

## بناء درجات معيارية مئينية لاختبار T للرشاقة في كرة السلة لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة

د.سفيان محمد الليمون

جامعة العقبة للتكنولوجيا

### الملخص

هدفت هذه الدراسة الى بناء درجات معيارية مئينية لاختبار T للرشاقة ( باستخدام كرة سلة وبدون استخدام كرة ) لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، وقد تم ايجاد درجات خام باستخدام اختبار T للرشاقة باستخدام وبدون استخدام كرة السلة، تكونت عينة الدراسة من (٢٤٠) طالب (١٢٠ اناث، ١٢٠ ذكور) من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، استخدم الباحث المنهج التطبيقي باستراتيجية شبه التجريبي، ولتحقيق اهداف البحث بايجاد درجات مئينية مقابلة للنتائج الخام على الاختبار تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، معامل الالتواء، الدرجات المئينية. وتوصلت الدراسة إلى بناء درجات مئينية لاختبار T للرشاقة باستخدام وبدون استخدام كرة السلة لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وللجنسين، وأوصت الدراسة باستخدامها لتقييم قدرات الطلبة في عنصر الرشاقة في كرة السلة من خلال اختبار (T) .

**الكلمات الدالة:** اختبار T للرشاقة، الدرجة المئينية ، كرة السلة.

### المقدمة:

إن استخدام المنهج العلمي في بناء الإختبارات والقياسات للحكم على الظواهر أو الأشخاص أو الموضوعات يعتبر ضرورة علمية وعملية، والإختبارات وسيلة هامة من وسائل القياس، والتي تشتمل على كل الوسائل التي تستخدم في جمع البيانات ويمكن القول بأن القياس يشير الى تلك الإجراءات المقننة والموضوعية التي تكون نتائجها قابلة للمعالجة الإحصائية، ولكي نستطيع القياس لا بد من استخدام وسائل وأدوات القياس حيث تعتبر الإختبارات والمقاييس من أهم وسائل القياس بالرغم من أنهما كثيراً ما يتداخلان في المعنى (حسنين، ١٩٩٥؛ عبد الحميد، ١٩٩٤). وتذكر ليلي فرحات (٢٠٠١) إلى أن الإختبارات تساعد المدرس والمدرّب في التعرف على الحالة التعليمية والتدريبية فهي الأساس العلمي الذي تبنى عليه خطة التعليم أو التدريب حيث أنها تساعد في التعرف على الاستعداد البدني والوظيفي في الانتقاء للناشئين ولاعبى المستويات العالية وبالتالي يمكن تحقيق الأهداف التي بنيت من اجلها العملية التعليمية.

ويشير (Reilly and Karlistag, 2004) إلى أهمية القياس والتقويم في مجال التربية الرياضية في جميع المراحل الدراسية وخصوصاً المرحلة الجامعية حيث أن معرفة الطلبة لحاجاتهم ومسؤولياتهم تجاه اللعبة التخصصية من خلال إيجاد درجات معيارية وفق أسس صحيحة مستندة على المعرفة العلمية في المجال الرياضي تؤدي إلى تنمية الطلاب لقدراتهم. ويعتبر الحصول على الدرجات الخام في الإختبارات من الأمور السهلة، إلا إن الصعوبة تكمن في إعطاء معني لهذه الدرجات وهناك عدة صعوبات تواجه القائمين في هذا المجال وتكمن في اتخاذ القرار بخصوص مستوى الفرد في كل وحدة من وحدات الإختبارات والحاجة إلى وجود معيار مناسب يمكن من خلاله تحديد مستوى الطالب.(Gharib, et all, 2000).

فبناء المعايير يساعد الأفراد على بذل الجهد لمواجهة التحديات والعوائق التي تواجههم في طريق تحقيقهم لأهدافهم فدخولهم في منافسة لا معايير لها يجعل الأمر صعباً عليهم لأنهم يسرون نحو المجهول ولا يستطيعون توجيه نشاطاتهم بكفاءة ويجعلهم غير واثقين بمن يصدر الأحكام على أدائهم. (Bandura, Albert, 2007).

وتعد معايير عناصر اللياقة البدنية إحدى الوسائل الموضوعية التي يعتمد عليها في تقييم أداء الأفراد حيث نستطيع من خلالها أن نقارن ونفسر ونعلل الدرجات التي نحصل عليها من خلال تطبيق الاختبارات البدنية (ALBATCHI, 2010) ويأتي اختبار T الميداني كواحد من أهم الاختبارات التي تقيس عنصر الرشاقة كمتطلب بدني أساسي للاعب كرة السلة يتناسب مع طبيعة اللعبة التي تحتاج مقدرة جيدة في تغيير الاتجاه بشكل مفاجئ (McInnis et al., 1995)، وتعتبر الرشاقة من أكثر الصفات البدنية والحركية أهمية بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتطلب تغيير اتجاه الجسم، أو تغيير أوضاعه في الهواء، أو على الأرض إذ يحتاج الفرد الرياضي لصفة الرشاقة لمحاولة النجاح في دمج عدة مهارات حركية في إطار واحد كما هو الحال في الحركات الرياضية في بعض الألعاب، ككرة القدم، وكرة السلة، وكرة اليد، والهوكي مثلاً(مشتت، ٢٠١٢).

وتعتبر كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة إحدى كليات التربية الرياضية في الأردن ترعى وتهتم بلعبة كرة السلة مهارياً وبدنياً من خلال مساقات دراسية تدرس فيها يشرف عليها أعضاء هيئة تدريس يسعوا إلى مواكبة كل ما قد يساعد في تطوير قدرات الطلبة في مجال القياس والتقويم لذا جاءت الدراسة الحالية كمحاولة علمية لبناء درجات معيارية مئينية لاختبار T للرشاقة لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

## أهمية الدراسة:

- ١- تسعى الدراسة الحالية إلى بناء معايير لاختبار T للرشاقة كأحد أهم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بلعبة كرة السلة .
- ٢- الدراسة الحالية عملت على تعريب اختبار لقياس الرشاقة ليتناسب مع البيئة الجامعية لكلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة كمحاولة لإثراء المكتبة العربية بمثل هذه الاختبارات ولاحقاً العمل على إجراء دراسات لتعميم هذه التجربة على باقي كليات علوم الرياضة في الاردن
- ٣- يمكن الاستفادة من هذا الإختبار في حال تم تعريبه ووضع درجات معيارية له في مجالات الإرشاد والتوجيه والتشخيص وتحديد القدرات وتحديد الإستعداد وغير ذلك.
- ٤- يخدم هذا الإختبار المتخصصين في مجال القياس والتقويم وبخاصة في كلية التربية الرياضية في جامعة مؤتة كأداة يمكن استخدامها للتعرف على الرشاقة الخاصة بلعبة كرة السلة .
- ٥- إن الإختبارات المصممة عربياً لقياس الرشاقة هي قليلة وبالتالي تبقى المجتمعات العربية في بيئاتها المحلية بحاجة إلى تطوير وتعريب إختبارات أجنبية للاستفادة من خبرات الآخرين في هذا المجال

## مشكلة الدراسة:

إن الإختبارات التي تصمم في بيئات معينة قد لا تكون صالحة ومناسبة للتطبيق في بيئات أخرى، حتى ولو تشابهت معها في بعض الظروف والمتغيرات الإجتماعية والإقتصادية، إذ أن هناك مؤثرات ثقافية تترك بصماتها تجعل من الضروري التأكد من مدى ملائمة هذه الاختبارات للبيئة المراد قياس الظاهرة فيها، لذا أصبح هنالك اهتمام واضح بين الباحثين والمتخصصين في هذه المجالات لتعريب أدوات القياس التي يستخدمونها وتقنيها أو تطويرها لتتناسب البيئات المحلية التي يعملون فيها، وبالرغم من أهمية وضرورة تأليف وتصميم اختبارات اللياقة البدنية الملائمة للبيئة المحلية بحيث تكون مبنية أصلاً وفقاً للمعايير الثقافية والقيم السائدة في هذه البيئة؛ إلا أنه لا يمكن الاستغناء عن عملية تعريب الاختبارات الأجنبية، كونها رافداً مهماً لحركة القياس والتقويم في التربية الرياضية، فعملية ترجمة وتعريب وتقنين وسائل القياس عن مصدرها الأجنبي ما زال يعتبر خطوة مهمة تخدم الباحثين والمتخصصين وطلبة الدراسات العليا لاستخدامها في بحوثهم، وهذا يمكنهم من مواكبة التطور والنقد في هذه المجالات، كما توفر هذه الاختبارات فرصاً للتعامل مع معايير عالمية يمكن الاستفادة منها لمقارنة نتائج الدراسات والبحوث معها، ومن هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية والمتمثلة بتعريب اختبار T

للرشاقة والتأكد من صدقه وثباته ووضع درجات معيارية له تتناسب مع بيئة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

#### أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

بناء درجات معيارية مئينية لاختبار T للرشاقة ( باستخدام كرة سلة وبدون استخدام كرة ) لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

#### تساؤلات الدراسة:

- ما هي الدرجات المعيارية المئينية لاختبار T للرشاقة ( باستخدام كرة سلة وبدون استخدام كرة ) لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ؟

**حدود الدراسة:** تتحدد هذه الدراسة باختبار T للرشاقة وبالعينة المكونة من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة، وبالإجراءات المستخدمة لحساب الصدق والثبات ووضع المدرجات المئينية وبالأسلوب الإحصائي المتبع لذلك، وبالزمان والمكان اللذين أجريت فيهما هذه الدراسة.

#### الدراسات السابقة :

دراسة أمبو علي (٢٠١٦) هدفت الدراسة إلى بناء جداول معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب الحلقة الأولى في ولاية نزوى - سلطنة عمان حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي لملائمته طبيعة الدراسة وأهدافها اشتملت عينة الدراسة على ٧٠٤ طالب من جميع مدارس الحلقة الأولى، موزعين على ٤ فئات عمرية (٧سنوات) الصف الأول وبلغ عددهم ١٧٣ طالب، (٨ سنوات) وبلغ عددهم ٧٧ طالب، (٩ سنوات) وبلغ عددهم ١٧٥ طالب، (١٠ سنوات) الصف الرابع وبلغ عددهم ١٧٩ طالب. وتم استخدام البطارية الأمريكية لاختبارات اللياقة البدنية المعيار الأمريكي وهي البطارية المستخدمة للمشاركين بجائزة الملك عبدالله الثاني للياقة البدنية في الأردن حيث أنها تضمنت خمس اختبارات (ثني الجذع من الرقود، الجري الإرتدادي، ثني الذراعين من وضع الإنبطاح المائل، المرونة، جري التحمل ١٦٠٩ م) وتوصلت الدراسة ببناء معايير خاصة بولاية نزوى لجميع اختبارات اللياقة البدنية المستخدمة في المعيار الأمريكي للفئة العمرية من ٧-٩ سنوات.

دراسة الصرايرة (٢٠١٥) هدفت هذه الدراسة الى بناء اختبارات مقننة لقياس الرشاقة لطلبات المرحلة الأساسية العليا (العمر ١٢-١٥) سنة في لواء المزار الجنوبي ووضع درجات معيارية لها، و تكونت عينة الدراسة من ٥٦٠ طالبة ثم تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية من عشر مدارس في لواء المزار الجنوبي حيث تم بناء اختبارين إطلاق عليهما مؤتة ١ ومؤتة ٢ وتم

التأكد من صدقهما باستخدام الصدق الظاهري وصدق المحك حيث حصل اختبار مؤتة ١ على معمل صدق بلغ ٠,٨٧٣، وحصل اختبار مؤتة ٢ على معامل صدق بلغ ٠,٩٢١، وتم التأكد من ثباتهما باستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث حصل اختبار مؤتة ١ على معامل ثبات بلغ ٠,٩٥٢، وحصل اختبار مؤتة ٢ على معامل ثبات بلغ ٠,٩٣١، وبعد ذلك تم وضع تحديد درجات معيارية لكلي الاختباري وأوصت الدراسة استخدامهما لتقويم مستوى الرشاقة لدى طالبات المرحلة في لواء المزار الجنوبي .

وقد قام (الشعلان، ٢٠١٥) بدراسة هدفت إلى تحديد درجات معيارية لعناصر لياقة بدنية مرتبطة بالصحة لطلاب عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك فيصل، والمتمثلة في اختبارات (الجري و مشي ١٢٠٠م، قوة القبضة، الجلوس من الرقود مع ثني الركبتين واليدين على الصدر، ثني الجذع للإمام من وضع الجلوس الطويل(صندوق المرونة)، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٥٠) طالباً من طلاب عمادة السنة التحضيرية ممن سجلوا مقرر الصحة واللياقة في الفصل الدراسي الأول والثاني للعام الدراسي ٢٠١٣ - ٢٠١٤م، وقد تمت معالجة البيانات احصائياً حيث تم وضع مستويات معيارية تمثلت بـ (ممتاز، جيد جداً، جيد، متوسط، مقبول، و ضعيف)، وأوصى الباحث استخدام المستويات المعيارية التي تم وضعها في عملية تقويم الطلبة في مقرر الصحة واللياقة في عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك فيصل.

دراسة حنناوي (٢٠١٢) هدفت الدراسة التعرف إلى بناء مستويات معيارية للياقة البدنية وبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا في مديرية تربية جنين، إضافة إلى تحديد دور كل من متغيري الصف ومكان السكن، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من طالبات مديرية تربية جنين للصفوف الأساسية العليا(السابع، الثامن، التاسع (البالغ عددهن (١١٦٦)) تم اختيارهن بالطريقة العمدية، اعتمدت الباحثة (٦) اختبارات لتقيس عناصر اللياقة البدنية و(٨) قياسات أنثروبومترية وذلك حسب توصيات لجنة المحكمين، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: إمكانية بناء مستويات معيارية للياقة البدنية وبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي في مديرية تربية جنين وذلك اعتماداً على الرتب المئينية أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى اللياقة البدنية وبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات.

دراسة باكير (٢٠١١) بعنوان بناء مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة مساق الإعداد البدني، هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى مستوى القدرات البدنية، وبناء مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية للطلبة الذكور والمسجلين في مادة الإعداد البدني في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية في الأعوام (٢٠٠٦-٢٠٠٧)، (٢٠٠٧-٢٠٠٨)، (٢٠٠٨-٢٠٠٩)، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائته لطبيعة الدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من ٩٠ طالباً من طلاب كلية التربية الرياضية والمسجلين في مادة الإعداد البدني، حيث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم اختيار سبعة اختبارات بدنية ممثلة في التحمل الدوري التنفسي، التحمل العضلي ممثل في (الجلوس من الرقود والضغط على اليدين) القوة الانفجارية، السرعة، المرونة والرشاقة، وقد تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، الحد الأدنى والحد الأعلى، معامل الالتواء والدرجات المئينية في المعالجة الإحصائية. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى بناء مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية للطلبة الذكور في مادة الإعداد البدني، وأوصى الباحث باستخدام هذه المعايير لتقييم القدرات البدنية للطلاب تقيماً موضوعياً في الجزء العملي لمادة الإعداد البدني.

دراسة أبوزمق والحليق (٢٠١١) هدفت هذه الدراسة إلى بناء مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية وفقاً للسنوات الدراسية الأربعة، كما هدفت إلى التعرف على المستويات المعيارية لطلبة الكلية في تلك العناصر. استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائته لطبيعة الدراسة وأهدافها واشتملت العينة على ١٢٢ طالباً و ١١٥ طالبة موزعين على مختلف الأقسام والسنوات بالكلية تطوعوا للمشاركة في هذه الدراسة، واستخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات المقننة التي تتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات لقياس عناصر اللياقة البدنية الخاصة بهذه الدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى وضع مستويات معيارية لطلبة الكلية، إضافة إلى ذلك أظهرت الدراسة أن غالبية العينة جاءت متوسطة بشكل عام في مستوى اللياقة البدنية، وأوصى الباحثان بضرورة اعتماد المستويات المعيارية المعدة لتقييم الطلبة تقيماً موضوعياً وتكرار إجراء الاختبارات على تلك العناصر بين فترة وأخرى للتعرف على التقدم الحاصل في مستوى اللياقة البدنية للطلبة، وأخيراً أكد الباحثان على ضرورة التركيز على مساق الإعداد البدني بحيث يصبح متطلباً أساسياً في كل سنة من السنوات الأكاديمية الأربع. دراسة المنسي (٢٠٠٩) هدفت هذه الدراسة إلى بناء مستويات معيارية لبعض العناصر البدنية و المهارية والقياسات الجسمية للاعبات مراكز الأميرة سمية للواعدين لكرة اليد في الأردن. وقد تكونت عينة الدراسة من ١٦١ طالبة (متوسط العمر ١٥،٤٣) حيث تم اختيارهن

بالطريقة العمودية، وقد تم اختيار أربعة اختبارات بدنية ممثلة في السرعة (العدو لمسافة ٣٠ متر)، القوة الانفجارية للرجلين (الوثب للأمام من الثبات) القوة الانفجارية للذراعين (رمي الكرة لأبعد مسافة) والمرونة (ثني الجذع للأمام من الجلوس الطويل)، واختبارين مهاريين هما توافق التمرير والاستقبال (التمرير على الحائط لمدة ٣٠ ثانية من مسافة ٣ م) والتنطيط من الجري المتعرج بين الأقماع لمسافة ٢١م، بالإضافة إلى القياسات الجسمية ممثلة في الطول والوزن واتساع الكف واتساع الذراعين، وتحليل نتائج الدراسة تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء والدرجات المئينية. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى بناء مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية والقياسات الجسمية لواعدات كرة اليد في الأردن، وأوصت الدراسة بضرورة اعتماد هذه المعايير عند انتقاء واعداة كرة اليد في الأردن.

دراسة ثابت عارف اشتيوي ( 2002 ) بعنوان "بناء مستويات معيارية للياقة البدنية المرتبطة بالصحة لطلبة المرحلة الأساسية العليا" وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وبناء مستويات معيارية للطلاب من سن 13 إلى 15 عام، واشتملت العينة على 1346 طالباً، واستخدمت البطارية الأمريكية للياقة البدنية المرتبطة بالصحة واشتملت على اختبارات المرونة والتحمل والجلد الدوري التنفسي وسمك طيه الجلد، وكانت أهم النتائج انخفاض مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى الطلاب.

كما قام (sharma et.al . 2014) ببناء معايير لمجموعة مختارة من عناصر اللياقة البدنية بطارية اختبار كمقياس للقدرات الرياضية المحتملة في لعبة (Kabaddi) طبقت على عينة مكونة من (٦٠) لاعب ذكر في جامعة (Punjabi) متوسط العمر (٢٢,٩٣%)، ومتوسط الطول (١٧٤,٣٣) ومتوسط الوزن (٧٣,٣٠) وتم بناء معايير الاختبارات التالية:

- اختبار القبضة لقياس قوة قبضة اليدين.
  - الوثب العامودي لقياس القوة المميزة بالسرعة.
  - اختبار السحب من التعلق لقياس التحمل العضلي.
  - اختبار العدو ٢٠ متر لقياس السرعة من وضع البدء المتحرك.
  - اختبار (Illinois) لدفع الكرة الطبية من فوق الرأس لقياس القدرة على الرمي.
  - اختبار الوصول إلى أقصى مدى من الجلوس الطويل (ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس).
  - وقفة اللقلق لقياس التوازن.
- تم تحديد معايير من (٥) مستويات تبدأ بالمنخفض وتنتهي بال ممتاز.

وأجرى (pauole kainoa et al. 2000) دراسة الصدق والثبات لاختبار T\_test كمقياس للرشاقة والقوة المميزة بالسرعة للرجلين وسرعة الرجلين للذكور والإناث، هدفت الصدق والثبات لاختبار T\_test كمحك لاختبارات اللياقة البدنية (القوة المميزة بالسرعة، سرعة الرجلين، الرشاقة)، تكونت عينة الدراسة من (٣٤٠ طالب: ١٥٢ ذكور، ١٥٢ إناث) من طلبة جامعيين الممارسين لألعاب مختلفة ولقياس سرعة القدمين تم استخدام اختبار العدو (٤٠) يارد، ولقياس القدرة المميزة بالسرعة تم استخدام اختبار الوثب العامودي، ولقياس الرشاقة تم استخدام اختبار الشكل السداسي، واختبار T\_test وكل من الذكور والإناث، وأظهرت النتائج وجود ارتباط بين اختبار T\_test وباقي الاختبارات الثلاثة بمعامل ارتباط دال إحصائياً، حيث تراوح معامل الارتباط ما بين ٤٢% - ٩٨%. وأوصت الدراسة باعتماد اختبار T كمقياس للرشاقة والقوة المميزة بالسرعة وسرعة الرجلين واعتماده كاختبار لقياس مجموعة من عناصر اللياقة البدنية.

#### مصطلحات الدراسة:

الدرجة المئينية: هي الدرجة التي تدل على المرتبة المئوية التي يحتلها الفرد بالنسبة لمجموعة من الأفراد مماثل حالتهم حالته وفق الظاهرة المدروسة (عدس، ١٩٩٩).

الدرجة المئينية: هي الدرجة المحولة التي تعبر عن درجة كل فرد بالنسبة لدرجات غيره

في المجموعة التي ينتمي إليها. (Shubar and al- taleb, 2005)

#### الأساليب الإحصائية

لتحليل نتائج الدراسة تم استخدام :

- (المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية ، الرتب المئينية، معامل الارتباط ،النسب المئوية)

#### أجراءات الدراسة:

منهج الدراسة: أستخدم الباحث المنهج التطبيقي باستراتيجية شبه التجريبي من خلال إجراء اختبارات ميدانية نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها وتساؤلاتها.

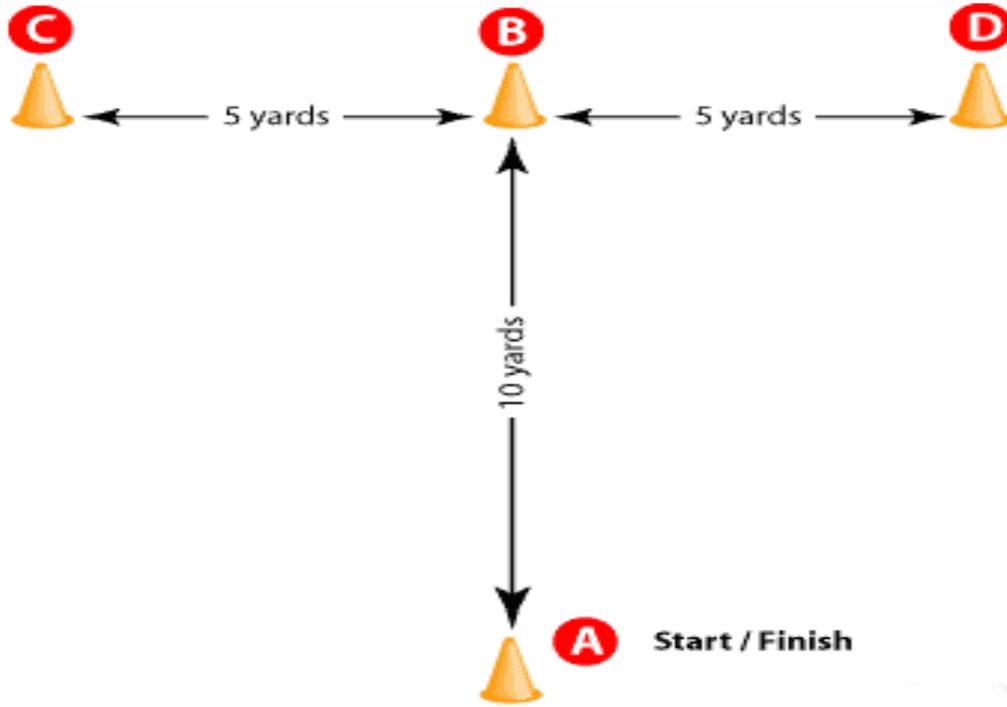
مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية علوم الرياضة في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ٢٠١٦/٢٠١٧ ممن سبق واجتازوا مساق كرة السلة (١) .

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من ٢٤٠ طالباً وطالبة (١٢٠ طالب، ١٢٠ طالبة) من مجتمع الدراسة تم اختيارهم بطريقة الحصر الشامل بحيث كانت عينة الدراسة هي مجتمع الدراسة والجدول رقم (١) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس (ذكر، أنثى).

## الجدول رقم (١) وصف افراد العينة حسب متغير الجنس

## اختبار T للرشاقة: (AGILITY T TEST)

- يطبق هذا الاختبار باستخدام كرة سلة وبدون استخدام الكرة.
- الغرض من الاختبار : هو قياس الرشاقة أثناء الركض الأمامي والخلفي والجانبية.
- الادوات المطلوبة: شريط قياس، أقماع لوضع العلامات ، ساعة توقيت ، صافرة.
- الإجراء : يتم وضع ٤ أقماع كما هو موضح بالرسم (٥ ياردة = ٤,٥٧م ، ١٠ ياردة = ٩,١٤م)، من الوقوف يبدأ الشخص قيد الاختبار عند القمع (A) و عند سماع الصافرة ينطلق المختبر بأقصى سرعة له عند القمع (B) و يلمس قاعدته بيده اليمنى ، ثم يذهب لليسار إلى القمع (C) بطريقة جانبية و يلمس قاعدته بيده اليسرى ثم يذهب إلى اليمين بطريقة جانبية نحو القمع (D) و لمس قاعدته بيده اليمنى ثم يرجع إلى اليمين و بشكل جانبي أيضاً نحو القمع (B) و لمس قاعدته بيده اليسرى ثم الركض إلى الخلف نحو القمع (A) و يتم إيقاف الساعة عند مرور المختبر من القمع (A).



الشكل رقم (١)

اختبار (T) للرشاقة

النتائج: لن تحسب المحاولة إذا قام الشخص قيد الاختبار بوضع قدم أمام الأخرى أثناء التحرك الجانبي ، لم ينجح بلمس قاعدة القمع ، لم ينجح ببقائه متجهاً إلى الأمام أثناء الجري الأمامي، أثناء الاختبار، يأخذ المختبر أفضل وقت من ٣ محاولات ناجحة محتسبة لأقرب ٠,١ ثانية والجدول في الأسفل يمثل نتائج فريق رياضي فوق ١٦ سنة. (الأرقام تمثل الثواني التجربة الاستطلاعية

قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من عشرة طلاب بهدف التعرف على :  
- صلاحية ومناسبة الأدوات والأجهزة المستخدمة.

- التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تواجه اجراءات القياس.

المعاملات العلمية للاختبارات قيد الدراسة :

#### صدق الاختبارات

تم التحقق من صدق الاختبارات باستخدام الصدق الظاهري من خلال عرضة على مجموعة من المتخصصين في لعبة كرة السلة حيث اجمعوا على صدقه.

وتم استخراج صدق التمايز من خلال ترتيب نتائج افراد عينة الدراسة بتحديد ٢٧% ممن حصل على درجات عليا، و ٢٧% ممن حصل على درجات دنيا من عينة الذكور لوحدها ومن عينة الاناث لوحدها، ومن ثم مقارنة النتائج باستخدام اختبار (ت) الاحصائي للعينات المستقلة، والجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

الجدول رقم(٢) اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى اختبار T للرشاقة باستخدام كرة وبدون كرة ( بين المجموعتين العليا والدنيا لكل من الذكور والإناث)

| مستوى الدلالة | قيمة ت  | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العينة | المجموعة |        |                           |
|---------------|---------|-------------------|-----------------|--------|----------|--------|---------------------------|
| .000          | -34.089 | .54381            | 13.1650         | 32     | العليا   | للإناث | اختبار T للرشاقة بدون كرة |
|               |         | .65010            | 18.2725         | 32     | الدنيا   |        |                           |
| .000          | -8.353  | .26399            | 10.6769         | 32     | العليا   | للذكور |                           |
|               |         | 1.99900           | 13.6544         | 32     | الدنيا   |        |                           |
| .000          | -30.332 | 1.24663           | 16.9794         | 32     | العليا   | للإناث | اختبار T للرشاقة مع كرة   |
|               |         | .31208            | 23.8700         | 32     | الدنيا   |        |                           |
| .000          | -9.932  | .35474            | 12.5969         | 32     | العليا   | للذكور |                           |
|               |         | .43089            | 15.2727         | 33     | الدنيا   |        |                           |

يتضح من الجدول رقم (٢) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى  $(\alpha \geq 0,05)$  بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا لكل من الذكور والإناث مما يشير إلى أن هذا الاختبار قادر على التمييز بين القابليات المختلفة وأنه يراعى مبادئ الفروق الفردية وهذا يدل على صدق الاختبار بطريقة التمايز.

### ثبات الاختبارات

تم حساب معامل ثبات الاختبار بطريقة التطبيق وإعادة تطبيق على عينة مكونة من (20) طالباً بواقع (10) طالبات و(10) طلاب تم استبعادهم من عينة الدراسة الرئيسية، إذا تم تطبيق الاختبارات على العينة وبعد فاصل زمني مدته ٧٢ ساعة تم إعادة تطبيق الاختبارات على نفس العينة وتحت نفس الظروف، ثم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين بمعادلة بيرسون وكانت النتائج كما في الجدول رقم (٣)

جدول (٣) قيم معامل الارتباط بيرسون بين التطبيق الأول والثاني لعينة التقنين لاختبارات الدراسة

| معامل الارتباط | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي |             |        |                           |
|----------------|-------------------|-----------------|-------------|--------|---------------------------|
| .992**         | 2.08543           | 12.9990         | تطبيق       | للإناث | اختبار T للرشاقة بدون كرة |
|                | 1.98740           | 12.8370         | إعادة تطبيق |        |                           |
| .954**         | .42030            | 10.5550         | تطبيق       | للذكور |                           |
|                | .37857            | 10.5950         | إعادة تطبيق |        |                           |
| .981**         | 2.11137           | 14.3600         | تطبيق       | للإناث | اختبار T للرشاقة مع كرة   |
|                | 1.73348           | 14.0670         | إعادة تطبيق |        |                           |
| .955**         | 1.12903           | 12.3080         | تطبيق       | للذكور |                           |
|                | 1.16153           | 12.4730         | إعادة تطبيق |        |                           |

تشير نتائج الجدول رقم (3) إلى وجود معامل ارتباط قوي بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني مما يدل على ثبات الاختبار .

### عرض النتائج

بعد أن تم تحقيق هدف تقنين الاختبارات بالشروط العلمية الصدق والثبات التي تم استخدامها بالدراسة الحالية ضمن فصل الاجراءات ولتحقيق الهدف الرئيسي بالإجابة عن "ما هي الدرجات المعيارية المئينية لاختبار T للرشاقة (باستخدام كرة سلة وبدون استخدام كرة) لطلبة

كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة" ؟ تم ايجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لدرجات عينة البحث على اختبار T للرشاقة والجدول رقم (٤) يوضح ذلك.

الجدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للاختبارات المستخدمة في الدراسة ضمن متغير النوع الاجتماعي

| الالتواء | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العينة | الجنس  |                           |
|----------|-------------------|-----------------|--------|--------|---------------------------|
| -1.199   | 2.00092           | 15.896<br>2     | 120    | للإناث | اختبار T للرشاقة بدون كرة |
| 1.404    | 1.53885           | 11.899<br>2     | 120    | للذكور |                           |
| .278     | 2.74494           | 19.904<br>0     | 120    | للإناث | اختبار T للرشاقة مع كرة   |
| .315     | 1.08392           | 13.831<br>0     | 120    | للذكور |                           |

يتضح من الجدول رقم (٤) ان جميع معاملات الالتواء للاختبار قيد الدراسة كانت ضمن حدود (٣+) (٣-) وهذا يدل على ان نتائج الاختبار تتبع التوزيع الطبيعي.

وقد أشار (Al-Manize and Aish, 2006) إن القيم لهذه الحدود تعد شرطاً أساسياً لإعتماد

الدرجات المئينية.

ومن أجل إيجاد الدرجات المعيارية المئينية لاختبار T للرشاقة ( باستخدام كرة سلة وبدون

استخدام كرة ) لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة تم تحويل الدرجات الخام إلى درجات

مئينية كما في الجدولين (٥)

## الجدول (٥)

الدرجات المئينية المئينية لاختبار T للرشاقة ( باستخدام كرة سلة وبدون استخدام كرة ) لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة

| اختبار T مع كرة سلة |        | اختبار T بدون كرة |        | الدرجة المئينية | الدرجة من ١٠ | المستوى |
|---------------------|--------|-------------------|--------|-----------------|--------------|---------|
| ذكور                | اناث   | ذكور              | اناث   |                 |              |         |
| 15.58+              | 24.01+ | 13.38+            | 18.14+ | 10              | 1            | ضعيف جد |
| 15.565              | 24.000 | 13.370            | 18.130 | 20              | 2            | ضعيف    |
| 14.925              | 23.640 | 12.180            | 17.825 | 30              | 3            | مقبول   |
| 14.510              | 20.690 | 12.000            | 17.220 | 40              | 4            |         |
| 13.960              | 20.100 | 11.780            | 16.660 | 50              | 5            | متوسط   |
| 13.600              | 19.075 | 11.670            | 16.070 | 60              | 6            | جيد     |
| 13.320              | 18.410 | 11.300            | 15.750 | 70              | 7            |         |
| 13.180              | 18.225 | 11.190            | 14.850 | 80              | 8            | جيد جدا |
| 12.910              | 17.870 | 10.870            | 13.450 | 90              | 9            | متفوق   |
| 12.400              | 16.880 | 10.450            | 13.200 | 99              | 10           | النخبة  |

يتضح لنا من الجدول رقم (٥) ان اقل زمن لاختبار T للرشاقة (بدون استخدام كرة ) للاناث بلغ(13.200) ثانية وللذكور بلغ(10.450) ثانية والذي يقابل الدرجة المئينية (٩٩) بينما كانت اعلى زمن له للاناث بلغ(18.14+ ) ثانية وللذكور بلغ (13.38+) ثانية وتقابل المئين (١٠) وإن اقل زمن لاختبار T للرشاقة (باستخدام كرة سلة) للاناث بلغ(16.880) ثانية وللذكور بلغ(12.400) ثانية والذي يقابل الدرجة المئينية (٩٩) بينما كانت اعلى زمن له للاناث بلغ(24.01+) ثانية وللذكور بلغ(15.58+) ثانية وتقابل المئين (١٠)

**الاستنتاجات**

- ١- تم تحديد الدرجات المعيارية المئينية لاختبار T للرشاقة ( باستخدام كرة سلة وبدون استخدام كرة ) لطلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة"
- ٢- إمكانية استخدام الدرجات المئينية لتقييم نتائج طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة في الاختبارات العملية لمساقات كرة السلة .

**التوصيات**

- ١- استخدام الدرجات المئينية في الكشف عن مواطن القوة والضعف لدى طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة في عنصر الرشاقة في لعبة كرة السلة.
- ٢- استخدام الدرجات المئينية لتقييم نتائج طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة في الاختبارات العملية لمساقات كرة السلة .
- ٣- اجراء دراسات متشابهة لوضع درجات معيارية لاختبار T للرشاقة ( باستخدام كرة سلة وبدون استخدام كرة ) لطلبة كليات التربية الرياضية في جميع الجامعات الاردنية.

## المراجع باللغة العربية

- اشتيوي ، ثابت عارف (٢٠٠٢) : بناء مستويات معيارية للياقة البدنية المرتبطة بالصحة لطلبة المرحلة الأساسية العليا لدى السلطة الوطنية الفلسطينية، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، الأردن.
- امبو علي ،محمود (٢٠١٦) درجات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب الحلقة الأولى في ولاية نزوى -سلطنة عمان : رسالة ماجستير ، جامعة مؤتة ،كلية علوم الرياضة.
- باكير، محمد (٢٠١١). بناء مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة مساق الإعداد البدني. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، مجلد ٢٥ (٣).
- حثناوي، مريم (٢٠١٣). بناء مستويات معيارية للياقة البدنية وبعض القياسات النثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا في مديرية تربية جنين. رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
- حسانين، محمد صبحي.(١٩٩٦):" القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة (الجزء الثاني). دار الفكر العربي . القاهرة
- الحليق، محمود علي حسين وأبو زعم، علي شحادة (٢٠١١). بناء مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية لطلبة البكالوريوس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية. دراسات، العلوم التربوية، المجلد ٣٨.
- الصرايرة ، سمية (٢٠١٥) ، بناء وتقنن اختبار الرشاقة لطالبات المرحلة الأساسية العليا من (١٢-١٥) سنة في لواء المزار : رسالة ماجستير، جامعة مؤتة ، كلية علوم الرياضة .
- عدس، عبد الرحمن ( ١٩٩٩ ):" مبادئ الأحصاء في التربية وعلم النفس. الطبعة الخامسة، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- علاوي، محمد حسن و محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠٠): القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- علاوي، محمد. و رضوان، محمد نصر الدين.(١٩٨٨):" القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. دار الفكر العربي. القاهرة
- فرحات ، ليلي السيد (٢٠٠١): القياس والاختبار في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر. القاهرة
- المنسي ، تيسر (٢٠٠٩) ، بناء مستويات معيارية لبعض العناصر البدنية والمهارية والقياسات الجسمية لانتهاء الفتيات لمراكز الواعدين لكرة اليد في الأردن ، دراسة منشورة

## المراجع باللغة الانجليزية

- ALBATCHI , Nihad (2010). Building standards for some elements of fitness as one of the indicators of sports selection for students applying for the list of sports excellence at the University of Jordan, Department of Health and Recreation Faculty of Physical Education, University of Jordan, Jordan, **AL-Najah Journal of Research (Humanities)**, Volume 24 (7)
- Al-Mansi, Tayseer (2013) Building standard levels of some physical and skillful elements and physical measurements of girls' selection of promising handball centers in Jordan, **Mu'tah Research and Studies Journal**, Volume 28, Issue 1.
- Hasan, A., Reilly, T., Cable, N., Ramadan, J. (2007): Anthropometric profiles of elite Asian female handball players. J Sports Med Phys Fitness. 2007 Jun; 47(2):197-202.
- Michand, Pa & Caudery, M & Schutzy (2002): Assessment of physical activity with apedo motor and its relationship with vo2 max among adolescents in Switzerland, Soz-praventiv-med, and 47 (2) 107-15,2
- Shaalan, Maan (2015) Determination of standard levels of health-related fitness elements for students of the Deanship of the preparatory year at King Faisal University, **Journal of Education**, No. 163, Al-Azhar University.
- Shubar, Mahm oud, and al- taleb,, Nizar, and Muhammad, Sami (2005). Development of standard levels of physical ability tests for admission of students in the Department of Physical Education, **University of Bahrain, Journal of Physical Education**, Volume XIV
- PAUOLE KAINOA, KENT MADOLE, JOHN GARHAMMER, MICHAEL. LACOURSE, AND RALPH ROZENE(2000) Reliability and Validity

of the T-Test as a Measure of Agility, Leg Power, and Leg Speed in College-Aged Men and Women Journal of Strength and Conditioning Research,14(4), 443-450.

- Sharma Raj Kumar 1 and Bahadur Singh<sup>2</sup> and Kanwar Mandeep Singh(2014) Constructing Norms for selected Physical Fitness Test Battery as a Gauge for Sports Potential among Kabaddi Players research Journal of Physical Education Science\ Vol. 2(7), 8-12, July (2014).