

مستوى بعض القدرات التوافقية وعلاقتها بالإنجاز لدى المبارزين العرب الأشبال تحت (15) سنة

The level of some Coordination Abilities and their relation to achievement in the Arab

Fencing Fencers under (15) years

إياد مغايرة^{1*}، وميرفت ذيب²

Eyyad Maghayreh & Mervat Deeb

¹قسم العلوم الأساسية، كلية الزرقاء الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية، الأردن.

²قسم العلوم الأساسية الانسانية، كلية الأميرة عالية الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية، الأردن

*الباحث المراسل: eyad008@bau.edu.jo

تاريخ التسليم: (2018/03/31)، تاريخ القبول: (2018/06/10)

ملخص

هدفت الدراسة للتعرف الى مستوى بعض القدرات التوافقية لدى لاعبي المنتخبات العربية للمبارزة فئة تحت (15) سنة وعلاقتها بالإنجاز، بالإضافة للتعرف إلى الفروق في العلاقة بين مستوى القدرات التوافقية والإنجاز تبعاً لمتغير الجنس، اشتملت عينة الدراسة على (40) لاعب ولاعبة من لاعبي المنتخبات العربية تحت (15) المشاركين في البطولة العربية للبراعم (2016)، تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة. استخدمت الدراسة مجموعة من الاختبارات لقياس القدرات التوافقية (الوثب أماماً خلفاً لمدة (15) ثانية، الاتزان الحركي الخلفي، تنطيط كرة التنس الأرضي مع خطوة للأمام على مقعد سويدي مقلوب، اختبار الوثب على رأس المثلث بالتبادل (15) ث، دقة الطعن من خطوة على هدف، اختبار الصناديق الملونة، اختبار (V). وبعد جمع البيانات تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لتحليل النتائج، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين مستوى القدرات التوافقية والإنجاز في رياضة المبارزة بينما لم تظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى العلاقة بين القدرات التوافقية والإنجاز يعزى لمتغير الجنس، وأوصى الباحثان ضرورة الاهتمام بتنمية القدرات التوافقية لدى لاعبي المبارزة في سن مبكرة لما لها من أثر في تحقيق الإنجاز في رياضة المبارزة.

الكلمات المفتاحية: القدرات التوافقية، المبارزة

Abstract

The study aimed at identifying the level of some coordination abilities in the Arab national teams for fencing under (15) years and their relation to achievement. In addition to the differences in the relationship between the level of Coordination abilities and achievement according to sex variable, the sample included (40) male and female fencers of the Arab teams under (15) years Participants in the (2016) Arab Pomegranate Competition were selected in a deliberate manner and the descriptive approach was used to suit the nature of the study. The study used a set of tests to measure the coordination abilities (jump forward-

backward for 15 seconds, rear motor balance, tennis ball titration, step forward in reverse Swedish seat, jump test on the top of the triangle alternately (15) seconds, colored boxes test and V test). After the data collection, the statistical program (SPSS) was used to analyze the results, the results of the study showed that there is a correlation between the level of coordination abilities and achievement in the sport of fencing, while there were no statistically significant differences in the level of the relationship between coordination abilities and achievement due to gender variable. The researchers recommended the need to pay attention to developing the coordination abilities of the fencers at an early age because of their impact in achieving in fencing.

Key Words: Coordination abilities, fencing

مقدمة الدراسة

أن الوصول إلى المستويات العليا في أي رياضة يتطلب من الرياضي ضرورة الارتقاء بقدراته البدنية والمهارية والخطوية والنفسية واستخدامها بصورة متكاملة في محاولة أكيدة للتميز. ومن المعروف أن لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية المتفردة عن غيره من الأنشطة، وترتبط هذه الخصائص بالمكونات والمحتويات الطبيعية للنشاط، فضلا عن متطلباته من القدرات الحركية والمهارية والخطوية والقدرات العقلية مثل الإدراك والتصور والانتباه والقدرة على الاسترخاء.

وتعد رياضة المبارزة من الرياضات التي لها متطلباتها الحركية الخاصة، حيث يتم ممارستها وفق قوانين وقواعد تنظيمية تحكم المباريات بين المتبارزين. ومن أهم المتطلبات الخاصة برياضة المبارزة هي القدرات التوافقية التي تعد القاعدة الأساسية للأداء الجيد، وهذه القدرات تختلف من مهارة إلى مهارة وفقاً للخصوصية الحركية لدى الرياضي. كما إن المبارزة تتطلب استخداماً مميزاً للرجلين والذراعين في الهجوم والدفاع، فاللاعب الجيد لا بد أن يمتلك أرجل وقوية وسريعة وإتقان المهارات الفنية المتعلقة بالمبارزة وهذه المهارات والقدرات تتعلق بالتنفيذ الدقيق لحركات المبارزة وهي تتطلب توافقاً كبيراً بين الرجلين والذراعين والعينين (Hatem,2009,p237).

وتتفق عدد من الدراسات العلمية الحديثة مثل (Schnabel.G, et.al, 2003, p164) و (Meinel, Schnabel, Koch, 1997, p96), (2007, p245)، أن القدرات الحركية مشتملة على (القدرات البدنية، المرونة، القدرات التوافقية) تعتبر القاعدة الأساسية للوصول إلى تميز الأداء المهاري، حيث أن مستوى المهارات الرياضية بصفة عامة يتوقف على ما يتمتع به اللاعب من تلك القدرات الحركية المتعلقة بالمهارة. ويذكر (Abu Dari,2014,p18) انه وفي الأونة الأخيرة زاد الاهتمام بالقدرات التوافقية كأحد المتطلبات الرئيسية للإنجاز، حيث تم اعتبارها من الركائز الأساسية التي يجب الاهتمام بها، والعمل على تنميتها في مراحل عمرية مبكرة؛ حيث أشارت الدراسات أن امتلاك القدرات التوافقية بمستوى جيد يساهم في تقليل زمن تعلم المهارات المختلفة وكذلك يساهم في زيادة جودة الأداء وبذات الوقت تعمل على الاقتصاد في الجهد لأداء وإتقان تلك المهارات .

وتعد القدرات التوافقية بمثابة القاعدة الأساسية لنجاح عمليات التعلم وتحسين النواحي المهارية، كما أن ارتفاع مستوى القدرات التوافقية المختلفة يلعب دوراً هاماً في سرعة وجودة تعلم و اكتساب المهارة الحركية، كما انها أثبتت فاعليتها في

تقليل الزمن المستخدم لتعلم المهارة الحركية. وفي هذا المجال يذكر (Grosser M., et, al 2008, p88) ان للقدرات التوافقية تأثير ايجابي على سرعه تعلم وإتقان المهارات الحركية المركبة والمعقدة. وبنفس السياق يشير (Walf. D,) 2008p77 إلى ان للقدرات التوافقية دور هام في تعلم وإتقان المهارات الحركية وان افتقار المتعلم لمستوى جيد من القدرات التوافقية يفقده القدرة على الاداء المهاري بالشكل الصحيح ويظهر العديد من الاخطاء الفنية التي تشوب الاداء.

ويذكر (Majeed,2002p 45) انه كلما ارتفعت درجة القدرات التوافقية لدى المتعلم كلما ارتفع درجة مستوى أداءه المهاري وقلت أخطاء الاداء المهاري وتطورت درجة التوافق بين العضلات ويتفق كل من (Juliuskasa,2005,p65), (Eleni Z, et,al 2012,p216), (Stanislaw,2005,p102,) , (Teresa,2005,p231) ، على أن هناك ارتباط بين القدرات التوافقية والجانب المهاري في مختلف الأنشطة الرياضية، حيث إن الفرد الذي لديه مستوى عال من هذه القدرات يمكنه تحقيق مستوى متطور من الأداء المهاري. ويعتبر مدى ترابط القدرات التوافقية والبدنية والمهارية مؤشر على ارتفاع مستوى الاداء الفني الذي وصل إليه اللاعب، لذلك من المهم الاعتناء بها وتنميتها بحيث تكون قاعدة أساسية لجميع الفعاليات الرياضية والتي أثبتت أهميتها في الكثير من الدراسات العلمية.

ويذهب (Khayoun, 2002 p87) إلى أنه يمكن تفسير المهارة الحركية على أنها القدرة النوعية والفنية على القيام بعمل ما، وتعني الاستخدام الملائم للسيطرة على الحركة وتناسقها بشكل كفؤ بما يضمن تحقيق تنفيذ الواجب الحركي أو الهدف من الحركة بشكل نوعي مميز ، ويؤكد ذلك (Laguna,2007, p 163) بان اللاعب الماهر الذي يظهر تفوقه على الآخرين هو اللاعب الذي يتمكن من تنفيذ واجب حركي معين بنوعية أداء عالية، حتى لو كانت الظروف متغيرة . وهذا الشيء يؤكد إن إجادة المهارات الحركية أمر ينتج عن تكوين المتعلم فكرة عامة وإدراك وفهم جيد للحركة، وقيامه بجهد يؤدي الى تغيير سلوكه الحركي إلى الأفضل.

ويشير (Hassanein, 2006,p94) إلى أهم قواعد العمل التدريبي التي يسعى اللاعب والمدرّب من خلالها للوصول إلى الإنجاز الرياضي وتحقيق البطولات وإحراز الميداليات حيث الرغبة في التغلب على صعوبات مواقف الأداء ومحاولات تحسين المستوى، فتقافة الإنجاز الرياضي تقوم على رؤية تطبيقية هادفة تستند إلى منحى تطور المراحل العمرية متبوعاً بوسائط رفع القدرة الانجازية وإلى منظومة تعلم المهارات الحركية وقواعد العمل التدريبي لتنمية القدرات التوافقية والبدنية كأساس للإنجاز الرياضي. وبهذا يمكن القول بأن تعلم المهارات الحركية الذي يستند إلى تطور المراحل العمرية يعتمد أساساً على نمو القدرة في الأداء الحركي من خلال مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والخبرة والتي تقود إلى تغييرات في قابلية الفرد على الأداء الحركي المهاري (Boyce,2007, p 312).

مشكلة الدراسة

لا شك أن الجميع (ادارة ومدربين) يسعى إلى التميز ولا يريد أن تذهب الجهود المبذولة ولا الاموال المدفوعة سداً جراء الاختيار المبني على اساس غير علمي للاعبين، فالانتقاء الجيد يعد عملية اقتصادية كونه يهدف الى توفير الجهد والوقت والتكاليف، اضافة الى المساهمة العلمية في استثمار قدرات الافراد وتوجيهها نحو التطور والارتقاء بالمستوى

الرياضي والتعرف المبكر على اللاعبين ذوي الخامات المتميزة ومن ذوي الاستعدادات والقدرات العالية، لذلك فإن عملية تحديد المواصفات المورفولوجية والبدنية والحركية التي يجب توفرها في الأفراد للتفوق في النشاط الرياضي يعتبر من اولويات عملية الانتقاء الرياضي السليم الذي بدوره يساهم في الاكتشاف المبكر لذوي الاستعدادات والقدرات والمواهب ، والانتقاء هو " محاولة استخراج أفضل الخامات التي تعد بالنجاح في المستقبل بالاعتماد على اسلوب علمي مستند إلى مرجعيات علمية من حيث القياسات والقدرات البدنية والذهنية والحركية. ومن خلال خبرة الباحثين في رياضة المبارزة فقد توجهنا لتقييم بعض المتطلبات الحركية (القدرات التوافقية) وربطها بالانجاز في محاولة لتوجيه الأنظار إلى أهمية الاختيار المبكر لأفراد يتميزون بقدرات توافقية مميزة والتعرف على مدى تأثيرها على الانجاز لدى فئة البراعم في المبارزة تحت (15) سنة.

أهمية الدراسة:

وتكمن أهمية الدراسة الحالية في التعرف إلى مستوى بعض القدرات التوافقية لدى براعم المبارزة العربية ممثلة في المنتخبات العربية للبراعم تحت (15) سنة المشاركين في البطولة العربية للفئات العمرية، في محاولة من الباحثين لربط القدرات التوافقية بتحقيق الانجاز من ناحية وإظهار مواطن الضعف والقوة للفرق المشاركة في أبعاد هذه القدرات المختارة والتي تعد من القدرات المهمة للاعبين المبارزة. ويعتقد الباحثان أن تطوير القدرات التوافقية يمثل أحد الجوانب الهامة في عملية إعداد الرياضيين بديناً ومهارياً وخططياً للدخول في المنافسات، وأن هذا النوع من التدريب ليس عشوائياً وإنما يسير ضمن مبادئ وشروط خاصة وضعت من قبل مختصين يجب الالتزام بها والسير ضمن قواعدها لتحقيق الأهداف المرجوة، وان دراسة نسب المساهمة للقدرات التوافقية يعطي مؤشرات واضحة للمدربين حول إمكانات اللاعبين، لذلك ارتى الباحثان دراسة العلاقات بين القدرات التوافقية ونسبة مساهمتها في الانجاز في رياضة المبارزة. وتكمن أهمية البحث في معرفة طبيعة العلاقات الخاصة بالقدرات التوافقية المختلفة ونسبة مساهمتها في الانجاز لدى لاعبي المبارزة، مما يمكن المدربين من التخطيط الجيد والمناسب لأهداف التدريب وبما يضمن تحقيق نتائج متميزة في المباريات.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة التعرف إلى:

1. العلاقة بين مستوى بعض القدرات التوافقية والانجاز لدى لاعبي ولاعبات المبارزة للمنتخبات العربية فئة تحت (15) سنة.
2. الفروق في العلاقة بين مستوى بعض القدرات التوافقية والانجاز لدى لاعبي المبارزة للمنتخبات العربية فئة تحت (15) سنة تبعاً لمتغير الجنس.

تساؤلات الدراسة

1. هل توجد علاقة بين مستوى القدرات التوافقية قيد الدراسة والانجاز لدى لاعبي المبارزة للمنتخبات العربية فئة تحت (15) سنة؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين مستوى القدرات التوافقية قيد الدراسة والانجاز لدى لاعبي المبارزة للمنتخبات العربية فئة تحت (15) سنة تعزى لمتغير الجنس؟

الدراسات السابقة

أجرى (Maghayreh, 2018) دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه و بعض متغيرات الإدراك الحس حركي ودقة الرد البسيط (المباشر وغير المباشر)، والتعرف إلى الفروق بين أنواع الرد البسيط وأثرها على دقة الرد لدى ناشئي سلاح الشيش في الأردن، وقد تكونت عينة الدراسة من (12) لاعب من ناشئي سلاح الشيش في الاتحاد الأردني للمبارزة، تم إجراء اختبارات الإدراك حس حركي واختبار دقة الرد البسيط بعد الدفاع وكذلك تم قياس مستوى تركيز الانتباه لدى أفراد العينة، وقد أظهرت النتائج وجود معامل ارتباط دال إحصائيا بين مستوى تركيز الانتباه ودقة الرد بعد الدفاع البسيط المباشر وغير مباشر كذلك أظهرت وجود معامل ارتباط دال إحصائيا بين متغيرات الإدراك حس حركي ودقة الرد بعد الدفاع البسيط المباشر وغير المباشر، كما أوجدت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في دقة الرد بعد الدفاع تعزى لنوع الرد ولصالح الرد البسيط المباشر، وأوصى الباحث بضرورة الاهتمام بتدريب تركيز الانتباه كقدرة عقلية وكذلك متغيرات الإدراك حس حركي لما لها من أهمية في تطوير مستوى المبارز فنيا.

واجرى (Bataineh and Oqaili, 2018) دراسة هدفت للتعرف إلى الفروق في مستوى القدرات العقلية والحركية لدى طالبات بعمر (6-9) سنوات، بالإضافة للتعرف إلى مدى العلاقة بين القدرات العقلية والقدرات الحركية لأفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الفئة العمرية. اشتملت العينة على (300) طالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات لملائمته لطبيعة الدراسة وتم استخدام بعض مكونات بطارية دوردل- كوخ لقياس القدرات الحركية التي تحتوي على (الوثب جانبا لمدة (15) ثانية، الوثب الطويل من الثبات، الوقوف على قدم واحدة لمدة دقيقة واحدة، ثني الجذع من الجلوس الطويل لمدة (40) ثانية. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في مستوى القدرات العقلية وكذلك في مستوى القدرات الحركية لدى فئة الإناث ولصالح الفئة العمرية (8-9) سنوات. وجود علاقة دالة إحصائية بين القدرات العقلية والقدرات الحركية في كل من اختبار (الوثب جانبا، الوثب الطويل من الثبات، الوقوف على قدم واحدة) لدى عينة الإناث التابعة للفئة العمرية (6-9) سنوات، وجود علاقة دالة إحصائية بين القدرات العقلية والقدرات الحركية في اختبار (الوثب جانبا لمدة (15) ث لدى عينة الإناث التابعة للفئة العمرية (7-9) سنوات و(8-9) سنوات.

كما قام (Simonek, 2012) بإجراء دراسة بهدف التعرف إلى أثر القدرات التوافقية على المستوى المهاري لناشئي الهوكي على الجليد، تم استخدام المنهج الوصفي على عينة مكونة من (283) ناشئا من الفئة العمرية (11-15) سنة، وقد تم تحليل القدرات التوافقية التي تم إتباعها للتنبؤ بأداء لاعبي هوكي الجليد، حيث تم استخدام (7) معايير حركية على الناشئين وبصورة فردية، وبعدها تم تحويل النتائج على صيغة نقاط موزعة على خمسة مستويات من التوافق ومرتبطة بهوكي الجليد بهدف الحصول على علاقة واحدة لكل اختبار. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود دلالة ذات اثر إحصائي لكل من القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة، القدرة الإيقاعية، القدرة على تقدير وضع الجسم حس حركيا كقدرات لها الأثر الأكبر في المستوى المهاري الأفضل لناشئي هوكي الجليد.

وأجرت (Al-Ghurairi, 2010) دراسة بهدف التعرف إلى العلاقة بين الذكاء والقدرات الحركية لدى رياض الأطفال بعمر (4-6) سنوات، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي على عينة بلغت (60) طفلا من روضة الغدير الحكومية في محافظة النجف الأشرف-العراق، وقد تم تطبيق اختبار للذكاء الذي أحتوى على جزأين صوري ولفظي بحيث تكون كل جزء من (45) تطبيق اختبار القدرات الحركية صورة وعبارة لفظية وتم أيضا والذي تكون من (5) اختيارات وشملت (الوثب الأفقي من الثبات، الاتزان على قدم واحدة، رمي كرة طبية، لقف كرة من مسافة (12) م والعدو مسافة (30) م. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط معنوية بين الذكاء الصوري واللفظي وبعض القدرات الحركية.

وقام كل من (Bas, Woll & Worth, 2009) بإجراء دراسة بهدف التعرف الى مستوى القدرات التوافقية على عينة مكونة من (1050) طالب وطالبة ضمن الفئة العمرية (12-15) سنة. تم استخدام المنهج الوصفي المسحي حيث تم تطبيق بطارية اختبار خاصة بالقدرات التوافقية اشتملت على التوافق لكامل الجسم ضد الزمن (الوثب جانبا لمدة (15) ث)، التوافق لكامل الجسم عند واجب حركي مميز بالدقة (الاتزان الثابت من خلال الوقوف على قدم واحدة لمدة (60) ثانية والاتزان الخلفي المتحرك) وتوافق العضلات الدقيقة مقرون بالزمن (الاستجابة لمثير بصري باسرع وقت). نتائج الدراسة أظهرت وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور وكذلك بين الإناث في كل من الاختبار الحركي الوثب جانبا لمدة (15) ثانية، الاتزان الثابت والاستجابة لمثير بصري باسرع وقت ممكن ولصالح الفئة العمرية الأكبر سنا، بالإضافة الى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث ولصالح الإناث في جميع الفئات العمرية ما عدا الفئة (14-15) سنة. وجود فروق معنوية بين الذكور وكذلك بين الإناث في اختبار الاتزان الخلفي المتحرك ولصالح الفئة العمرية الأكبر سنا، كذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في اختبار الاتزان الحركي الخلفي ولصالح الإناث.

وفي دراسة (Buck, Hillman & Castelli, 2008) والتي هدفت الى التعرف على العلاقة بين القدرات الحركية والعقلية لأطفال الفئة العمرية (7) و(12) سنة في ولاية ايلنوي في أمريكا، استخدم الباحثان المنهج الوصفي على عينة بلغت (74) تلميذا، وقد تم تطبيق بطارية الاختبار الحركي التي اشتملت على (القوة، المرونة، التوافق والتحمل الهوائي)، بينما اشتمل اختبار القدرات العقلية على اختبار (كلمة- لون ولون- كلمة) وكذلك اختبار الذكاء (K-BITS). نتائج الدراسة أظهرت وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين اختبار الذكاء وعنصر التحمل الهوائي، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين الذكاء وباقي مفردات الاختبار الحركي، مما قاد الباحثين الى استنتاج أن متغير العمر واختبارات الذكاء ومستوى اللياقة جميعها عوامل تؤثر في تنمية القدرات العقلية.

وقامت كل من (Ibrahim, Magda and Abu Rehab, Aber,2007) بإجراء دراسة بهدف بناء مستويات معيارية للقدرات التوافقية لتلاميذ الفئة العمرية (12-15) سنة بمحافظة الإسكندرية، تكونت العينة من (720) طالبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية. استخدم المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة من خلال تطبيق (6) اختبارات تقيس القدرات التوافقية المختلفة، وقد اشتملت على تمرير الكرة على الحائط لمدة (30) ثانية، الحجل والوثب والدوران، سرعة الركل بالقدم لمدة (30) ثانية، الوثب والتوازن فوق العلامات ودقة التحكم في دوران الذراع المفضلة على جهاز الطرد الدوراني. توصلت الباحثان الى بناء بطارية اختبار للقدرات التوافقية لطلاب المرحلة الإعدادية، وبناء مستويات معيارية للقدرات التوافقية كنتيجة للدراسة.

وبهدف التعرف الى مدى تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام القدرات التوافقية لتحسين فاعلية الأداء المهاري والخططي لناشئي الملاكمة أجرى (Abdel Hakim, 2007) دراسته التي استخدم فيها المنهج التجريبي على عينة تكونت من (45) ملاكما ناشئا في مدينة أسبوط تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين، (ضابطة وتجريبية). وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق معنوية دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدي في القدرات البدنية، المهارية، الفنية، العقلية والتوافقية ولصالح القياس البعدي، وكذلك الى وجود فروق ذات دلالة بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في جميع القدرات ولصالح المجموعة التجريبية، واوصت الدراسة باعتماد البرنامج التدريبي المقترح لتطوير قدرات الملاكمين.

قام (Witkowski , 2005) بإجراء دراسة بهدف التعرف على خصائص القدرات التوافقية لاستخدامها كمعيار للتنبؤ بإنجاز لاعبي كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وذلك بهدف التوصل إلى مجموعة من الاختبارات المركبة لمجموعة الخصائص التوافقية المحددة التي يمكن استخدامها في عمليات انتقاء الناشئين أو اللاعبين ذوي المستويات العليا، وتحديد مدى قدرة الاختبارات على التنبؤ بمستوى خصائص القدرات التوافقية لدى الناشئين من (14-12)، وقد توصلت هذه الدراسة إلى أن عناصر القدرات التوافقية لها دور هام في انتقاء الناشئين أو اللاعبين ذوي المستويات العليا.

ويهدف التعرف إلى مستوى القدرات الحركية (القدرات البدنية والتوافقية) في ألمانيا الاتحادية قام المجمع العلمي للأطباء الألمان (WIAD, 2003) بدراسة على عينة مكونة من (20. 000) طالب وطالبة ضمن الفئة العمرية (6-18) سنة من خلال استخدام بطارية ميونخ لللياقة البدنية والتي تكونت من (اختبار المرونة للجذع، الوثب العريض من الثبات، الدقة الحركية، تنطيط الكرة ضمن وقت محدد، السحب على العقلة). وأظهرت نتائج الدراسة تدني جميع القدرات الحركية الخاصة بالفئة العمرية (6-12) سنة، بالإضافة إلى وجود فروق بين الجنسين في جميع القدرات التوافقية وعنصر التحمل الهوائي ولصالح الذكور التابعة للفئة العمرية (12-18) سنة.

كما قام (Vladimir,2001) بإجراء دراسة بهدف تقييم القيمة التنبؤية لمجموعة من المؤشرات التي ترتبط بسبع قدرات توافقية لدى الناشئين وذوي المستويات العليا وكان عدد المؤشرات 23 مؤشرا، تم استخدام المنهج الوصفي كمنهج للدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من (26) لاعبا من سن (16-19) سنة المسجلون بمدرسة زابرز في بولندا، وقد تم تقييم كافة اختبارات البطارية باستخدام معامل الارتباط سبيرمان وكذلك تم تقييم معاملات التنبؤ للمؤشرات الخاصة ال (23)، ومن أهم النتائج التي حصلت عليها الدراسة أن أعلى قيمة تنبؤية كانت على قدرة التكيف مع الأوضاع المختلفة ثم قدرة الربط الحركي والقدرة الإيقاعية والاتزان الثابت والديناميكي، بينما ظهر انخفاض في التنبؤ في سرعة رد الفعل، و أقل قيمة كانت على قدرة الوضع المكاني.

محددات الدراسة

المحدد الزمني: البطولة المبارزة العربية الثالثة للبراعم / عمان 2016/8/26 ولغاية 2016/8/29م.

المحدد المكاني: صالة الاتحاد الاردني للمبارزة / عمان/ المدينة الرياضية.

المحدد البشري: مبارزو سبع منتخبات عربية للمبارزة فئة تحت (15) سنة المشاركون في

البطولة العربية الثالثة للبراعم في عمان/ الاردن 2016.

مصطلحات الدراسة:

القدرات التوافقية: مجموعة من القدرات الحركية التي تؤثر بعمليات تنظيم وتنسيق الحركة وتعطي أداء عاما وبشكل ثابت، وتتيح للرياضي سرعة اكتساب وإتقان وتثبيت الأداء الحركي بأعلى كفاءة وبأقل جهد. (Hirts, 2011, p136)

ويؤكد (Meinel & Schnabel, 2007, p238) أن الإنجاز الرياضي لا يمكن أن يحدد من خلال قدرة توافقية واحدة، وإنما من خلال مجموعة من القدرات التوافقية تربطهم علاقة بالإنجاز الرياضي، وقد ميز مكونات القدرات التوافقية بما يلي:

• **القدرة على تقدير الوضع:** القدرة على السيطرة وتحديد حركة الجسم في المكان والزمان نسبة إلى

الأشياء المحيطة. (Meinel & Schnabel, 2007, p238)

- **القدرة على التوازن:** هي قدرة الرياضي في المحافظة على وضع كامل جسمه بوضع معين، أو استعادة توازن جسمه بأسرع ما يمكن بعد اضطراب طرأ على توازنه (Schnabel, 2011,p201, Harre , Krug&)
- **القدرة على الربط الحركي:** هي قدرة الرياضي على ربط المهارات الحركية والفنية المختلفة مع بعضها البعض بشكل مباشر أو بشكل متتال. (AbuDari,2014,p6)
- **القدرة على الإيقاع الحركي:** هي قدرة الفرد على الأداء الحركي بترتيب زمني إيقاعي للأوامر العصبية بين بسط وقبض، شد وارتخاء العضلات العاملة على الأجزاء المتحركة من الجسم. (Meinel & Schnabel, 2007p 238)
- **القدرة على بذل الجهد المناسب بدقة:** هي قدرة الرياضي على التحكم بأدائه الحركي بدرجة عالية من الدقة، وذلك بإنتاج الطاقة (القوة) المناسبة لتحقيق الهدف المنشود، حسب ما يقتضي الموقف. (Amawi,2015,p15)
- **القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة:** هي قدرة الرياضي على تغيير التصرف الذي بدء به إلى تصرف جديد بما يتناسب مع المثير أو الموقف الجديد. (AbuDari,2014,p6)
- **القدرة على بذل الجهد المناسب:** هي قدرة الرياضي على التحكم بأدائه الحركي بدرجة عالية من الدقة، وذلك بإنتاج الطاقة (القوة) المناسبة لتحقيق الهدف المنشود. حسب ما يقتضي الموقف. (AbuDari,2014,p7)

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته طبيعة الدراسة.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من لاعبي المباراة البراعم فئة تحت (15) سنة في اتحادات المباراة العربية.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية التي تكون أفرادها من جميع لاعبي ولاعبات سبع منتخبات عربية للمبارزة لفئة البراعم تحت (15) سنة وعددهم (52) لاعباً ولاعبة من (الأردن، الإمارات، قطر، فلسطين، البحرين، لبنان، تونس) المشاركين في البطولة العربية الخامسة عشر للمبارزة بالسيف التي إقيمت في عمان من تاريخ 2016/8/26 ولغاية 2016/8/29، تم استثناء عدد(12) لاعبا ولاعبة الذين اجريت عليهم اختبارات معامل الثبات لاختبارات الدراسة.

جدول (1) عينة الدراسة

الاناث		الذكور		الجنس
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	

0.88	14.03	1.56	14.64	العمر
4.35	161.06	5.43	172.04	الطول
4.40	46.65	7.51	58.44	الكتلة

أدوات الدراسة :

اختبارات القدرات الحركية: (ملحق 1)

بعد الاطلاع على مجموعة من الدراسات ذات العلاقة (Amawi,2015,p15)، (AbuDari,2014)، (Simonek, 2012) تم اختيار مجموعة من الاختبارات وقام الباحثان بعمل تعديلات على بعضها لتناسب مع رياضة المبارزة ثم تم عرضها على عدد من الخبراء في علم التدريب الرياضي و تدريب رياضة المبارزة، وتم اختيار سبع اختبارات بناء على استشارة الخبراء (ملحق 2).

ثبات اختبارات الدراسة:

قام الباحثان بإيجاد معامل الثبات لادوات الدراسة (اختبارات القدرات التوافقية) بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test – Retest) على عينة مكونة من (12) لاعبين ولاعبات من لاعبي ولاعبات المنتخبات العربية المشاركة في البطولة الذين تم استبعادهم من عينة الدراسة. ثم أعيد تطبيق المقياس مرة ثانية على العينة نفسها بعد ثلاثة أيام من التطبيق الاول وتحت الشروط والظروف نفسها، وتم إيجاد معامل الارتباط بين نتائج القياس في التطبيقين، والجدول رقم (2) ويوضح ذلك.

معامل الثبات	الاختبار	القدرة التوافقية	
*0.84	الوثب اماما خلفا (15) ث	القدرة على تقدير الوضع	1 -
*0.92	الإتزان الحركي الخلفي.	القدرة على التوازن	2 -
*0.86	تنطيط كرة اتنس الارضي مع خطوة للامام على مقعد سويدي مقلوب.	القدرة على الربط الحركي	3 -

*0.82	اختبار الوثب على راس المثلث بالتبادل (15) ث	القدرة على الإيقاع الحركي	4 -
*0.83	دقة الطعن من خطوة على هدف.	القدرة على بذل الجهد المناسب بدقة	5 -
*0.85	اختبار الصناديق الملونة	القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة	6 -
*0.82	اختبار V	القدرة على الاستجابة السريعة	7 -

جدول رقم (2) يوضح ثبات المقاييس والاختبارات المستخدمة في الدراسة

* دال عند مستوى (0.05)

صدق ادوات الدراسة (الاختبارات والمقاييس) :

للتأكد من صدق الاختبارات المستخدمة في الدراسة فقد تم عرضها على مجموعة من المختصين في المجال الرياضي والقياس والتقويم وتدريب رياضة المبارزة وقد تم اعتماد الاختبارات والمقاييس بعد توافق أكثر من 80% من الخبراء على صدق الاداة. ملحق(2)

متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل: مستوى بعض القدرات التوافقية.

- المتغير التابع : الانجاز في البطولة العربية الثالثة للبراعم عمان من تاريخ 2016/8/26 ولغاية 2016/8/29م.

قياسات الدراسة

تم اجراء قياسات الدراسة العملية في مبنى الاتحاد الاردني للمبارزة، حيث التقى احد الباحثان بفرق المنتخبات العربية عينة الدراسة كل على حدة بعد التنسيق مع مدربيهم ، حيث تم اجراء الاختبارات العملية (اختبارات القدرات التوافقية).

عرض النتائج ومناقشتها

وللاجابة على التساؤل الاول والذي ينص على "هل توجد علاقة بين مستوى القدرات التوافقية قيد الدراسة والانجاز لدى لاعبي المبارزة للمنتخبات العربية فئة تحت (15) سنة ؟"

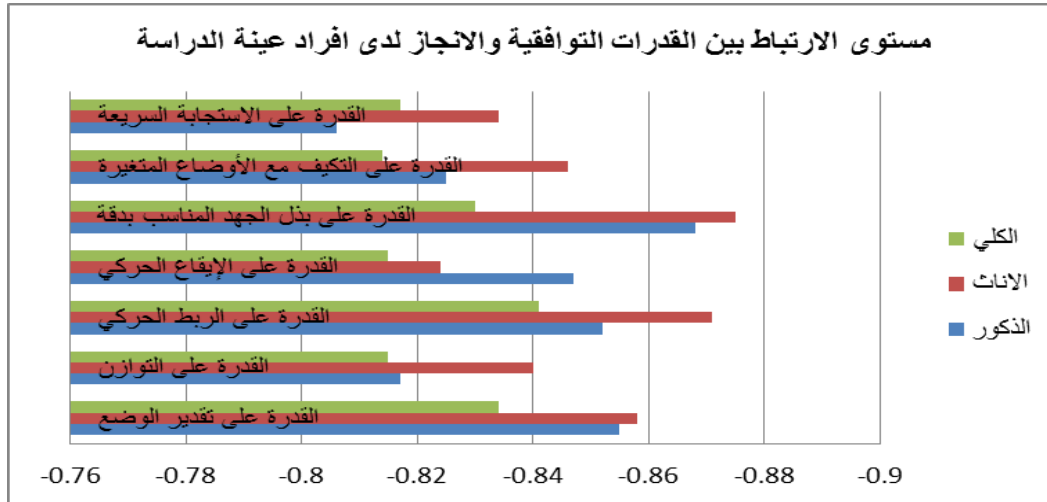
فقد تم ايجاد معامل الارتباط بين القدرات التوافقية والانجاز (الترتيب في البطولة) للذكور وللاناث كلا على حدا وكذلك تم ايجاد مستوى الارتباط للعينة ككل والجدول رقم (3) يبين ذلك

جدول (3) قيم معاملات الارتباط بين القدرات التوافقية والانجاز لدى افراد عينة الدراسة

الكلية ن=40		الاناث ن=18		الذكور ن=22		الانجاز القدرات التوافقية
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	
0.00 *0	- 0.834	0.0 *00	- 0.858	0.00 *0	- 0.855	القدرة على تقدير الوضع
0.00 *0	- 0.815	0.0 *19	- 0.840	0.00 *0	- 0.817	القدرة على التوازن
0.00 *0	- 0.841	0.0 *00	- 0.871	0.00 *0	- 0.852	القدرة على الربط الحركي
0.00 *0	- 0.813	0.0 *00	- 0.824	0.00 *0	- 0.847	القدرة على الإيقاع الحركي
0.00 *0	- 0.830	0.0 *00	- 0.875	0.00 *0	- 0.868	القدرة على بذل الجهد المناسب بدقة
0.00 *0	- 0.814	0.0 *00	-- 0.840	0.00 *0	- 0.825	القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة
0.00 *0	- 0.817	0.0 *00	- 0.834	0.00 *0	- 0.819	القدرة على الاستجابة السريعة

*دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$)

شكل (1) يوضح مستوى الارتباط بين القدرات التوافقية والانجاز لدى عينة الدراسة الذكور والاناث والكلية



يظهر الجدول (3) قيم معامل الارتباط ومستوى الدلالة بين القدرات التوافقية المختلفة والانجاز في رياضة المبارزة لدى عينة الدراسة كلا على حدا وكذلك للعينة مجتمعة، حيث يظهر ان جميع معامل الارتباط عالي ودالة احصائيا في جميع القدرات التوافقية ففي الذكور جاءت القدرة على الدقة وبذل الجهد المناسب في اعلى مستوى حيث بلغ معامل الارتباط (-0.868) فيما كانت القدرة على التوازن هي اقل قيمة لدى الذكور بواقع (-0.816)، بينما للاناث كانت اعلى قيمة هي في القدرة على الربط الحركي حيث كانت (-0.871) واقل قيمة كانت للقدرة على الإيقاع الحركي (-0.824). اما بالنسبة للعينة ككل فقد جاءت القيم على النحو التالي القدرة على تقدير الوضع (-0.834)، القدرة على التوازن (-0.815)، القدرة على الربط الحركي (-0.841)، القدرة على الإيقاع الحركي (-0.813)، القدرة على الدقة وبذل الجهد المناسب (-0.830)، القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة (-0.814)، القدرة على الاستجابة السريعة (-0.817) وجميع مستويات الدلالة للعينة كاملة هي (0.000) للكافة القدرات التوافقية. وتجدر الإشارة الى ان مستوى الارتباط في جميع القدرات مع الانجاز كانت سالبة وهذا يرجع الى ان الانجاز هو الترتيب في البطولة مما يعني كلما قل الرقم دل على مستوى انجاز اعلى مثل المركز الاول (1) افضل من المركز (16) لذا فان مستوى الارتباط بين القدرات التوافقية والانجاز جاء سالبا.

ان هذه المستويات من الارتباط تبين ان الانجاز مرتبط بشكل واضح مع القدرات التوافقية المختلفة وللجنسين على حد سواء وهذا يتفق مع ما ذهب اليه (Bataneh, Oqaili, 2018,p171) في ان القدرات التوافقية تلعب دورا اساسيا في ممارسة الانشطة الحركية المختلفة وتعد حجر الاساس الذي يبدأ منه الفرد للانطلاق نحو الممارسة ثم التفوق والانجاز، وكما ويؤكد ما طرحه (Khayoun, 2002, p89) إلى أن المهارة الحركية تعني القدرة الفنية والنوعية على إنجاز عمل ما، وتعني الاستخدام الأكثر ملائمة للسيطرة على الحركة وتناسقها بما يحقق إنجاز الواجب الحركي، أو تحقيق الهدف من الحركة، ويتفق مع (Laguna,2007,p 166) بان اللاعب الماهر هو الذي يظهر تفوقه على الآخرين وهو اللاعب الذي يتمكن من تنفيذ واجب حركي معين بنوعية أداء عالية، حتى لو كانت الظروف متغيرة وبالتوقيت المناسب دون تأخير، وهذا الشيء يؤكد إن إجادة المهارات الحركية أمر ينتج عن إدراك وفهم جيد للحركة من قبل اللاعب، وقيامه بجهد يؤدي الى تغيير سلوكه الحركي إلى الأفضل، فرياضة المبارزة هي رياضة فردية مهارية محكومة بمسارات حركية معينة تعتمد على الربط الحركي الدقيق بشكل متوافق مع متطلبات الانجاز، فهي تحتاج إلى توافق وربط المهارات الحركية بعضها ببعض، حتى يتم أداء المهارة أو الجملة مهارية بطريقة ديناميكية، حيث يعمل ذلك على تدعيم المسار العصبي الذي يساعد على الأداء الصحيح، ويهيء العقل لاستقبال المهارة وتلافي الوقوع في الخطأ مما يؤدي إلى تطوير مستواها. وهذه النتيجة تتفق

مع نتيجة دراسة (Simonek, 2012,p319) و (Abdel Hakim,2007, p231) و (Majeed,2002,p45) والتي اشارت الى انه كلما ارتفعت درجة القدرات التوافقية لدى الفرد كلما ارتفع مستوى الاداء وقلت الاخطاء المهارية وتطورت درجة التوافق بين العضلات، و يتفق مع كل (Eleni Z, et,al 2012,p216),(Juliuskasa,2005,p65), (Stanislaw,2005,p102),(Teresa,2005,p231) ، على ان هناك ارتباط بين القدرات التوافقية والجانب المهاري في مختلف الأنشطة الرياضية؛ حيث ان الفرد الذي لديه مستوى عال من هذه القدرات يمكنه تحقيق مستوى متطور من الأداء المهاري حيث اظهرت نتائجها ان هنالك ارتباط وثيق بين مستوى القدرات التوافقية والمستوى المهاري للرياضيين. كما وافقت مع نتيجة دراسة Witkowski (2005, p84) حيث توصلت هذه الدراسة إلى أن عناصر القدرات التوافقية لها دور هام في انتقاء الناشئين وتميز مستوى الاداء المهاري لدى اللاعبين ذوي المستويات العليا.

وللجابة على التساؤل الثاني والذي ينص على "هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى القدرات التوافقية قيد الدراسة لدى لاعبي المبارزة للمنتخبات العربية فئة تحت (15) سنة تعزى لمتغير الجنس؟"

تم ايجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات التوافقية قيد الدراسة للذكور وللاناث ثم تم ايجاد دلالة الفروق بينهما والجدول (4) يبين ذلك.

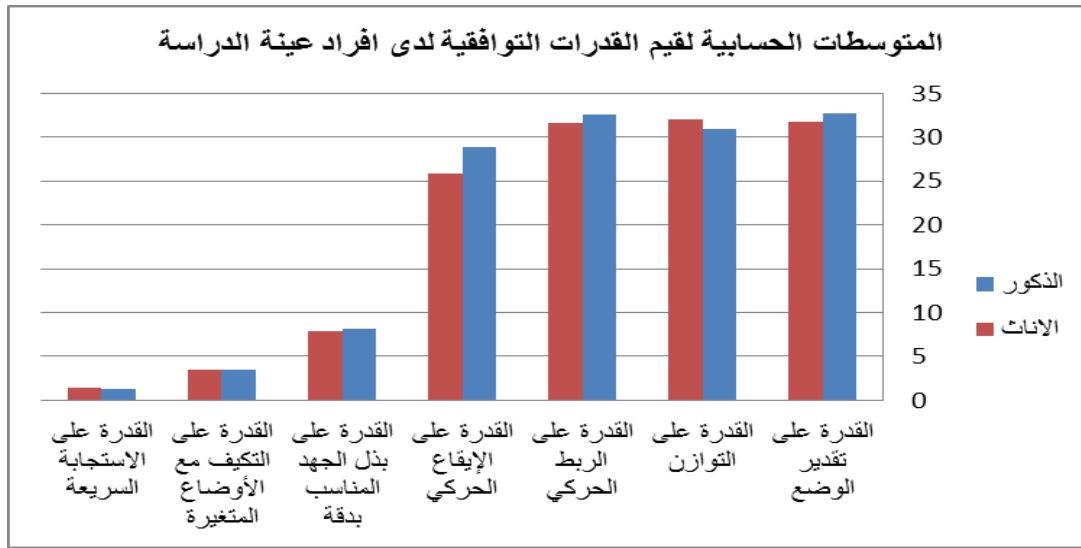
جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات التوافقية قيد الدراسة للذكور وللاناث والفروق بينهما

الجنس	الذكور		الاناث		مستوى الدلالة	القدرات التوافقية
	المتوسط	راف المعيارى	المتوسط	راف المعيارى		
القدرة على تقدير الوضع	32.2	5.33	31.8	7.21	0.3	7
القدرة على التوازن	30.9	7.57	32.0	3.96	1.1	1
القدرة على الربط الحركي	32.5	5.06	31.6	4.88	0.8	5
القدرة على الإيقاع الحركي	28.8	7.34	25.8	5.42	0.5	2
القدرة على الدقة وبذل الجهد المناسب	8.14	2.05	7.83	1.88	0.6	69

0.4 62	0. 734	0.54	3.52	0.46	3.45	القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة
0.2 23	0. 650	0.21	1.36	0.11	1.33	القدرة على الاستجابة السريعة

*دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$)

شكل (2) المتوسطات الحسابية لقيم مستويات القدرات التوافقية لعينة الدراسة الذكور والاناث



يظهر الجدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات لقيم القدرات التوافقية لعينة الدراسة وكذلك يظهر قيم "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات ويتبين من القيم انه لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القيم لجميع القدرات التوافقية بين الذكور والاناث افراد العينة حيث جاءت القيم كالتالي: القدرة على تقدير الوضع (0.550)، القدرة على التوازن (0.592)، القدرة على الربط الحركي (0.554)، القدرة على الإيقاع الحركي (0.926)، القدرة على الدقة وبذل الجهد المناسب (0.481)، القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة (0.734)، القدرة على الاستجابة السريعة (0.650) وهي جميعها اعلى من قيمة "ت" اللجدولية بالتالي لم يكن هنالك دلالة احصائية بين المتوسطات تعزى لمتغير الجنس.

تظهر النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات قيم القدرات التوافقية بين الذكور والاناث عينة الدراسة وهذا يختلف مع نتيجة دراسة (Amawi,2015,p68) (Bas, Woll & Worth, 2009,p233) واللذان اشارتا الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى بعض القدرات التوافقية بين الذكور والاناث دون عمر ال (15) سنة ولكن اذا تم مقارنة المتوسطات ظاهريا نجد ان معظم القيم تشير الى تفوق الذكور وهذا يتفق نوعا ما مع (Starosta&Hirtz, 1989) نقلا عن (Amawi,2015,p18) حيث يذكر ان التصنيف يشير الى ان الفروق بين الجنسين في الفئة العمرية (12-15) يكون في بعض القدرات التوافقية لصالح الذكور وفي بعضها الاخر للاناث وهي دائما للفئة الاكبر اي الاقرب لعمر (15) سنة حيث ان القدرات التوافقية في هذه المرحلة العمرية تمر بمرحلة تراجع وتتسم بعدم الاستقرار نتيجة لافراز هرمونات النمو والهرمونات الجنسية الامر الذي يؤدي الى توقف مؤقت في تطور القدرات

التوافقية (Roth&Winter,2002,p 40). وفي توضيح اكثر من خلال تحليل بيانات العينة حيث ان العينة هم من لاعبي ولاعبات المنتخبات العربية للمبارزة ومتوسط اعمارهم كان للذكور (14.64) سنة وللاناث (14.03) اي ان متوسط عمر الذكور اكبر بالتالي قد يكون منطقيا ان تكون الفروق الظاهرية لصالح العمر الاكبر، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Amawi,2015, p68) في عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في القدرات التوافقية بين الذكور والاناث للفئة العمرية (14-14.9) وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (Bas, Woll & Worth, 2009) والتي اشارت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في قدرات الاتزان الخلفي والقدرة على الايقاع الحركي ولصالح الاناث حيث لم تظهر نتائج الدراسة وجود فروق دالة احصائية في اي من القدرات التوافقية السبعة، على الرغم من وجود فروق ظاهرية في المتوسطات ولكنها وفي معظمها لصالح الذكور عدا القدرة على الاتزان فقد كانت الفروق الظاهرية في المتوسطات لصالح الاناث ويعزي الباحثان هذا الاختلاف الى طبيعة العينة والذين هم في الدراسة الحالية من الرياضيين الذين يمثلون منتخبات بلادهم ضمن هذه الفئة تحت (15) سنة بالتالي قد يكون الذكور قد تطورت قدراتهم التوافقية نتيجة التدريبات الخاصة برياضة المبارزة والتي تحتوي العديد من التدريبات التوافقية مما يساهم في تنظيم المسارات العصبية للاعبين ويساهم بشكل افضل لتحسين قدراتهم التوافقية. وكذلك يمكن ان يعزى الاختلاف الى اختلاف طبيعة الاختبارات المستخدمة في الدراسة.

الاستنتاجات

في ضوء نتائج الدراسة الحالية وفي حدود العينة والاختبارات المستخدمة فقد توصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية:

- 1- ارتفاع مستوى القدرات التوافقية المختلفة يلعب دورا رئيسيا في الانجاز لدى لاعبي المبارزة تحت (15) سنة.
- 2- لا يوجد فروق دالة احصائية في القدرات التوافقية بين الجنسين في الفئة العمرية تحت (15) سنة
- 3- تفوق الذكور في جميع القدرات التوافقية عند الاقتراب من عمر (15) سنة.

التوصيات

في ضوء النتائج والاستنتاجات يوصي الباحثان بما يلي:

- 1- ضرورة الاهتمام بتنمية القدرات التوافقية لدى لاعبي المبارزة في سن مبكرة لما لها من اثر في تحقيق الانجاز في - رياضة المبارزة.
- 2- استخدام الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية كاحدى معايير الاختيار لرياضة المبارزة.
- 3- اجراء دراسات على فئات اخرى اصغر سنا.

المراجع

1.

Abdel

Hakim, Taha, (2007), Application of a proposed training program using coordination

Abilities, Third Annual Scientific Conference of the Faculty of Law and Physical Education. Assiut University. Egypt, p 212-232.

2. Abu Dari, Ali (2014), constructing criteria for coordination abilities of the age group (6-9) for sport selection, Ph.D. Thesis, University of Jordan, Amman, Jordan.

Al-Ghurairi, (2010). Intelligence and its relation to kinetic abilities in kindergartens aged (4-6) years. Journal of Physical Education Sciences, Alanpar, Iraq, Volume (4), No (3), P 106-130.

3. Amawi, Adam Tawfiq, (2015), Level of Differences of Some Coordination Abilities among Primary High School Students Aged (12-15) Years. Master's Thesis, Yarmouk University, Irbid, Jordan.

4. Bat, A, (2006). Education Psychology.(3rd edition). McMillan. New York. USA.

5. Bataineh, Ahmed Salem, Oqaili, Nebal M, (2018), Mental Abilities and its Relationship to some Motor Abilities for Childhood Central Ctage (6-9), Dirasat, the university of Jordan, V(45), No (1), p171-190.

6. Bös, K., Woll, A. Worth, A. (2009). "Motor-Modell" A study on the motor performance and physical-physical activity of children and adolescents in Germany, Nomos publishing house, Munich. Germany.

7. Boyce, B. (2007).The effects of Three Styles of Teaching on University Students Motor Performance. Journal of Teaching in Physical Education, 11(4).UK, P311-321.

8. Chow, J, (2007),"Variation in coordination of a discrete multicular action as a function of skill level'. Journal of motor behavior V. (9) No (3) p 302-309.

9. Eleni Zetou, Nikolas Vernadakis, Marina Tsetseli, Antonis Kampas, & Maria Michalopoulou,

(2012), The Effect of Coordination Training Program on Learning Tennis Skills, V(19), no(3), p 215-221.

10. Fatima Abdul-Malih, Asmaa Hamid Kambash,(2007), A Comparative Study of Resistance Exercises in and out the water on developing some variables of the triple jump, Al Fateh journal. V (29), p 284-302.

11. Gerrig, R. J., and Zimbardo, P. G. (2008). Psychologie (18. Aufl.). München: Pearson Studium.

12. Graf, C., Koch, B., Klippel, S., Büttner, S., Coburger, S., and Christ, H. et al, (2003), Connections between physical activity and childhood concentration - Inputs from the CHILT project. German Journal of Sports Medicine, 54 (9), P 242-246.

13. Grosser M., Starischka S., Zimmermann E.,(2008), The New Fitness Training. BLV book publishing, Munich, Germany.

14. Harre, D. & Hauptmann, M. (1987). Speed and speed training. In: Theory and Practice of Physical Culture 36, (3) p 198-204.

15. Hassanein, Mohamed Lotfi (2006), Sport's Achievement and Rules of Work (Applied Vision), First Edition, the Book Center for Publishing, Cairo, Egypt.

16. Hatem, Noor, (2011), The coordination Abilities and the legs Muscle Power and their Relationship to the Level of Attacks in fencing, Contemporary Sports Journal, Volume (10), No (10) .P 233-254.

17. Hirtz, P, (2011), Coordinative skills performance. Training competition, (3erd edition), Sankt Augustin, Academia.

18. Ibrahim, Magda and Abu Rehab, Abeer. (2007). Develop standard levels of coordination abilities

for students aged 12-15 in Port Said governorate. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education. Suez Canal University. Egypt.

19.

Imad

Ahmed Ali Baroud, (2014), Effect of training some of the coordination abilities on the performance of kicking and passing the ball by preferred and non-preferred foot, MA thesis, Faculty of Physical Education, Mansoura University, Egypt.

20.

Juliuskasa .

I, (2005), Relationship Of Motor Abilities And Motor Skills In Sport Games “The Factor Determining Effectiveness In Team Games. faculty of physical education and sport Comenius university, bart.salva Slovakia.

21.

Kelly

Sponholz, (2012), Effects of Mental- skills training on collegiate drivers' performance and perception of success, A Master's Thesis, University of New York, Fredonia, New York.

22.

Khayoun,

Yarub, (2002), "Motor Learning" between Principle and Practice, Office of Rock Printing, Baghdad, Iraq.

23.

Koch, P,

(1997) Sporting Cross-Curricular Training of Specific Coordinative Skills in Individual Printing Hits, Hamburg. Germany

24.

Laguna, P.

(2007).The Effect of Model Observation Versus Physical Practice during Motor Skill Acquisition and Performance. Journal of Human Movement Studies. vol. 39. no.3. p 162-169.

25.

Maghayreh,

Eyyad, (2018), The relationship between Concentration and the level of some motor sensory perception variables with accurate simple response among Junior foil fencers in Jordan, Accepted by the journal of Mu'tah university, Jordan.

26.

Majeed,

Turki, (2002), Theories of Weight Training, (first edition), Al sharq for publishing, Baghdad, Iraq.

27. Meinel, K. & Schnabel, G. (2006). *Bewegungslehre Sport Motorik. Abriss Einer Theorie sportlichen Motorik unter Peadagogischem Aspekt*. 8. Stark uberarbeitete Auflage. Meyer & Meyer Verlag.
28. Meinel, K. & Schnabel, G. (2007). *Bewegungslehre Sport Motorik. Abriss Einer Theorie sportlichen Motorik unter Peadagogischem Aspekt*. 9. Stark uberarbeitete Auflage. Meyer & Meyer Verlag.
29. Meinel, K. & Schnabel, G. (2007). *Kinematics - sports motor skills. Outline of a theory of sportive motor skills from an educational point of view*. Aachen: Meyer & Meyer publisher, Munich, Germany.
30. Mohamed Ibrahim Mahmoud and Tariq Mohamed Gaber, (2009), *Consensual abilities and basic motor skills as an indicator of starting the practice and teaching basic skills in football, the Fourth International Scientific Conference Modern trends of sports sciences in the light of the labor market*, Faculty of Physical Education, Assiut University, Egypt.
31. Omar Ahmed Musleh, (2013), *Experimental of using adaptive capacity exercises in improving skills in multiple sports*, Journal of Alexandria University, Volume (45), No (4) .P 431-454.
32. Roth. k., Winter. S, (2002). *Playability Develop Upgrades: First, Improve Coordinative Skills*. Handball Handbook. Children's Handball Spa from the beginning (p.38-49). Munster: Philippka.
33. Schnabel .G, Harre .D, Krug .J. (2008), *Training Wissenschaft* .Meyer & Meyer Verlag, Achen.
34. Schnabel, G. (Hrsg.), Harre, D., Krug, J. & Borde, A. (2003). *Training Science: Performance - Training - Competition*. Berlin sports publisher, Berlin, Germany.

35. Simonek. B, (2012) .Prediction of coordination performance in ice-hockey players based on the structure of coordination capacities, Palestrica of the third millennium – Civilization and Sport. Vol (13), No (1), p 316-320.
36. Simonek. B. (2012). Prediction of coordination performance in ice-hockey players based on the structure of coordination capacities. Department of Physical Education & Sport “Constantine the Philosopher” University, Nitra, Slovakia.
37. Stanislaw .Z, Henk. D. (2005) .Level Coordinating Ability But Efficiency of Game of Young Football Players. Team Games In Physical Education And Sport, Poland.
38. Tariq Al-Jamal,(2008), The Effect of coordination Abilities on the Level of Hockey Skills, First International Conference of Physical Education, Sports and Health, (1), Kuwait.
39. Teresa. Z, (2005), Motor Coordination Levele Of Young Play Makers In Basketball Team Games In Physical Education And Sport Poland, The sport journal, V (15) p207-2013.
40. Vladimir.l. (2001).Coordination Training In Sport Games “Selected Theoretic And Methodic Principles. Human Movement, Poland.
41. Walf droge, (2002), free radicalism physiological control of function American physiological society.
42. WIAD-AOK-DSB StudyII, (2003), Movement Status of Children and Adolescents in Germany. Abstract of a study on the basis of a secondary analytical survey, a representative survey of 12- to 18-year-olds and a movement check-up in schools. An analysis of the scientific institute of the orcs of Germany. DSB (ed.). Frankfurt a. M.
43. Witkowski, Z, (2005), Coordination Properties As Criterion Of Forecasting Of Soccer Players Sport Achievement, Doctoral thesis, Moskwa, Russia.

الملاحق

ملحق رقم (1)

وصف عناصر اختبارات القدرات التوافقية المستخدمة في الدراسة.

الاختبار الاول: الإتران الحركى الخلفى

بناء الاختبار: أرضية مستوية خالية من المعوقات.

الهدف من الاختبار: قياس كل من القدرة على الاتزان والقدرة التوافقية عند اداء واجب حركي مميز بالدقة لكامل الجسم، التوجيه الحركي، الادراك الحس حركي والقدرة على التركيز.

الادوات المستخدمة: ثلاثة عوارض خشبية بطول (3) م وارتفاع (5) سم كل عارضة خشبية، بحيث تكون مختلفة العرض (8, 6.5, 5) سم، لوحة خشبية مربعة الشكل (40) سم بارتفاع (5) سم عن أرضية الملعب.

وصف الأداء: يقف الفرد المختبر على اللوحة الخشبية مربعة الشكل بوضعية الاستعداد في المباراة (On guard) ثم البدء بالتحرك خلفا كما في رياضة المبارزة دون أن يلمس الأرض باحدى قدميه، لا يتم احتساب الخطوة الأولى على العارضة، وانما يتم احتساب عدد النقاط بعد الخطوة الأولى.

طريقة التسجيل: يتم احتساب عدد الخطوات التي قام بها المختبر على العارضة الخشبية حتى يفقد اتزانه، بحيث يعطى كل مختبر محاولتين لكل عارضة خشبية ويتم احتساب عدد النقاط بعدد الخطوات على أن لا تزيد عن (8) نقاط لكل عارضة خشبية. أعلى نقطة يستطيع الفرد المختبر الحصول عليها (48) نقطة (المجموع الكلي للنقاط).

الاختبار الثاني: الوثب اماما خلفا لمدة (15) ثانية

الهدف من الاختبار: قياس كل من التوافق لكامل أجزاء الجسم تحت ضغط الزمن والقدرة على النقل أو الربط الحركي.

الادوات المستخدمة: حبل بطول (50) سم، ساعة توقيت.

وصف الاداء: يقف المختبر امام الحبل الممدود ويقوم بالوثب بكلتا قدميه معا من فوق الحبل اماما خلفا وبأقصى سرعة ممكنة دون لمسه، وانما ينبغي على المختبر الاستمرار بالوثب بكلتا قدميه اماما خلفا لمدة (15) ثانية. وعند قيام المختبر اثناء الاختبار بالوثب على قدم واحدة او التوقف لفترة قصيرة لا يتم قطع الاختبار ولكن لا يتم احتساب الوثبة.

طريقة التسجيل: يحسب عدد مرات لمس كلتا القدمين للارض بدون لمس الحبل .

الاختبار الثالث: تنطيط كرة اتنس الارضى مع اخذ خطوة امامية من وضعية الاستعداد بالمبارزة فوق مقعد سويدي

مقلوب

الهدف من الاختبار: قياس كل من القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة والقدرة على الايقاع الحركي.

الأدوات المستخدمة: مقعد سويدي، ثلاث كرات تنس ارضي وساعة توقيت.

وصف الأداء: يقف المختبر وقفة الاستعداد في المباراة على المقعد السويدي المقلوب بحيث تكون المسافة بين القدمين باتساع الحوض والركبتين مثنية بشكل متعامد على القدمين، ثم يقوم بتنطيط الكرة على الأرض، ويمسكها باليد ثم يأخذ خطوة واحدة للامام وعند فقدانه للكرة، يتم اعطاءه كرة أخرى بسرعة.

طريقة التسجيل: يتم احتساب عدد المرات التي لمست بها الكرة الأرض متبوعة بخطوة للامام خلال الفترة الزمنية المعطاة (30) ثانية، ولا تحتسب التكرارات التي لم يتبعها مسك للكرة واخذ خطوة .

الاختبار الرابع: اختبار دقة الطعن من خطوة على هدف

بناء الاختبار:

يتم وضع مجسم دمىة للجزء العلوي (الصدر والبطن) يرتدي الصدرية المعدنية الخاصة بسلاح الفلورية ويتم لباس المجسم فانيلة قماشية فوق الصديري المعدني وبها اربع ثقوب بقطر (7.5 سم) لكل ثقب في المناطق الاربعة الرئيسية (الجزء العلوي الخارجي والداخلي،(السادس والرابع) والجزء السفلي الخارجي والداخلي (السابع والثامن)). وتشبك مع الجهاز الكهربائي حتى يتم تسجيل النقاط الصحيحة التي تلمس الصديري المعدني في منطقة الفتحات المحددة فقط .

يتم احتساب اللمسة صحيحة إذا سجلت داخل تلك الفتحات فقط حيث سيسجل الجهاز الكهربائي لمسة صحيحة عند تسجيلها داخل الفتحة ولمسة خطأ عند تسجيلها خارج الفتحة.

يرتدي اللاعب ملابس ومهمات المباراة الكهربائية الخاصة به.

يحدد الفاحص للاعب - وقبل كل هجوم سيقوم به - الفتحة المطلوب تنفيذ الهجوم عليها من قبل اللاعب.

الهدف من الاختبار: قياس كل من القدرة على بذل الجهد المناسب (التوجيه الحركي) كذلك الدقة وتقدير وضع الجسم حس حركيا.

الادوات المستخدمة: دمىة (شاخص تدريبي) فست الفلورية المعدني (صديري معدني خاص بسلاح الفلورية) فانيلة قماشية بها اربع فتحات بقطر 7.5 سم توضع فوق الصديري المعدني.

وصف الأداء: يقف المختبر مقابل الشاخط بمسافة خطوة وطعن (مارش فوند) تتناسب مع طول اللاعب يقوم اللاعب بعد تحديد الفتحة التي سيستهدفها مسبقا - من قبل الفاحص- بعمل تقدم بخطوة ثم طعن، يعطى المختبر 8 محاولات بواقع محاولتان لكل فتحة تعطى كل محاولة صحيحة 2.5 والمحاولة الخطاء صفر.

طريقة التسجيل: يتم تسجيل مجموع النقاط لجميع المحاولات الثمانية

(1) الاختبار السادس: قياس الاستجابة السريعة

اسم الاختبار: اختبار V

الغرض من الاختبار: قياس سرعة رد الفعل

الأدوات المستخدمة: أقماع، ساعة توقيت، صافرة.

مواصفات الاداء:

من وضع الانبطاح على بعد 3م من منتصف خط طوله 6م يقوم اللاعب بعد سماع الصافرة ورؤية الإشارة من المدرب الذي يتواجد أمام اللاعب بالانطلاق للمس القمع الذي يشير إليه المدرب.

طريقة التسجيل:

يبدأ احتساب الزمن من انطلاق الصافرة حتى لمس القمع المشار إليه.

يسمح للاعب بمحاولتين تسجل أفضلهما.

الاختبار السابع: القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة:

اسم الاختبار: الصناديق الملونة

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة.

الأدوات المستخدمة: صناديق ملونه عدد 5، متر قياس، صافرة، ساعة توقيت.

مواصفات الاداء:

من وضع الوقوف وعند سماع الصافرة ولون الصندوق يقوم اللاعب بالجري للأمام باتجاه الصندوق المحدد ولمسه بكلتا اليدين ، بمجرد وصول اللاعب يعطى إيعازا جديدا بلون آخر ، فيعود إلى نقطة البداية، ومن ثم يقوم اللاعب بالجري للمس الصندوق الآخر، عندها يعطى اللاعب إيعازا بلون آخر ، فيعود إلى نقطة البداية، ومن ثم يقوم اللاعب بالجري للمس الصندوق الأخير بكلتا اليدين أيضا، ويتجه إلى نقطة البداية لينهي الاختبار، يشترط ان يتم تحديد ترتيب الوان الصناديق مسبقا.

طريقة التسجيل: من لحظة إطلاق صافرة البدء لغاية وصول الصندوق الأخير.

يعطى اللاعب محاولتين، وتحسب للاعب النتيجة الأفضل.

ملحق (2)

اسماء السادة الخبراء والمختصين

الاسم	الرتبة العلمية والتخصص	جهة العمل
1 - ا.د علي ابو زمع	استاذ دكتور/ مدرب المنتخب الاردني للمبارزة	جامعة مؤتة/ الاردن
2 - د. تيسير المنسي	استاذ مشارك تدريب رياضي	الجامعة الاردنية/ الاردن

جامعة بغداد/ العراق	استاذ مساعد/ تعلم حركي وحكم دولي في المباراة	د.علاء الراوي	3 -
الاتحاد الكويتي للمبارزة/ الكويت	دكتورة تربية رياضية ومستشار فني/ الاتحاد الكويتي للمبارزة	د.بلال رحال	4 -
الجامعة الهاشمية/ الاردن	استاذ مشارك تدريب رياضي	د.علي النوايسة	5 -
اللجنة الاولمبية الاردنية/ الاردن	دكتورة تربية رياضية ومحاضر في البرنامج الوطني لاعداد المدربين	د.ايداد مكناي	6 -