجيه عدائي العاب القوى 09 \_ 12 سنة؟

تساؤلات الدراسة:

هل يأخذ المدرب بعين الاعتبار الخاصية المرفولوجية في عملية الانتقاء؟  
هل تلعب الخاصية المرفولوجية دور في توجيه عدائي العاب القوى نحو الاختصاص المناسب.  
المنهج المتبع : المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة الموضوع.

عينة الدراسة : عينة عشوائية لكونها تخدم الموضوع.ومن الادوات المستعملة الاستبيان.

نتائج الدراسة:

للخصائص المرفولوجية اهمية بالغة في عملية الانتقاء للحصول على نخبة رياضية ناشئة متميزة.  
وللخصائص المرفولوجية دور كبير في توجيه عدائي نحو الاختصاص المناسب.

1-5- الدراسة الخامسة :

دراسة بشيري محمد واخرون سنة (2008) تحت عنوان "اسهامات الخاصية المرفولوجية للمرحلة العمرية " 9 - 12 سنة على عملية الانتقاء لدى لاعبي كرة القدم.

الهدف العام من الدراسة:

معرفة الخصائص البدنية المرفولوجية للفئات الصغرى و معرفة خطوات ومراحل الانتقاء.

تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام:

فهل نستطيع القول بأنه لتحقيق نتائج جيدة يمكن التركيز على الخصائص المرفولوجية للرياضيين الناشئين باعتبارها أمر أساسي في عملية الانتقاء والاختيار في المراحل المبكرة؟

تساؤلات الدراسة:

-هل الخاصية المرفولوجية من أهم العوامل التي تحدد عملية الانتقاء و الاختيار لدى لاعبي كرة القدم؟

-هل المرحلة العمرية (9-12) سنة مناسبة لعملية انتقاء لاعبي كرة القدم؟

-هل لعملية الانتقاء أهمية في تحقيق نتائج جيدة في المنافسات الرياضية؟

المنهج المتبع : المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

عينة الدراسة : وتم اختيار العينة بشكل عشوائي وتمثلت في 20 مدربا لكرة القدم.

الأدوات المستعملة في الدراسة : فقد تم إتباع تقنية الاستبيان.

نتائج الدراسة:

تم التوصل إلى أن الخاصية المرفولوجية لها دور كبير في عملية الانتقاء وكذلك خبرة المدرب لها تأثير إيجابي على عملية الانتقاء، حيث كلما كان للمدرب خبرة وكفاءة عالية استطاع التحكم في عملية الانتقاء، وبالتالي رفع المستوى في أندية كرة القدم الجزائرية ويظهر ذلك من خلال الاستبيان الموزع على المدربين حيث أظهر هذا الأخير اهتمام المدربين في عملية الانتقاء المرفولوجي على الناشئين وذلك من خلال إجاباتهم على الأسئلة المقدمة بتطبيقهم ببرامج

مخصصة لعملية الانتقاء وكذلك استعمالهم لمختلف الوسائل البيداغوجية المتوفرة وتقيدهم بالأسس والمبادئ العلمية للانتقاء ومن خلال النتائج المتوصل إليها نجد أن الفرضيات المحددة لهذا البحث قد تحققت.

### 1-6- الدراسة السادسة:

دراسة حريزي عبد الهادي: إقتراح بطارية إختبار لتحديد وتقويم درجات معيارية لإنتقاء لاعبي كرة القدم أشبال (15-18 سنة). معهد التربية البدنية، سيدي عبد الله الجزائر، 2007.

### الهدف من الدراسة:

توضيح الدور البارز لعملية الإنتقاء وهذا للرف من مستوى كرة القدم الجزائرية.

### تساؤلات الدراسة:

هل يمتلك اللاعب الناشئ الإستعدادات والقدرات التي تمكنه من تحقيق الأغراض التدريبية الذي يضمها البرنامج المقترح من طرف المدرب ؟

هل يمتلك اللاعب الناشئ المعلومات والمهارات التي تمكنه من الإلتحاق باللاعبين الكبار ؟

هل للجانب المهاري أهمية في عملية الإنتقاء بالمقارنة مع الجانب المهاري ؟

المنهج المتبع: المنهج المسحي والمنهج التجريبي.

العينة: مدربي الفرق التابعة للرابطات الولائية للولايات التالية: مستغانم - وهران - المسيلة - اليرج - باتنة - والرابطات الجهوية الثانية: وهران - سعيده - باتنة.

- العينة التجريبية ضمت 44 لاعبا.

### أدوات الدراسة:

إستمارة إستبائية و بطارية إختبار.

### إقتراحات:

\* ضرورة إستخدام الطرق العلمية في عملية إنتقاء اللاعبين عند الفئات الصغرى التي تعتبر القاعدة الأساسية.

\* منح الفئات الشبانية القدر الكافي من الإهتمام بجميع الجوانب.

\* إجراء بحوث ودراسات مشابهة على الأصناف الأخرى.

### 2-التعليق على الدراسات السابقة:

مما لا شك فيه ان الدراسات السابقة والمشاركة أهمية كبيرة لما لها من معلومات ومرتكزات يعتمد عليها الباحث في بناء البحث وتركيبه تركيباً منهجياً ومعرفياً بشكل مقبول من ناحية الإطار أو الرصيد.

ان هذه الدراسات قد عالجت جوانب هامة من موضوع الانتقاء في مختلف الألعاب الجماعية وتخصصت هذه الدراسات الى جانب الانتقاء بصفة عامة ومحدداته ومعايره واسسه العلمية من وجهة نظر المدربين او القيام باختبارات اللاعبين.

ومن خلال ما قمنا به من قراءات واستطلاع النتائج وتقارير الابحاث السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة في ما يخص الدراسات المتعلقة بمحددات الانتقاء كدراسة احمد علي حسين ولكريم ليلة فقد استفدنا منها من حيث المنهج المستخدم في جمع البيانات ومساعدة الباحث في بناء استمارة استبيان الخاصة بمحددات الانتقاء البيولوجية والنفسية للفئات الشبانية.

كما نلاحظ ان هذه الدراسات لها اتصال مباشر بموضوعنا لهذا استعملناها كمراجع ومصادر لإثراء البحث بشكل عميق للوصول الى النتائج المدققة باستعمال التوصيات والنتائج المتحصل عليها ومن هنا نرى ان كل بحث يكون مكملاً للأخر ويكون منطلق لبدء بحوث اخرى.

وخلاصة القول من خلال الدراسات السابقة والمرتبطة تمكنا من الاستفادة من تلك البحوث والدراسات حيث شكلت اطارا نظرياً لموضوع الدراسة الحالية كما تم الاستفادة من الاجراءات المستخدمة في تلك البحوث كالمناهجية, اختيار العينة, ادوات الدراسة, وكذلك الاسلوب الاحصائي المستخدم.



## الفصل الثاني

### الاطار العام للدراسة

1-الكلمات الدالة في الدراسة:

1-1-المحدد : هو ذلك الإطار الذي يقع في نطاقه الشيء المقصود منه. (مذكرة ماجستير ، محمود عبد العظيم عبد السلام فتح الله).

1-1-1-التعريف اللغوي للمحدد:

مُحَدَّدٌ لِمَا يَنْبَغِي أَنْ يَكُونَ : مُعَيَّنٌ ، مُخَصَّصٌ. (المعجم الجامع ، المعلم اللغوي).

1-1-2-التعريف الإجرائي للمحدد :

هو الإطار الذي يتم في ضوئه تحديد قيم الأشياء سواء كانت جسمية ، بدنية ، مهارية ، نفسية، فسيولوجية ، ومعرفية وحصرها في حدود ، فإذا كان المحدد يحدد قيم الصفات النفسية سمي المحدد النفسي وإذا كان يحدد قيم الصفات البدنية سمي المحدد البدني وهكذا بالنسبة لباقي المحددات الأخرى (أبو العلا أحمد عبد الفتاح،1985م،ص44).

1-2-1-الانتقاء:

1-2-1-1-التعريف اللغوي:

نقى، انتقى وتعني الاختيار (علي بن هادي وآخرون،1991،ص108).

1-2-2-1-التعريف الاصطلاحي:

ويعرف كل من حلمي ن ونبيل العطار (1977) الانتقاء بأنه عبارة عن انتخاب أفضل العناصر ممن لديهم الاستعدادات والرغبة لممارسة نشاط معين،بينما يعرفه فرج بيومي 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 (محمد حازم،محمد أبو يوسف:2005م،ص19-20)..

1-2-3-1-التعريف الإجرائي:

هو عملية يتم من خلالها اختيار أفضل اللاعبين وفق محددات ومعايير على فترات زمنية مبنية على مراحل مختلفة. -الانتقاء الرياضي : " هو اختيار العناصر البشرية التي تتميز بمقومات النجاح في النشاط الرياضي المعين".

1-3-1-الملاكمة:

1-3-1-1-التعريف اللغوي:

لاكمَ يلاكم ، مُلاكِمَةٌ ، فهو مُلاكِمٌ ، والمفعول مُلاكِمٌ  
لَاكِمَ خَصْمَهُ : مَارَسَ مَعَهُ الْمُلاكِمَةَ ، لَكِمَ كُلُّ مِنْهُمَا الْآخَرَ (/ar.wikipedia.org/wiki/ملاكمة)

1-3-2-1-التعريف الاصطلاحي:

تعد رياضة الملاكمة من أهم الرياضات الفردية الواسعة الانتشار في جميع أنحاء العالم،وهي مظهر للبطولة الفردية فالملاكم وحده هو الذي يتحمل نتيجة المباراة بعكس الألعاب الجماعية ، كما تعتبر إحدى الوسائل التربوية المهمة ،حيث يتصافح الملاكم مع منافسه قبل اللكم وبعد الانتهاء من المباراة بصرف النظر عن الفائز(السيد علي شبيب،2014،ص56).

### 1-3-3- التعريف الإجرائي:

الملاكمة، الملقبة أيضاً "برياضة الملوك" أو الفنّ النبيل، هي رياضة يهاجم فيها اثنان من الرياضيين ذوي الوزن المماثل بعضهما البعض بقبضاتهم في سلسلة فترات تتراوح من 1 إلى 3 دقائق تسمى "الجولات".

### 1-4-1- الصفات البدنية:

#### 1-4-1-1- التعريف الاصطلاحي للصفات البدنية :

يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الاتحاد السوفياتي والكتلة الشرفية مصطلح "الصفات البدنية" أو "الحركية" للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية، للإنسان وتشمل كل من (القوة، السرعة، التحمل، الرشاقة، المرونة) ويربطون هذه الصفات بما نسميه "الفورمة الرياضية" التي تتشكل من عناصر بدنية، فنية خططية ونفسية بينما يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الولايات المتحدة الأمريكية عليها اسم "مكونات اللياقة البدنية" باعتبارها إحدى مكونات اللياقة الشاملة للإنسان، والتي تشتمل على مكونات اجتماعية، نفسية وعاطفية وعناصر اللياقة البدنية عندهم تتمثل في العناصر السابقة على حسب رأي الكتلة الشرقية بالإضافة إلى (مقاومة المرض، القوة البدنية، والجلد العضلي، التحمل الدوري التنفسي القدرة العضلية، التوافق، التوازن والدقة). وبالرغم من هذا الاختلاف إلا إن كلا المدرستين اتفقتا على أنهما مكونات وان اختلفوا حول بعض العناصر. (محمود عوض البسيوني، 1992، ص171).

## 2- إشكالية الدراسة:

انتهجت الجزائر في الميدان الرياضي سياسة حديثة من اجل تسخير الإمكانيات للشباب الجزائري ،التي تسمح له بإبراز كل قدراته البدنية . ولكن هناك شباب لم تتح لهم الفرصة للكشف عن موهبتهم الرياضية ، وأبطال مجهولين ظلوا في دائرة التهميش ومن اجل التخفيف من حدة المشكلة ،تم انتهاج سياسة تتكفل بانتقاء الرياضيين وتوجيه كل رياضي في الاختصاص المناسب وذلك من خلال تشجيع الرياضة النخبوية ، وللوصول إلى رياضي النخبة يجب انتقاء الرياضيين من الفئات الصغرى.

و يرجع الاهتمام بمشكلة انتقاء الرياضيين إلى الانخفاض المذهل لمستوى النتائج والأرقام الرياضية التي تطالعنا بها وسائل الإعلام يوما بعد يوم خاصة في الملاكمة الجزائرية ، مما أدى في المقابل إلى ارتفاع هائل في حجم المتطلبات البدنية التي تفرضها حلبة المنافسة الرياضية على الرياضيين .

بحيث إن المشكلة التي تواجه جميع المدربين والاختصاصيين اليوم هي هئية الناشئين للوصول بهم إلى أعلى المستويات ، وإن عملية الاهتمام بالناشئين لغرض الاعتماد عليهم مستقبلا يتطلب الاختيار والانتقاء 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 الملاكمة يعتبر ظاهرة مستمرة غير منفصلة في سير العمل التدريبي إلا أن هذه الظاهرة تعتمد على كثير من الجوانب ومنها الجانب البدني للرياضي الناشئ .  
ومن هنا جاء طرحنا لإشكالية بحثنا هذا:

### التساؤل العام:

هل للمحددات البدنية دور في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة ؟

### الأسئلة الجزئية

1-2-1- هل صفة القوة عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة ؟

2-2-1 هل صفة التحمل عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة ؟

3-2-1 هل صفة السرعة عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة ؟

### أهداف الدراسة:

نهدف من خلال دراستنا إلى:

-معرفة بعض المحددات البدنية للفئات الصغرى.

-معرفة الخصائص المميزة للاعب الملاكمة الحديثة.

- لفت انتباه المدربين في جميع التخصصات لأهمية الجانب البدني بالنسبة للرياضيين الناشئين .

أهمية الدراسة:

إن إنجازنا لهذا البحث يعد بادرة الاهتمام، من أجل معرفة لمحددات البدنية الإنتقاء لاعبي الملاكمة ، التي لطالما كان مسعى المدربين، كما نهدف من خلاله إلى مراعاة الخصائص البدنية لدى الملاكمين ( 10\_12 ) سنة وكذا إبراز أهمية تنظيم المحددات البدنية للانتقاء في الرياضة عامة و في الملاكمة خاصة، وما يلعبه مستقبلا في ميدانه "المستوى العالي" كما نسعى كذلك من خلال دراستنا هذه القضاء على الأعراض الناتجة عن سوء الانتقاء المنهجي من حيث التدريب والتنظيم ، و محاولة منا لإضافة بعض المعلومات الجديدة إلى الرصيد العلمي والمعرفي الخاص بهذا الموضوع.

فرضيات الدراسة:

**الفرضية العامة :** للمحددات البدنية دور في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة.

-تعتبر صفة القوة عامل أساسي في عملية انتقاء ناشئي الملاكمة.

-تعتبر صفة التحمل عامل أساسي في عملية انتقاء ناشئي الملاكمة .

-تعتبر صفة السرعة عامل أساسي في عملية انتقاء ناشئي الملاكمة .

## الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية للدراسة

## تمهيد:

يمكن وصف البحث العلمي على أنه مغامرة شاقة مليئة بالنشاط و المجازفات ، التي تجري وقائعها بين أحضان العلم ، هذه المغامرة تستدعي الصبر ، الموضوعية ، الجهد المتواصل ، التنظيم ، التخيل الخصب ، الفطنة الحادة ، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة ... إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية لنجاح البحث.

في هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة ، ومن أجل الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى ، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى ، كما هو معروف فان ما يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية ، هذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

## 1- الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهد الباحث كثيرا من إبعادها وجوانبها. وفي دراستنا حول موضوع "أهمية المحددات البدنية للمرحلة العمرية (9-12 سنة) على عملية الانتقاء لدى لاعبي الملاكمة"، توجهنا إلى بعض الأندية من أجل تقديم الاستبيان للمدربين، وهذا من أجل تشخيص وجمع المعلومات والأفكار والتحقق من الفرضيات. ومن خلال هذه الدراسة تمكنا من وضع الاستبيان والذي وجهناه إلى المدربين، ومن بين الأسئلة التي وجهناها إليهم ما يلي:

-على ماذا تعتمد في عملية الانتقاء؟

-هل المرحلة العمرية (9-12 سنة) تعتبر أهم مرحلة لانتقاء اللاعبين؟

-هل تراعي في عملية الانتقاء الفروق البدنية للملاكم؟

### 1-1- المجال المكاني و الزماني:

#### 1-1-1- المجال المكاني:

تم توزيع الاستبيان على مجموعة من المدربين لبعض أندية ولاية المسيلة الناشطة.

#### 1-1-2- المجال الزماني:

كانت بداية القيام بهذه الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة بين يوم السبت 21 أبريل 2018 إلى غاية يوم الخميس 03 مايو 2018، حيث تم توزيع الاستبيان على المدربين.

## 2- تحديد متغيرات الدراسة:

تكتسي مرحلة تحديد متغيرات البحث، أهمية كبيرة لهذا يمكن القول أنه كمي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانيا، أنه لا بد من العمل على صياغة و تجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق إذ أنه لا بد أن يحرص كل باحث حرصا شديدا على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها أن تؤثر سلبا على مسار إجراء دراسته.

### 2-1- المتغير:

هو ذلك العامل الذي يحصل فيه تعديل أي تغير لعلاقته بمتغير آخر وهو نوعان:

#### أ- المتغير المستقل:

هو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر على متغير تابع.

#### ب- المتغير التابع:

هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث لقياسها، وهي تتأثر تبعا لمتغير مستقل.

تتمثل متغيرات بحثنا فيما يلي:

\*المتغير المستقل يتمثل في: المحددات البدنية.

\*المتغير التابع : عملية الانتقاء.

### 3-مجتمع وعينة الدراسة:

حرصنا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع ، حيث قمنا باختيار عينتنا المتمثلة في مدربي أندية ولاية المسيلة ، أي أننا لم نخصص العينة بأي خصائص أو مميزات كالمستوى الدراسي، السن، الخبرة،...الخ. بحيث أن مجموع مجتمع الدراسة نفسه عينة الدراسة أي 15 مدربا .

- قمنا بتوزيع 15استمارة استبيان على مختلف مدربي أندية ولاية المسيلة(بلدية مسيلة-بلدية حمام الضلعة-بلدية بوسعادة )، حيث تمكنا من استرجاع 15 استمارة استبيان مما استلزم حصر عينتنا على 15 مدرب.

### 4-المنهج المتبع في الدراسة:

إن مناهج البحث عديدة ومتنوعة ومتباينة تباين الموضوعات و الإشكاليات ولا يمكن أن ننجز هذا البحث دون الاعتماد على منهج واضح يساعد على دراسة و تشخيص الإشكالية التي يتناولها بحثنا (ذو الوظيفة) والوصفية إذ يعتمد على اتصال الباحث للميدان ودراسة ما هو قائم فيه بالفعل لذا أستخدم المنهج الوصفي الذي "يعرف بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة محل الدراسة " .

"ويمكن تعريفه بأنه ذلك العامل الذي من خلاله نقوم بتحديد طبيعة وخصائص بعض الظواهر المعينة لأجل تحليل العلاقات بين مختلف المتغيرات محاولين بذلك قياسها بطريقة كمية في قلبه وأسلوبه أخصائي هادفين من خلال ذلك إلى استخلاص نتائج الموضوع تنبؤاته عن تطور مختلف الظواهر".

ويعرف في مجال التربية والتعليم بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية ، كما هي قائمة من الحاضر يقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها ، أو بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية .

وتم إتباع الخطوات التالية:

-وصف موضوع الدراسة وصفا دقيقا وذلك من خلال جمع المعلومات الكافية.

-التحقق من المعلومات المجموعة حول موضوع الدراسة بالوصف الدقيق و التحليل ذا النتائج الجيدة اعتمادا على الظروف المصاغة والمحددة سابقا بغية استخلاص التعليمات ذات النتائج الجيدة.

### 5-أدوات جمع البيانات و المعلومات:

#### 5-1-الاستبيان:

لقد استعملنا من أجل الوصول إلى الحقيقة الاستبيان الموجه إلى المديرين كي نحصل على أكبر عدد من المعلومات ، وللتأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل النتائج ، وإعطاء اقتراحات وتوضيحات لفتح المجال أمام دراسات أخرى أكثر تعمقا في هذا الموضوع.

اعتمدنا في هذا الاستبيان على طرق مختلفة في أنواع الأسئلة التي تنقسم إلى ثلاثة أنواع :

أ- الأسئلة المغلقة أو محدودة الإجابات:

وفي هذا النوع من الأسئلة يحدد الباحث الإجابات الممكنة أو المحتملة لكل سؤال ويطلب من المستجيب اختيار أحدها أو أكثر.

#### ب- الأسئلة المغلقة المفتوحة:

في مثل هذا النوع من الأسئلة يطرح الباحث في البداية سؤالاً مغلقاً أي يحدد فيه الإجابة المطلوبة ويقيد المبحث باختيار الإجابة.

#### 5-2- الخصاص السيكومترية لأداة الدراسة :

#### 5-2-1- الصدق :

إن المقصود بالاستبيان هو أن يقيس الاختبار بالفعل القدرة أو الظاهرة التي وضع لقياسها إذ أنه وبعد إعداد الاستبيان في شكله النهائي مرفقاً بالإشكالية و الفرضيات، وبعد عرضه على الأساتذة المحكمين المتخصصين في التربية البدنية و الرياضية و منهجية البحث العلمي ، لإبداء ملاحظاتهم حول مدى تطابق الأسئلة للمحاور التي وضعت لأجلها ، قمنا بتطبيق أو تجريب الاستبيان على 5 أساتذة تم اختيارهم عشوائياً ، وذلك للتأكد من وضوح العبارات و سهولة فهمها و تغطيتها لجميع جوانب الدراسة ضماناً لاكتمال الإجابة على الأسئلة ، و يحتوي الاستبيان على 21 سؤالاً منها الأسئلة المغلقة أو محدودة الإجابات و الأسئلة المغلقة المفتوحة ، وهذا ما يعرف بالصدق الظاهري للأداة . (عمار بوحوش ، محمد محمود ذنبيات : 1990، ص72).

#### 5-2-2- الثبات :

بالنسبة للثبات فقد تم توزيع استمارة الاستبيان على عينة من افراد المجتمع الاصيلي للدراسة والذي تجاوز 40% من مدربي الملاكمة ، حيث وجدنا اجاباتهم تتشابه الى حد بعيد و بعد أسبوعين قمنا باعادة توزيع الاستبيان على نفس العينة فلم تختلف اجاباتهم وكانت النتائج كلها متقاربة .

#### 5-2-3- الموضوعية :

يتم تحقيق شرط الموضوعية لما يقوم مجموعة من المختبرين بتطبيق أداة الدراسة في نفس الوقت يجب أن يحصلوا على نتائج متقاربة ، و يجب أن تكون تعليمات تطبيق أداة الدراسة سهلة و مفهومة و واضحة كلما كان الثبات عالياً كانت الموضوعية عالية .

#### 6- إجراءات التطبيق الميداني للأداة:

في دراستنا حول موضوع " أهمية المحددات البدنية للمرحلة العمرية (9-12 سنة ) في عملية الانتقاء لدى لاعبي الملاكمة

حيث توجهنا إلى الأندية الناشطة على تراب ولاية المسيلة من أجل تشخيص وجمع الأفكار والمعلومات ، والتحقق من الفرضيات.

#### 7- حدود الدراسة :

اقتصرت دراستنا على أندية ولاية المسيلة وهذا بحكم قربها وكذا لضيق الوقت بالإضافة إلى تفرّد الأعباء المادية التي تتطلبها الدراسة خارج ولاية المسيلة من مصاريف تنقل إلى غير ذلك من تكاليف.

## 8- الأساليب الإحصائية

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا طريقة الإحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة و الأداة الحقيقية التي نعالج بها النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث و الاستقصاء كما اعتمدنا على برنامج spss في تحليل البيانات وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلي:

**النسبة المئوية :** بما أن البحث كان مختصرا على البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجد أن أفضل وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المتحصل عليها هو استخدام النسبة المئوية.

طريقة حسابها النسب المئوية تساوي :

عدد التكرارات / 100 X العينة

ع 100%

ت س ع = ت/100 X ع

ع: عدد العينة

ت: عدد التكرارات

س: النسبة المئوية

متوسط الحساب المرجح  $i X$  : هو المشاهدة (الرتبة في هذه الحالة)

$n_i$  هو تكرار المشاهدة (التكرار).



## الفصل الرابع

عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

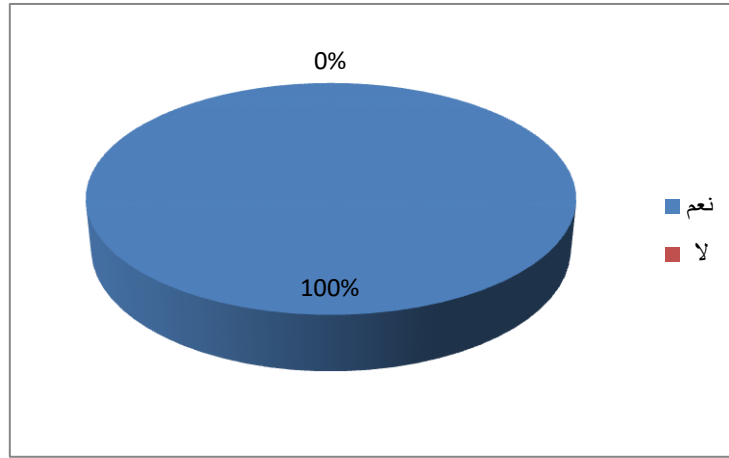
المحور الأول : محددات القوة

السؤال رقم ( 01 ) : هل إمكانية وصول الملاكم إلى المستويات العليا مرهون بعامل القوة ؟

جدول رقم(2): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 01 من المحور 01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	15	%100					
لا	0	0					
المجموع	15	%100	3.841	11,267	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(2):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 01 من المحور01



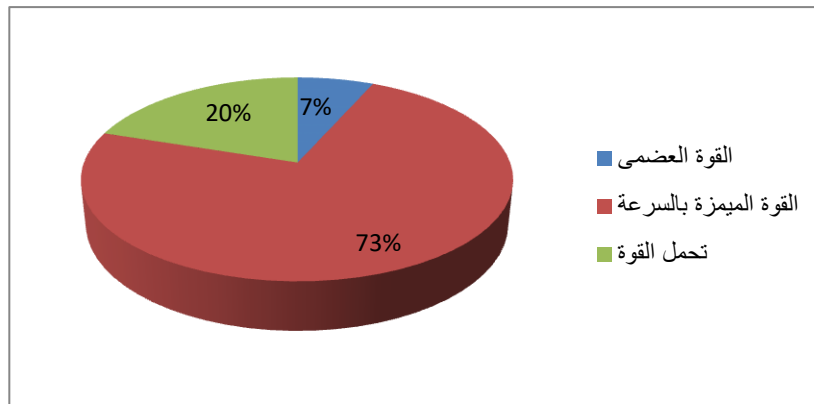
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة الأولى التي تنص على (هل إمكانية وصول الملاكم إلى المستويات العليا مرهون بعامل القوة؟) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 100% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و نسبة الذين أجابوا ب لا منعدمة، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11,267 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل إمكانية وصول الملاكم إلى المستويات العليا مرهون بعامل القوة؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 02 ) : في نظرك ، ما هو أهم نوع من القوة العضلية التي تخدم الملاكم ؟  
جدول رقم(3): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم:02 من المحور01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	الحسوبة			
القوة العظمى	1	7%					
القوة المميزة بالسرعة	11	73%	5.991	11,200	0.05	2	دالة إحصائياً
تحمل القوة	3	20%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم(3):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 02 من المحور01



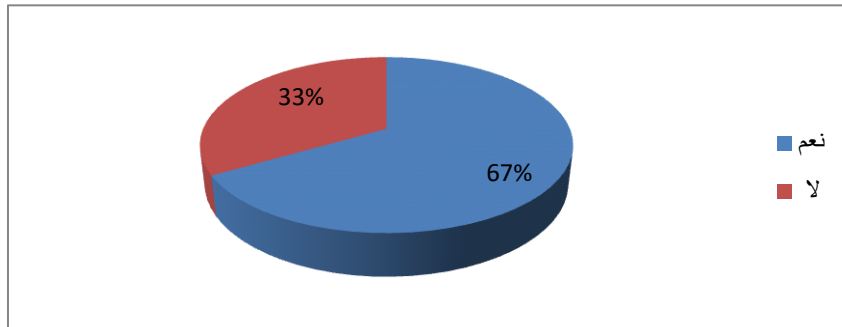
من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال ( في نظرك ، ما هو أهم نوع من القوة العضلية التي تخدم الملاكم ؟ ) معظمها كانت لصالح ( القوة المميزة بالسرعة ) بنسبة 73% ، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبين في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> الحسوبة تساوي 11,200 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 5.991 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=2$  ، مما يدل على أن عبارة (في نظرك ، ما هو أهم نوع من القوة العضلية التي تخدم الملاكم ؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 03 ): هل ترى أن عنصر القوة يدخل ضمن محددات انتقاء ناشئي الملاكمة ؟  
جدول رقم(4): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 03 من المحور01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	10	%67					
لا	5	%33					
المجموع	15	%100	3.841	1,667	0.05	1	غير دالة إحصائياً

الشكل رقم(4): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 03 من المحور01



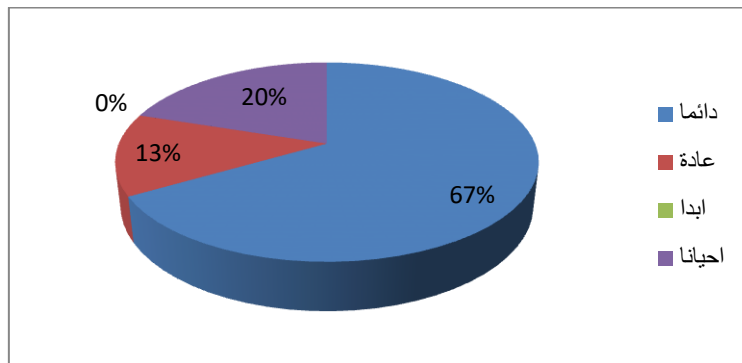
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل ترى أن عنصر القوة يدخل ضمن محددات انتقاء ناشئي الملاكمة) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل %67 من أفراد العينة أجابوا ب نعم و%33 أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 1,667 وهي اصغر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$  ، مما يدل على أن عبارة (هل ترى أن عنصر القوة يدخل ضمن محددات انتقاء ناشئي الملاكمة.) لها دلالة غير إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 04 ) : هل تعتمد في تدريباتك على تمارين القوة ؟  
جدول رقم(5): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 04 من المحور 01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائما	10	67%	5.991	7,600	0.05	2	دالة إحصائياً
عادة	2	13%					
أبدا	0	0%					
أحيانا	3	20%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم(5): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 04 من المحور 01



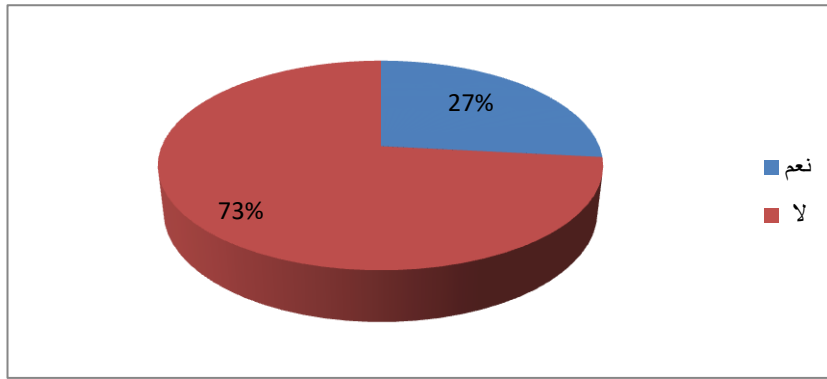
من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال ( هل تعتمد في تدريباتك على تمارين القوة ؟ ) معظمها كانت لصالح ( دائما ) بنسبة 67% و بنسبة منعدمة ( أبدا ) ، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 7,600 وهي اكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 5.991 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=2$  ، مما يدل على أن عبارة (هل تعتمد في تدريباتك على تمارين القوة ؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 05 ): بصفتك مدرب ملاكمة ، هل تستغني عن عنصر القوة أثناء انتقاء الناشئين ؟  
جدول رقم(6): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 05 من المحور01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	4	%27					
لا	11	%73					
المجموع	15	%100	3.841	3,267	0.05	1	غير دالة إحصائياً

الشكل رقم(6):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم: 05 من المحور01



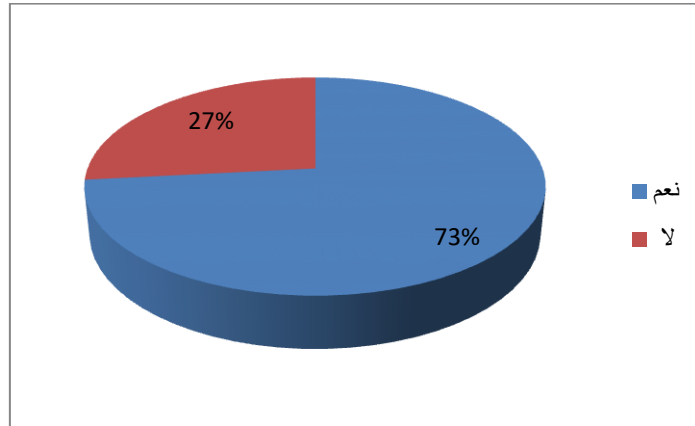
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل تستغني عن عنصر القوة أثناء انتقاء الناشئين) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل %73 من أفراد العينة أجابوا بلا و %27 أجابوا بنعم ، وهذا لا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 3,267 وهي اصغر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل تستغني عن عنصر القوة أثناء انتقاء الناشئين ؟) ليس لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 06 ): هل تعتبر ان القوة هي العنصر الفعال في تحقيق الأهداف المرجوة للملاكم ؟  
جدول رقم(7): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 06 من المحور01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	11	%73					
لا	4	%27					
المجموع	15	%100	3.841	3,267	0.05	1	غير دالة إحصائياً

الشكل رقم(7):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 06 من المحور01



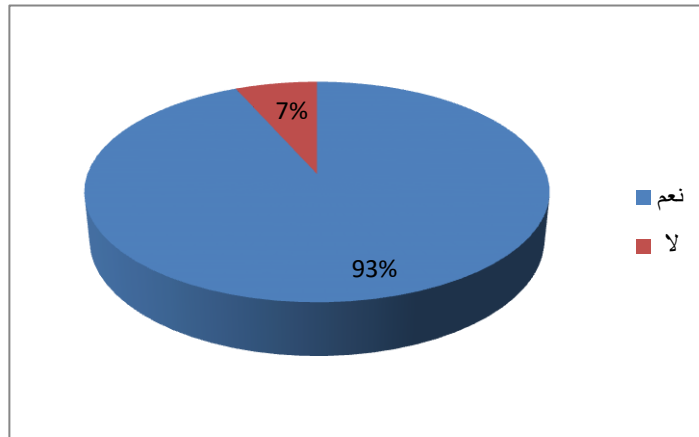
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل تعتبر ان القوة هي العنصر الفعال في تحقيق الأهداف المرجوة للملاكم) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل %73 من أفراد العينة أجابوا ب نعم و %27 أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبين في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 3,267 وهي اصغر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$  ، مما يدل على أن عبارة (هل تعتبر ان القوة هي العنصر الفعال في تحقيق الأهداف المرجوة للملاكم) ليس لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 07 ): هل هناك اختبارات خاصة تعتمدون عليها للكشف عن عنصر القوة ؟  
جدول رقم(8): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 07 من المحور 01

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	14	%93					
لا	1	%7					
المجموع	15	%100	3.841	11,267	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(8):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 07 من المحور 01



يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل هناك إختبارات خاصة تعتمدون عليها للكشف عن عنصر القوة ) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل %93 من أفراد العينة أجابوا ب نعم و %7 أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11,267 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل هناك إختبارات خاصة تعتمدون عليها للكشف عن عنصر القوة ) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

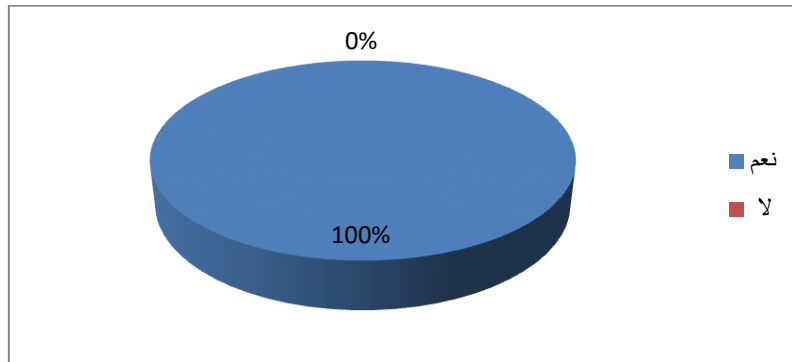
المحور الثاني : محددات التحمل

السؤال رقم ( 01) : هل تعتبر أن نجاح الملاكم مرهون بعامل التحمل ؟

جدول رقم(9): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 01 من المحور02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	15	%100					
لا	0	0					
المجموع	15	%100	3.841	11.267	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(9):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 01 من المحور02



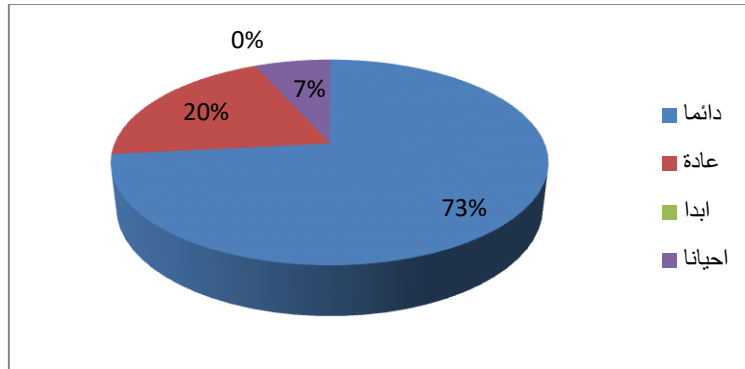
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل تعتبر أن نجاح الملاكم مرهون بعامل التحمل ) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 100% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و نسبة الذين اجابوا ب لا منعدمة ، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينه في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11,267 وهي اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل تعتبر أن تألق الملاكم و نجاحه مرهون بعامل التحمل ) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 02 ): التحمل يعتبر العامل الأساس في انتقاء ناشئي رياضة الملاكمة ؟  
جدول رقم(10): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 02 من المحور 02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائما	11	73%	5.991	11,200	0.05	2	دالة إحصائياً
عادة	3	20%					
أبدا	0	0%					
أحيانا	1	7%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم(10):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم: 02 من المحور 02



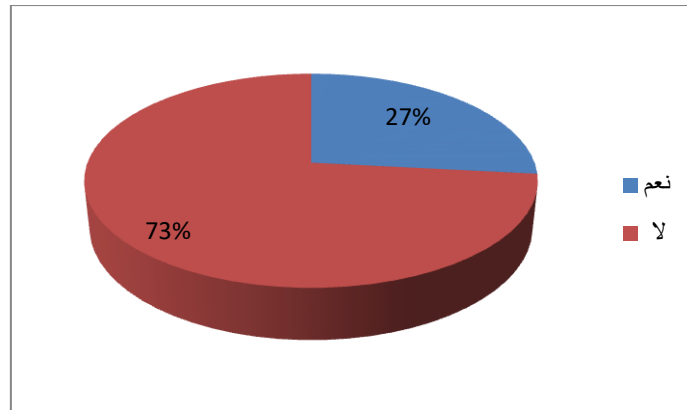
من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال ( التحمل يعتبر العامل الأساس في انتقاء الناشئين لرياضة الملاكمة ) معظمها كانت لصالح ( دائما ) بنسبة 73% و بنسبة منعدمة ( ابدا ) ، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11,200 وهي اكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 5.991 عند مستوى دلالة = 0.05 درجة الحرية df=2 ، مما يدل على أن عبارة (التحمل يعتبر العامل الأساس في انتقاء الناشئين لرياضة الملاكمة .) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 03 ) : هل يمكنك الاستغناء بشكل كلي عن عنصر التحمل أثناء انتقاء الناشئين ؟  
جدول رقم(11): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 03 من المحور 02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	4	27%					
لا	11	73%					
المجموع	15	100%	3.841	3,267	0.05	1	غير دالة إحصائياً

الشكل رقم(11):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 03 من المحور 02



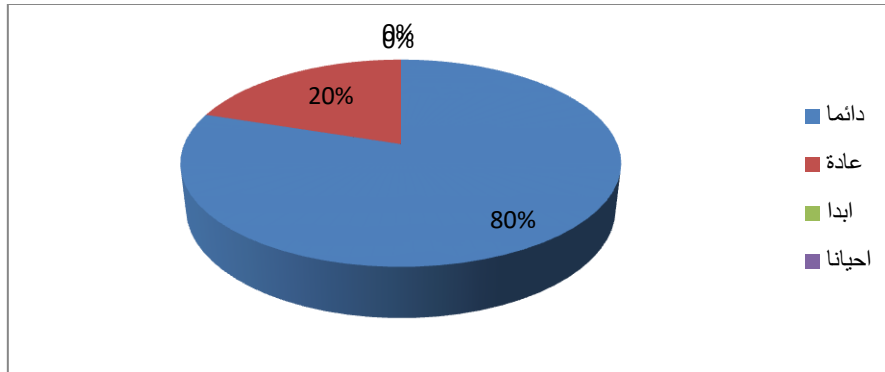
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل يمكنك الاستغناء بشكل كلي عن عنصر التحمل أثناء انتقاء الناشئين؟) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 73% من أفراد العينة أجابوا ب لا و 27% أجابوا بنعم، وهذا يعبر على عدم رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والميينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 3,267 وهي اصغر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل يمكنك الاستغناء بشكل كلي عن عنصر التحمل أثناء انتقاء الناشئين ؟ ) لها دلالة غير إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 04 ): إلى أي مدى تعتمد في تدريباتك على تمارين التحمل ؟  
جدول رقم(12): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 04 من المحور 02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائما	12	80%					
عادة	3	20%					
أبدا	0	0%					
أحيانا	0	0%					
المجموع	15	100%	3.841	5,400	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(12):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم: 04 من المحور 02



من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال إلى أي مدى تعتمد في تدريباتك على تمارين التحمل (معظمها كانت لصالح (دائما) بنسبة 80% و بنسبة منعدمة (أبدا) ، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 5,400 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$  ، مما يدل على أن عبارة (إلى أي مدى تعتمد في تدريباتك على تمارين التحمل) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

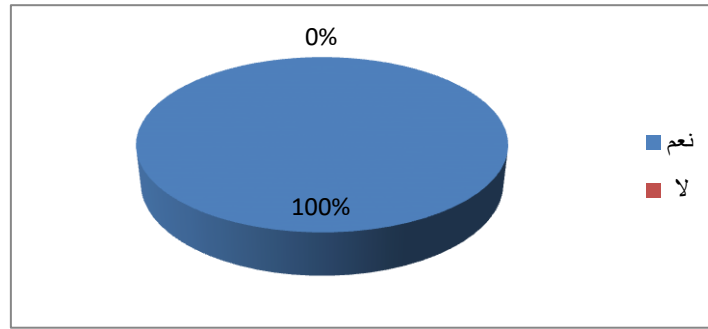
## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم (05) : التحمل مجرد إضافة لا تستخدم الملائم ؟

جدول رقم(13): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 05 من المحور02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	15	%100					
لا	0	0					
المجموع	15	%100	3.841	11.267	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(13) رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 05 من المحور02



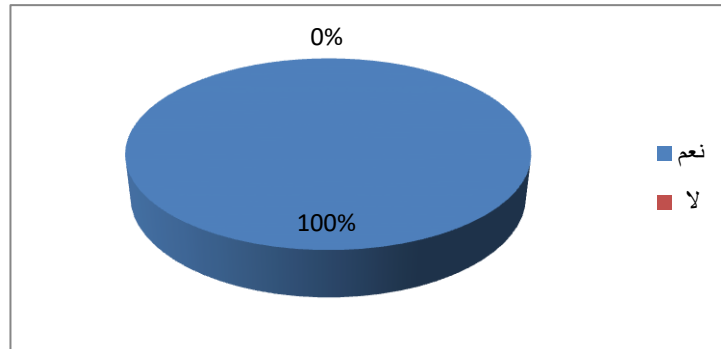
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (التحمل مجرد إضافة لا تستخدم الملائم) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 100% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و نسبة الذين اجابوا ب لا متعدمة، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11,267 وهي اكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة = 0.05 درجة الحرية df=1، مما يدل على أن عبارة (التحمل مجرد إضافة لا تستخدم الملائم) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 06 ): هل ترى أن عنصر التحمل يدخل ضمن أهم المحددات البدنية لإنتقاء ناشئي الملاكمة؟  
جدول رقم(14): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 06 من المحور02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	15	100%					
لا	0	0%					
المجموع	15	%100	3.841	11.267	0.05	1	دالة إحصائياً

الشكل رقم(14):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 06 من المحور02



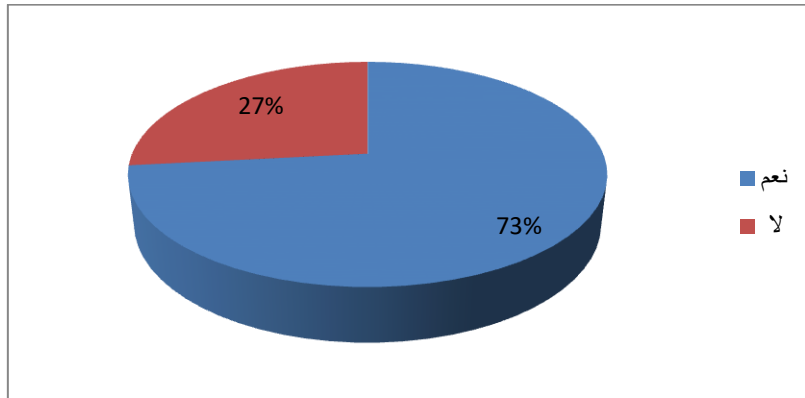
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل ترى أن عنصر التحمل يدخل ضمن أهم المحددات البدنية لإنتقاء ناشئي الملاكمة) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 100% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و نسبة الذين اجابوا ب لا منعدمة ،وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبين في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11,267 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل ترى أن عنصر التحمل يدخل ضمن أهم المحددات البدنية لإنتقاء ناشئي الملاكمة) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 07 ): ما هي انواع التحمل التي تركز عليها في انتقاء الناشئين  
جدول رقم(15): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 07 من المحور02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	11	%73					
لا	4	%27					
المجموع	15	%100	3.841	3.267	0.05	1	غير دالة إحصائياً

الشكل رقم(15):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 07 من المحور02



يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (ما هي انواع التحمل التي تركز عليها في انتقاء الناشئين) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل %73 من أفراد العينة أجابوا ب نعم و %27 أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 3.267 وهي اصغر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة = 0.05 درجة الحرية df=1، مما يدل على أن عبارة (ما هي انواع التحمل التي تركز عليها في انتقاء الناشئين) لها دلالة غير إحصائية فيما بين أفراد العينة

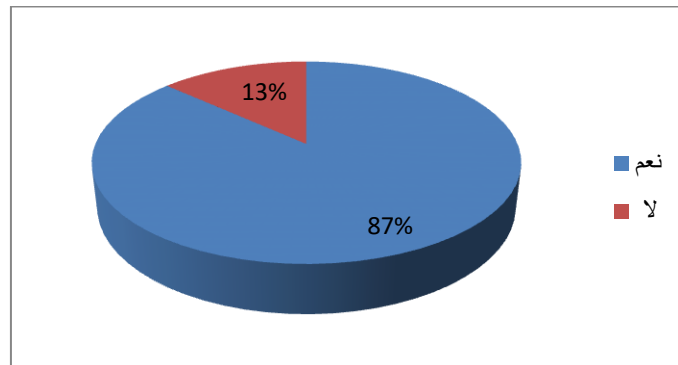
## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

المحور الثالث : محددات السرعة

السؤال رقم ( 01): أثناء انتقائك للناشئين في رياضة الملاكمة ، هل تأخذ بعين الاعتبار عنصر السرعة ؟  
جدول رقم(16): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 01 من المحور 03

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	13	%87					
لا	2	%13					
المجموع	15	%100	3.841	8.067	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(16):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 01 من المحور 03



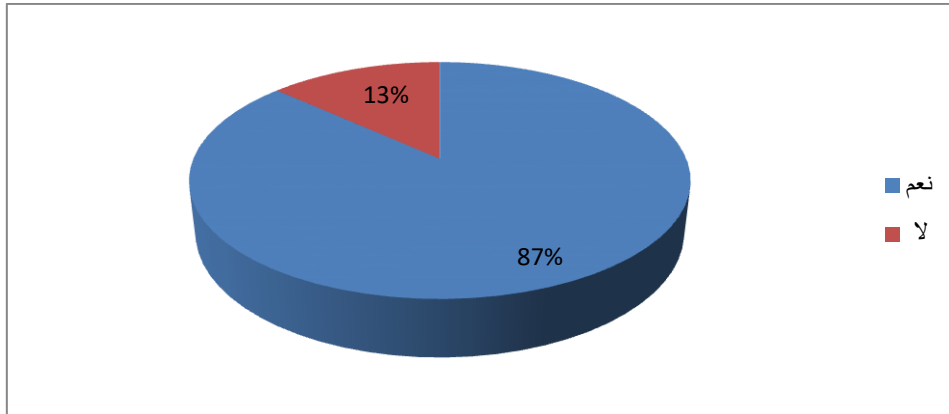
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (أثناء انتقائك للناشئين في رياضة الملاكمة ، هل تأخذ بعين الاعتبار عنصر السرعة ؟) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل %87 من أفراد العينة أجابوا ب نعم و %13 أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبين في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 8.067 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (أثناء انتقائك للناشئين في رياضة الملاكمة ، هل تأخذ بعين الاعتبار عنصر السرعة ؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 02 ): هل تركز على تمارين السرعة كثيرا في التدريب ؟  
جدول رقم(17): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 02 من المحور 03

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	13	87%					
لا	2	13%					
المجموع	15	100%	3.841	8.067	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(17): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم: 02 من المحور 03



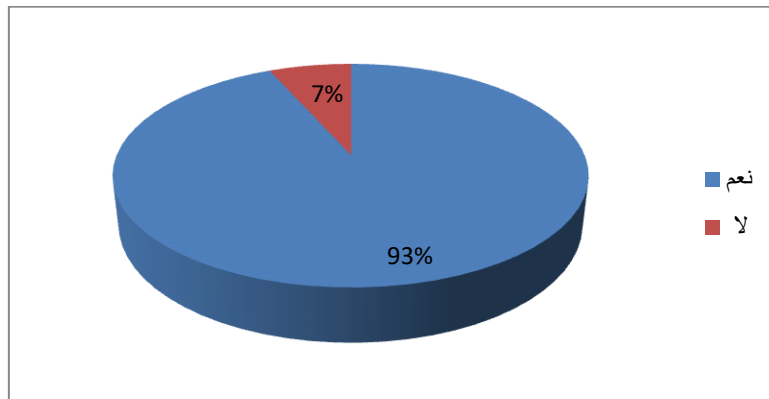
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل تركز على تمارين السرعة كثيرا في التدريب؟) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 87% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و 13% أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبين في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 8.067 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل أنت من المدربين الذين يركزون في تدريبهم على تمارين السرعة؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 03 ): هل المداومة على تمارين السرعة يزيد من سرعة ردة الفعل لدى الملاكم في نظرك ؟  
جدول رقم(18): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 03 من المحور 03

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	14	93%					
لا	1	7%					
المجموع	15	100%	3.841	11.267	0.05	1	دالة إحصائية

الشكل رقم(18) رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 03 من المحور 03



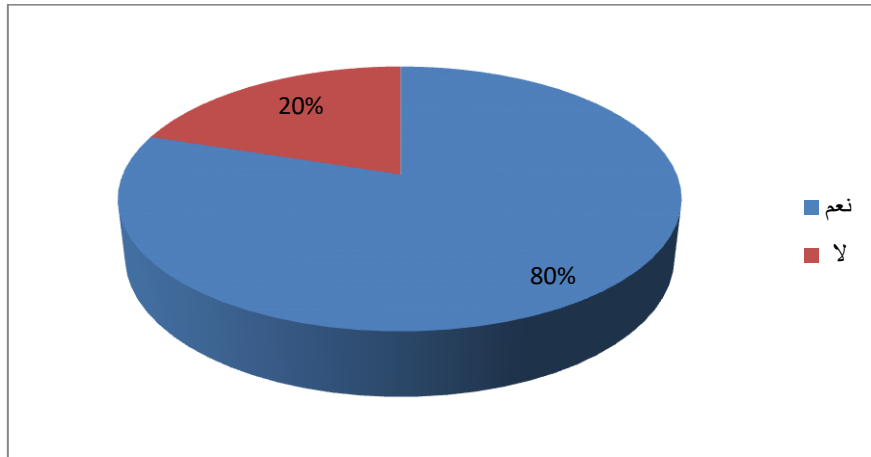
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل المداومة على تمارين السرعة يزيد من سرعة ردة الفعل لدى الملاكم في نظرك ؟) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 93% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و 7% أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11.267 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل المداومة على تمارين السرعة يزيد من سرعة ردة الفعل لدى الملاكم في نظرك ؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 04 ) : هل النجاح في إختبار السرعة يعني تميز الملاكم ؟  
جدول رقم(19): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 04 من المحور 03

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	12	80%					
لا	3	20%					
المجموع	15	100%	3.841	5.400	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(19):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 04 من المحور 03



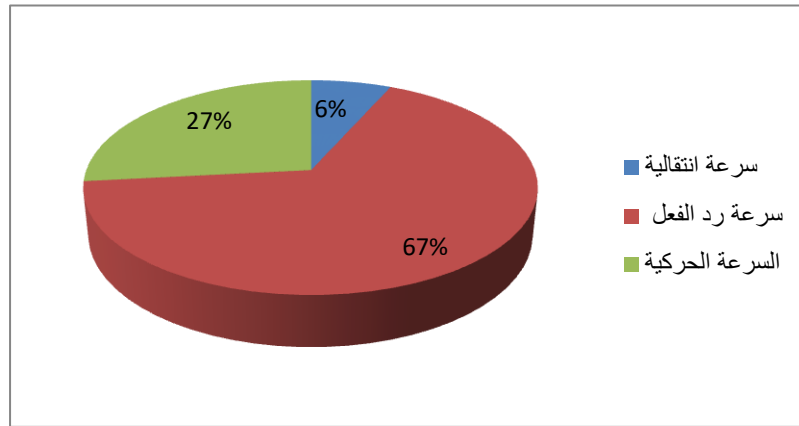
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل النجاح في إختبار السرعة يعني تميز اللاعب؟) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 80% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و 20% أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبين في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 5.400 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل النجاح في إختبار السرعة يعني تميز اللاعب؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 05 ): عادة ، ما هي انواع السرعة التي تعتمدها في تدريباتك ؟  
جدول رقم(20): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 05 من المحور 03

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
سرعة انتقالية	1	6%					
سرعة رد الفعل	10	67%	5.991	8.400	0.05	2	دالة إحصائياً
السرعة الحركية	4	27%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم(20):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 05 من المحور 03



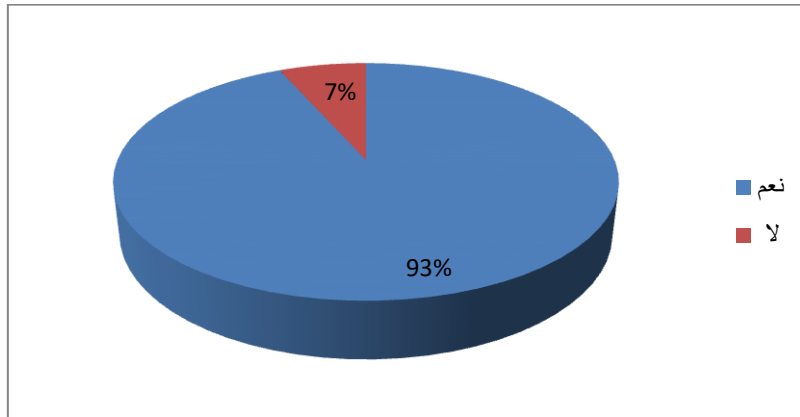
من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول السؤال ( عادة ، ما هي انواع السرعة التي تعتمدها في تدريباتك) معظمها كانت لصالح (سرعة رد الفعل) بنسبة 67% ، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 8.400 وهي اكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 5.991 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=2$  ، مما يدل على أن عبارة (عادة ، ما هي انواع السرعة التي تعتمدها في تدريباتك.) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 06 ): هل هناك إختبارات خاصة تعتمدون عليها للكشف عن عنصر السرعة ؟  
جدول رقم(21): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 06 من المحور 03

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	14	%93	5.991	11.267	0.05	2	دالة إحصائياً
لا	1	%7					
المجموع	15	%100					

الشكل رقم(21):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 06 من المحور 03



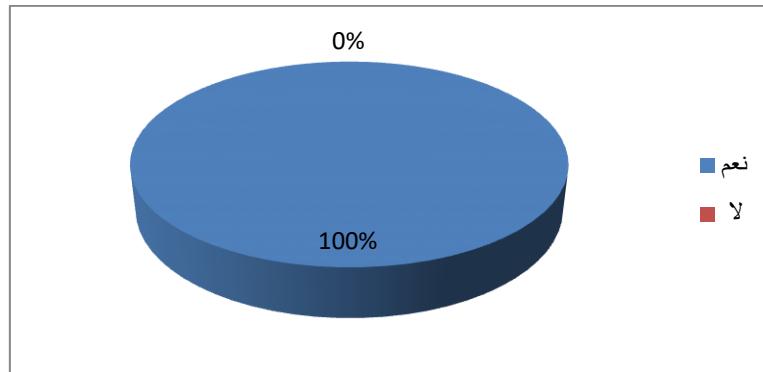
يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل هناك إختبارات خاصة تعتمدون عليها للكشف عن عنصر السرعة ؟) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 93% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و 7% أجابوا ب لا، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11.267 وهي أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 5.991 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=2$ ، مما يدل على أن عبارة (هل هناك إختبارات خاصة تعتمدون عليه للكشف عن عنصر السرعة ؟) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة

## الفصل الرابع — عرض وتحليل النتائج و مناقشتها

السؤال رقم ( 07 ): هل لديك برنامج خاص لتطوير صفة السرعة للملاكم ؟  
جدول رقم(22): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم: 07 من المحور 03

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
نعم	15	100%					
لا	0	0%					
المجموع	15	100%	3.841	11.267	0.05	1	دلالة إحصائية

الشكل رقم(22):رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم : 07 من المحور 03



يتضح من خلال نتائج الجدول نجد أن العبارة التي تنص على (هل لديك برنامج خاص لتطوير صفة السرعة للملاكم) حيث بلغت أكبر نسبة والتي تمثل 100% من أفراد العينة أجابوا ب نعم و نسبة الذين اجابوا ب لا منعدمة ، وهذا يعبر على درجة رضا أفراد العينة على هذا البعد ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا<sup>2</sup> والمبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي 11.267 وهي اكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة 3.841 عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$  درجة الحرية  $df=1$ ، مما يدل على أن عبارة (هل لديك برنامج خاص لتطوير صفة السرعة للملاكم) لها دلالة إحصائية فيما بين أفراد العينة.

مناقشة نتائج الدراسة و ربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى: تعتبر القوة عامل أساسي في إنتقاء ناشئي الملاكمة بعد الإطلاع على الإستبيان من أجل معرفة صدق هذه الفرضية والتي صيغت على النحو التالي (تعتبر القوة عامل أساسي في إنتقاء ناشئي الملاكمة حيث احتوت على 7 أسئلة مرقمة من (7/1) والتي أردنا من خلالها ان نبين مدى اعتماد المدربين على عنصر القوة في عملية الإنتقاء الرياضي، وبعد عملية فرز وتفرغ وتحليل النتائج المحصل عليها بواسطة النسب المثوية من خلال جل جداول المحور الأول نجد بأن عنصر القوة له دورة هام جدا في الانتقاء من طرف المدربين القائمين على تدريب الفئات الصغرى وذلك باهتمامهم على أن وصول الملاكم إلى المستويات العليا يستوجب توفر عنصر القوة بحيث يعتمد أغلبية المدربين على اختبارات خاصة للكشف على صفة القوة وهذا راجع لسهولة توفير الامكانيات الخاصة بماته الاختبارات وهذا ما يشير إليه (محمد لطفي طه(2002) في الخلفية النظرية الى أن الانتقاء الرياضي هو عملية اختيار انسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات و قدرات خاصة تتفوق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط. ص.13.

- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية: يعتبر التحمل عامل أساسي في إنتقاء ناشئي الملاكمة بعد الإطلاع على الإستبيان من أجل معرفة صدق هذه الفرضية والتي صيغت على النحو التالي (يعتبر التحمل عامل اساسي في إنتقاء ناشئي الملاكمة حيث احتوت على 7 أسئلة مرقمة من (7/1) والتي أردنا من خلالها ان نبين مدى اعتماد المدربين على عنصر التحمل في عملية الإنتقاء الرياضي، وبعد عملية فرز وتفرغ وتحليل النتائج المحصل عليها بواسطة النسب المثوية من خلال جل جداول المحور الثاني نجد بأن عنصر الثاني له دورة هام جدا في الانتقاء من طرف المدربين القائمين على تدريب الفئات الصغرى وذلك باهتمامهم على أن

تألق الملاكم في المنافسات الرياضية مرهون بمدى توفر صفة التحمل وان هذا الأخير عنصر لا يمكن الاستغناء عليه أثناء عملية إنتقاء الملاكمين، بحيث تكون معظم التدريبات تركز وتهدف الى تنمية خاصية التحمل وهذا مايشير إليه (تامر محسن واثق تاجي(1976) بأن التحمل من الدعائم الأساسية للياقة البدنية في الفعاليات الرياضية التي يتطلبها الإعداد البدني لفترة طويلة، و تختلف تعاريفه بالنسبة لكل عالم، فيعرفه " تشارلز بوش " انه القدرة على القيام بانقباضات مستمرة و طويلة باستخدام عدد من المجموعات العضلية بقوة ولمدة كافية لإلقاء التعب و العبء على وظائف الجهاز الدوري والتنفسي. ويعرفه " خرابو جي " بأنه القدرة على تحقيق عمل مرتفع الشدة لأطول فترة ممكنة.

- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة: تعتبر السرعة عامل أساسي في إنتقاء ناشئي الملاكمة بعد الإطلاع على الإستبيان من أجل معرفة صدق هذه الفرضية والتي صيغت على النحو التالي (تعتبر السرعة عامل اساسي في إنتقاء ناشئي الملاكمة حيث احتوت على 7 أسئلة مرقمة من (7/1) والتي أردنا من خلالها ان نبين مدى اعتماد المدربين

على عنصر السرعة في عملية الإنتقاء الرياضي، وبعد عملية فرز وتفرغ وتحليل النتائج المحصل عليها بواسطة النسب المئوية .

من خلال حل جداول المحور الثاني نجد بأن عنصر الثاني له دورة هام جدا في الانتقاء من طرف المدربين القائمين على تدريب الفئات الصغرى وذلك باهتمامهم على أن معظم المدربين يعتمدون ويركزون في تدريباتهم على تمارين السرعة وذلك من أجل زيادة سرعة رد الفعل التي تستخدم الملائم، من جهة أخرى يعتمدون على بطارية إختبار خاصة للكشف عن صفة السرعة الان من وجهة نظرهم توفر هذا المحدد خاصة يؤدي الى تميز الملائم با الدرجة الاولى .

وهذا مايشير اليه (محمود عوض بيسوني ، فيصل ياسين الشاطي،ص180-198) إن مصطلح السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابة العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي و الاسترخاء العضلي و يرى البعض الآخر انه يمكن تعريف السرعة بأنها القدرة على أداء حركات معينة في اقصر زمن ممكن،وهنا تكمن علاقة الانتقاء با الفروق الفردية حيث يؤكد كل من (عمر أبو المجد وجمال النمكي،ص109) إن اختلاف الأفراد في استعداداتهم وقدراتهم البدنية وميولهم واتجاهاتهم في الممارسة الحركية، يتطلب أنواعا مختلفة من الأنشطة الرياضية تناسب كل فرد، وذلك ما يسمح بتغطية الميول و الرغبات بما يتماشى مع قدرات الأفراد وإمكانياتهم البدنية والعلمية، وبالتالي العملية التدريبية لم يعتمد فيها الأساليب و البرامج الموحدة لكل الأفراد، و اللاعبين ليسوا قوالب ذات أبعاد موحدة تصب فيها العملية التعليمية و التدريبية، فالأمر يتطلب برامج متنوعة تناسب الطبيعة المختلفة للأفراد وهذا ما يحدث بالفعل في التدريب الرياضي للمستويات العالية.

## الفصل الخامس

### الاستنتاجات و الاقتراحات

### 1/ استنتاجات عامة :

اعتمادا على المعطيات التي استقينها من نتائج الفرضيات حول الدراسة الخاصة ب : المحددات البدنية لانتقاء ناشئي الملاكمة من وجهة نظر المدربين ، تمكنا من التوصل الى مجموعة من الأفكار والمعلومات التي يمكن أن نلخصها في عدة نقاط أهمها :

- للمحددات البدنية دور وإسهام كبير من طرف المدربين القائمين على تدريب الفئات الصغرى لمختلف الرياضات سواء كانت جماعية أو فردية ، وذلك بتركيزهم على النواحي البدنية لإدراك مدى ملائمة كل فرد رياضي للرياضية المناسبة أثناء عملية الإنتقاء في المجال الرياضي ، في حين يجد الباحث في النتائج أعلاه أنه توجد علاقة تكاملية بين مختلف الصفات البدنية التي بدورها تؤدي إلى تميز اللاعب وتفوقه في مشواره الرياضي .

- الأهمية البالغة لعملية الإنتقاء هي على الحصول على نخبة رياضية ناشئة متميزة تتوفر على المقاييس الضرورية لتحقيق أفضل النتائج وذلك باستعمال الطرق الموضوعية في عملية الإنتقاء من خلال التركيز على العوامل الملاحظة والتنبؤ طويل المدى وتطبيق برامج علمية خاصة .

ولذلك فإن المعلومات والأفكار المستنتجة من الدراسة الميدانية التطبيقية تؤدي إلى تأكيد التوافق المتحصل عليه من الفرضيات المطروحة في بداية الدراية والنتائج المتوصل إليها من خلال العمل الميداني.

### 2/ الإقتراحات :

\* العمل على إستخدام نتائج تحليل البحث للإسترشاد بها للكشف عن مستوى ناشئي الملاكمة .

\* الإهتمام بانتقاء ناشئي الملاكمة على أسس علمية .

\* اهتمام المدربين بإجراء القياسات لبعض المحددات البدنية .

\* العمل على تعميم نتائج البحث المستخلصة على عينة البحث

\* الإهتمام بوضع برامج تدريبية تشمل على تدريبات لي تطوير أهم الصفات البدنية للملاكم الناشئ.

إختيار مدربين أكفاء ذوي خبرة خاصة مدربي الفئات الصغرى .

تسطير وتخطيط برامج من طرف المدربين قبل وأثناء عملية الإنتقاء .

\* البحث كأداة في عملية الإنتقاء والتصنيف والتوجيه والتقويم والتنبؤ بمسوى أداء ناشئي الملاكمة.

\* الاستمرار في رعاية ناشئي الملاكمة من أجل رفع المستوى وتحقيق الأهداف المنشودة.

\* إجراء دراسات مشابهة أخرى في هذا المجال والتي قد تسفر عن إضافات أخرى تخدم الملاكم خاصة والملاكمة عامة .

### 3/ الآفاق المستقبلية للدراسة :

\* يجب بناء برنامج خاص بالتحضير البدني نسبة لاحتياجات رياضة الملاكمة ، كونها تمثل القاعدة الأساسية لذلك.

\* ضرورة تشجيع المحضرين البدنيين و إدماجهم في الأندية الجزائرية كمساعدين و مدربين فيما يتعلق بالمتابعة

التحضير البدني للملاكمين والتي تبدأ في المراحل السنية الأولى حتى يتسنى تحقيق الأهداف المستقبلية.

\* توفير بيئة ملائمة قبل عملية انتقاء اللاعبين الناشئين.

- \* توفير الوسائل والمرافق الأساسية للعمل في أحسن الظروف.
- \* ضرورة توفير الوسائل البيداغوجية والأجهزة والعتاد الخاص بعملية الانتقاء.
- \* وضع مدة زمنية كافية للمدرب كي يستطيع التحكم في عملية الانتقاء.
- \* أن يقوم بعملية الانتقاء أخصائيين في مجالات متعددة تحدد المعايير المعتمدة في ذلك .

# قائمة المراجع

## قائمة المراجع و المصادر :

### 1-المصادر :

القرآن الكريم : سورة الاسراء ، الآية 24 .

سورة ابراهيم ، الآية 07 .

الحديث النبوي الشريف.

### 2-المراجع :

#### 2-1- مراجع اللغة العربية :

#### -قائمة المراجع باللغة العربية :

1. أبو العلاء أحمد عبد الفتاح :بيولوجيا الرياضة ،دار الفكر العربي ،القاهرة 1985م.
2. أثير صبري ، عقيل عبد الله الكاتب ، التدريب الدائري ، مطبعة علاء بغداد 1980 .
3. إسماعيل حامد عثمان : القانون والتحكيم والتنظيم في الملاكمة عالميا ومحليا ،مطبعة المليحي ،القاهرة،1990.
4. تامر محسن واثق تاجي ، كرة القدم و عناصرها الأساسية ، المطبعة الجامعية بغداد 1976.
5. تشارلز يوتشر : أسس التربية البدنية ، ترجمة الدكتور حسن معوض ، د / كمال صالح ، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة ، 1964.
6. حامد عبد السلام زهران : علم النفس نمو الطفولة والمراهقة ،ط5،القاهرة.عالم الكتب ،نشر ،توزيع، طباعة 2001،
7. حامد عبد السلام زهران :علم النفس الطفولة و المراهقة،ط6، 2005 .
8. حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، 1974 .
9. خدم عوض البسيوني : نظريات وطرق التربية البدنية ،د. م ج، الجزائر، ب ط ، 1992 .
10. زيد محمود علي :الملاكمة بين التدريب والتكنيك ،ب ط ،مطبعة منارة ،أربيل،العراق 2002
11. سامي محب حافظ: مدخل الى الملاكمة الحديثة ،ط2، مكتبة شجرة الدر ،المنصورة،2006.
12. سعد جلال: الطفولة والمراهقة،ط2،دار الفكر العربي،القاهرة،1991.
13. السعيد علي نداء-محمد الكيلاني: علم الملاكمة ،دار الكتب الجامعية ،الإسكندرية،1970.
14. سيد خيرى: النمو الجسمي في مرحلة الطفولة، المجلد السابع ،مطبعة حكومة الكويت،1976.
15. السيد علي شبيب: قسم التدريب الرياضي ،ط 1 ،جامعة اسيوط ، دار الوفاء لدنيا الطباعة، 2014.
16. سيد محمد غنيم: النمو النفسي من الطفل إلى الراشد، ط1،عالم الفكر طباعة،مصر،1976.
17. صالح السيد قدوس ، الأسس العلمية الحديثة في رياضة الملاكمة ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، 1977.
18. عبد الرحمان الوافي : زيان سعيد ،النمو من الطفولة إلى المراهقة، الخنساء للنشر والتوزيع ،ب ط،2004 .
19. عبد الرحمان عيساوي : سيكولوجية النمو- دراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق ، ب ط ،دار النهضة العربية،بيروت،1992.

20. عبد الفتاح فتحي خضر: المرجع في الملاكمة ب ط ، منشأة المعارف ، الاسكندرية، 1996.
21. عصام حلمي، محمد جابر بيرقع: التدريب الرياضي أسس- مفاهيم واتجاهات، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1997.
22. عليا بن هادية، وأخرون، القاموس الجيد للطلاب ، ط 7 الجزائر، 1991.
23. عماد صالح عبد الحق: مجلة النجاح، نابلس، فلسطين، 1999.
24. عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1990.
25. عمر أبو المجد وجمال النمكي: تخطيط برامج تربية و تدريب البراعم والناشئين، مركز الكتاب للنشر، ب ط، 1997.
26. قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار :مكونات الصفات الحركية ، مطبعة الجامعة بغداد 1984 .
27. قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش يوسف: "المهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي" دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 1999.
28. ليلي يوسف : سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية ، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة، 1962.
29. محمد حازم محمد أبو يوسف ،أسس إختيار الناشئين في كرة القدم ،دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر ،الطبعة الأولى الإسكندرية،مصر،2005.
30. محمد عبد الرزاق شفق : إدارة الصف المدرسي ،دار الفكر العربي ،القاهرة ، ب ط، 1985.
31. محمد عوض بسيوني : فيصل ياسين الشطاوي ، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1992.
32. محمد لطفي طه: الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين، القاهرة، الهيئة العامة المطابع الأميرية، 2002.
33. محمد محمود عبد الدايم، محمد صبحي حسنين: الحديث في كرة السلة، الأسس العلمية والتطبيقية، دار الفكر العربي، ط2 القاهرة، 1999.
34. محمد مصطفى زيدان : دراسة سيكولوجية الطفل، ديوان المطبوعات الجامعية، ب ط ، الجزائر ، 1975.
35. محمد مصطفى زيدان: علم النفس الاجتماعي، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2001.
36. محمود عوض البسيوني ، فيصل ياسين الشاطي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية 1992.
37. مفتي إبراهيم حماد ، بناء فريق كرة القدم ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، 1993.
38. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، ط2، الاسكندرية، 2001.
39. مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث تخطيط - تطبيق - قيادة"، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1998.

40. هاشم احمد سليمان. "مقالة بعنوان الانتقاء في المجال الرياضي، أكاديمية كرة القدم،". أنظر [http:// :wwwbadnia.net](http://www.badnia.net) ص 1 من 8.

41. هدى محمد محمد الحضري: التقنيات الحديثة لانتقاء الموهبين الناشئين في السباحة، المكتبة المصرية، 2003.

42. يحي السيد الحاوي: "المدرّب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب"، المركز العربي للنشر، ط1، 2002.

المراجع بالفرنسية :

43. Jurgen weinech, manuel d'entrainement, édition vigot , paris, 1986.

44. E.Hahn , entrenement Sportif de l'enfant , édition vigot , paris 1981 .

45. E.Hahn, entrenement Sportif de l'enfant , édition vigot , paris 1981.

46. Jurgen Weineck ,manuel d'entrainement, édition vigot , paris , 1986.

47. Jurgen weineck , Biologie du sport, Edition vigot, Paris,1985.

48. Matvieu ( I.P ) Apects gonda, entaux de l'entrainement" édition vigot, Paris 1983.

49. Wei neck (j), Manuel d'entraînement, édition vigot, paris, 1986.

50. Weineck , Biologie du sport, édition vigot , paris, 1992.

البحوث و المجالات العلمية :

51. بن قوة علي: تحديد مستويات معيارية لاختيار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة، مستغانم، 1997.

52. سديرة سعد: " إدراك أهمية تخطيط البرامج العلمية التدريبية لإعداد و تكوين الفئات الشبانية "، مذكرة ماجستير، معهد.ت.ب.ر. دالي إبراهيم، الجزائر، 2004،

53. محمود عبد العظيم عبد السلام فتح الله : بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية (إحصائي رياضي بمديرية الشباب والرياضة.)

54. محي الدين السعيد عابد: دراسة تحليلية للكلمات و المناطق المصرح فيها باللكم لدى الملاكات المصريات ،المجلة العلمية لكليات التربية الرياضية جامعة اسيوط،2003.

المواقع و المنتديات الالكترونية :

55. منتديات حنشلة التعليمية - منتدى المنوعات التعليمية - قسم علم النفس التربوي.

56. [ar.wikipedia.org/wiki/ملاكمة](http://ar.wikipedia.org/wiki/ملاكمة)

57. [www.djazairss.com/aps/326109](http://www.djazairss.com/aps/326109)

58. [www.forum.educ40.net/showthread.php?t=5432](http://www.forum.educ40.net/showthread.php?t=5432)

59. [www.shbahhohda.com](http://www.shbahhohda.com)

الملاحق

جامعة المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان

في إطار تقديم مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، فرع التدريب الرياضي ، تخصص تحضير نفسي وبدني ، وتحت عنوان : **المحددات البدنية لإنتقاء ناشئي الملاكمة (دراسة ميدانية لفرق أندية مسيلة للملاكمة) فئة (9-12 سنة)**

نتقدم إلى سيادتكم بطلب ملئ هذه الاستمارة مع العلم أن الهدف منها هو إثراء وتوسيع مجالات البحث العلمي ، والمعلومات التي تقدمونها ستحظى بكامل السرية والعناية لذا نرجو منكم ملئ هذه الاستمارة بكل موضوعية ، وتقبلوا مني فائق الاحترام والتقدير.

السنة الجامعية: 2018/2017

## المحور الاول : محددات القوة

1- هل إمكانية وصول الملائم إلى المستويات العليا مرهون بعامل القوة ؟

نعم  لا

2- في نظرك ، ما هو أهم نوع من القوة العضلية التي تخدم الملائم ؟

القوة العظمى  القوة المميزة بالسرعة  -تحمل القوة

3- هل ترى أن عنصر القوة يدخل ضمن محددات انتقاء ناشئي الملائمة ؟

نعم  لا

4- هل تعتمد في تدريباتك على تمارين القوة ؟

دائماً  عادة  أبداً  أحياناً

5- بصفتك مدرب ملاكمة ، هل تستغني عن عنصر القوة أثناء انتقاء الناشئين ؟

نعم  لا

6- هل تعتبر ان القوة هي العنصر الفعال في تحقيق الأهداف المرجوة للملائم ؟

نعم  لا

7- هل هناك إختبارات خاصة تعتمدون عليها للكشف عن عنصر القوة ؟

نعم  لا

## المحور الثاني : محددات التحمل

1- هل تعتبر أن نجاح الملاكمرهون بعامل التحمل؟

نعم  لا

2- التحمل يعتبر العامل الأساس في انتقاء ناشئي رياضة الملاكمة؟

دائما  عادة  أبدا  أحيانا

3- هل يمكنك الاستغناء بشكل كلي عن عنصر التحمل أثناء انتقاء الناشئين؟

نعم  لا

4- إلى أي مدى تعتمد في تدريباتك على تمارين التحمل؟

دائما  عادة  نادرا  أبدا

5- التحمل مجرد إضافة لا تخدم الملاكمرهون؟

نعم  لا

6- هل ترى أن عنصر التحمل يدخل ضمن أهم المحددات البدنية لانتقاء ناشئي الملاكمة؟

نعم  لا

8- ما هي انواع التحمل التي تركز عليها في انتقاء الناشئين؟

التحمل العام  التحمل الخاص

## المحور الثالث : محددات السرعة

1- أثناء انتفاك للناشئين في رياضة الملاكمة ، هل تأخذ بعين الاعتبار عنصر السرعة ؟

نعم  لا

2- هل تركز على تمارين السرعة كثيرا في التدريب ؟

نعم  لا

3- هل المداومة على تمارين السرعة يزيد من سرعة ردة الفعل لدى الملاكم في نظرك ؟

نعم  لا

4 هل النجاح في إختبار السرعة يعني تميز الملاكم ؟

نعم  لا

5- عادة ، ما هي انواع السرعة التي تعتمدها في تدريباتك ؟

السرعة الانتقالية  سرعة رد الفعل  السرعة الحركية

6- هل هناك إخبارات خاصة تعتمدون عليه للكشف عن عنصر السرعة ؟

نعم  لا

7 هل لديك برنامج خاص لتطوير صفة السرعة للملاكم ؟؟

نعم  لا



جامعة محمد بوضياف - المسيلة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
شعبة : التدريب الرياضي




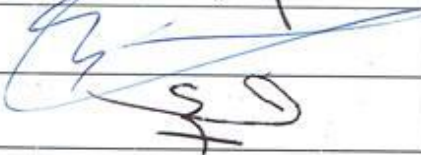
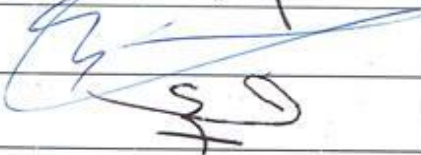
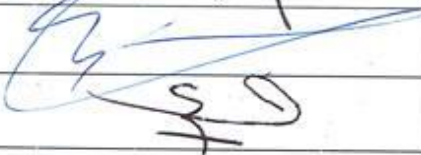
## استمارة تقييمية

في إطار تحضير مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر تخصص تحضير  
بدني  
يشرفنا أن نتقدم إليكم بهذه الاستمارة من أجل تحكيم البرنامج التدريبي المقترح  
والمطبق على لاعبي كرة القدم صنف أقل من 17 سنة .  
تحت موضوع : بعض المحددات البدنية للانتقاء ناشئي الملاكمة

نرجو منكم قراءة البرنامج والإدلاء بأرائكم وتوجيهاتكم وتعديلاتكم نحو هذا البرنامج  
التدريبي المقترح من أجل الوصول إلى نتائج تخدم هذه الدراسة العلمية.

في الأخير تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

من إعداد الطالب : بوعافية نزار

الامضاء	الأستاذ
	عروسي عبد الرزاق
	سالم العياشي
	لورنيق يوسف
	ديلمي محمد



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE

Ministère de L'Enseignement Supérieur  
et de la Recherche Scientifique  
Université de M'sila  
Institut des Science et Technique  
des Activités Physiques et Sportives

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة المسيلة  
معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التدريب الرياضي

المسيلة في: 14/04/2018

الرقم: 004/2018

إلى السيد: رئيس جامعة المسيلة  
الكلية كرسية بليدية...  
الاصلة

### الموضوع: تسهيل مهمة

في إطار الدراسات الميدانية لطلبة السنة الثانية ماستر  
تخصص تحضير بدني رياضي.

يشرفنا أن نلتمس من سيادتكم تقديم يد العون والمساعدة للطلاب:

- بوجافية شرار

تحية أخوية ورياضية

رئيس القسم  
و. كمال  
مقاش

القسم الرياضي للهواة الملائمة  
الرئيس  
صاحبة الصلة



ملخص الدراسة باللغة العربية :

عنوان الدراسة :

أهداف الدراسة :

- معرفة بعض المحددات البدنية للفئات الصغرى.

- معرفة خطوات ومراحل الانتقاء.

- معرفة الخصائص المميزة للاعب الملاكمة الحديثة .

تساؤلات الدراسة :

التساؤل العام : هل للمحددات البدنية دور في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة؟

التساؤلات الجزئية :

1- هل صفة القوة عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة ؟

2- هل صفة التحمل عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة ؟

3- هل صفة السرعة عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة ؟

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة :

للمحددات البدنية دور في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة

الفرضيات الجزئية :

- تعتبر صفة القوة عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة.

- تعتبر صفة التحمل عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة.

- تعتبر صفة السرعة عامل أساسي في عملية إنتقاء ناشئي الملاكمة.

عينة البحث : تم حصر العينة على 15 مدرب .

أدوات جمع البيانات : استمارة الاستبيان .

أهم النتائج المتحصل عليها :

-للمحددات البدنية دور وإسهام كبير من طرف المدربين القائمين على تدريب الفئات الصغرى لمختلف الرياضات سواء كانت جماعية أو فردية ، وذلك بتركيزهم على النواحي البدنية لإدراك مدى ملائمة كل فرد رياضي للرياضة المناسبة.

-الأهمية البالغة لعملية الإنتقاء هي على الحصول على نخبة رياضية ناشئة متميزة تتوفر على المقاييس الضرورية لتحقيق أفضل النتائج وذلك باستعمال الطرق الموضوعية في عملية الإنتقاء من خلال التركيز على العوامل الملاحظة والتنبؤ طويل المدى وتطبيق برامج علمية خاصة.

الاقتراحات :

-الإهتمام بانتقاء ناشئي الملاكمة على أسس علمية.

- اهتمام المدربين بإجراء القياسات لبعض المحددات البدنية.
  - العمل على إستخدام نتائج تحليل البحث للإسترشاد بما للكشف عن مستوى ناشئي الملاكمة .
  - الإهتمام بوضع برامج تدريبية تشمل على تدريبات لي تطوير أهم الصفات البدنية للملاكم الناشئ.
- ملخص باللغة الأجنبية :

### **Titre de l'étude les objectifs des études :**

Connaissance de certains déterminants physiques de groupes mineurs. La ligne et la ligne  
Maintenant Apprenez les caractéristiques du joueur de boxe moderne

#### **Questions d'étude:**

##### **La question générale:**

Pouvez-vous dire que pour obtenir de bons résultats, vous pouvez vous concentrer sur les déterminants physiques Pour les athlètes émergents comme essentiels à la sélection et à la sélection précoce?

- 1 nouveau-né Questions partielles La puissance est-elle un facteur clé dans le processus de sélection de la boxe?
2. sont débutants de base de boxe Le facteur d'endurance dans le processus de sélection?
3. De base La vitesse est-elle un facteur dans le processus de sélection des boxeurs?

##### **Hypothèses d'étude:**

**Hypothèse générale:** Nous pouvons dire que pour obtenir de bons résultats, vous pouvez vous concentrer sur les longueurs physiques des athlètes en herbe Comme essentiel à la sélection et à la sélection précoce.

##### **Hypothèses partielles:**

La force est l'un des facteurs les plus importants qui déterminent le processus de sélection et le choix parmi les boxeurs.

La tolérance est l'un des déterminants les plus importants de la sélection et de la sélection parmi les boxeurs.

La vitesse est parmi les facteurs les plus importants qui déterminent le processus de sélection et le choix parmi les débutants de boxe 15 L'échantillon était sur Exemple de recherche: liste d'inventaire.

##### **Outils de collecte de données:**

##### **formulaire de questionnaire Principaux résultats obtenus:**

Les déterminants physiques ont un rôle important et une contribution des formateurs qui forment de petits groupes Pour divers sports, qu'ils soient collectifs ou individuels, en mettant l'accent sur les aspects physiques de la perception La pertinence de chaque athlète pour le sport approprié.

L'importance du processus de sélection est d'obtenir une élite sportive distinguée est disponible sur Mesures nécessaires pour obtenir les meilleurs résultats en utilisant des méthodes objectives dans le processus de sélection En mettant l'accent sur les facteurs observés, la prévision à long terme et l'application de programmes scientifiques spéciaux Suggestions Intérêt pour la sélection des débutants de boxe pour des raisons scientifiques.

L'attention des formateurs pour effectuer des mesures de certains paramètres physiques.

Travailler sur l'utilisation des résultats de l'analyse de recherche pour guider la détection du niveau de début de la boxe L'intérêt de développer des programmes de formation qui incluent une formation pour développer les caractéristiques physiques les plus importantes du boxeur émergent

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ