

دراسة العلاقات الارتباطية ونسب المساهمة بين بعض القدرات التوافقية والحسية لدى حراس مرمى كرة القدم للصالات

اعداد م.م. شهد مرزوك جاسم محمد

shahadmjasim@gmail.com

الكلمات المفتاحية: العلاقات الارتباطية، القدرات التوافقية والحسية، كرة القدم. جاءت أهمية الدراسة من خلال تسليط الضوء على العلاقات الارتباطية ونسب المساهمة بين بعض القدرات التوافقية والحسية لدى حراس مرمى كرة القدم للصالات، للمساعدة في تشخيص موطن الضعف والقوة عن طريق معرفة مدى الارتباط والمساهمة لهذه القدرات لوضع الحلول المناسبة من خلال التمارين والمناهج التدريبية، وهدفت الدراسة الى التعرف على العلاقات الارتباطية ونسب المساهمة بين بعض القدرات التوافقية والحسية لدى حراس مرمى كرة القدم للصالات، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة طبيعة المشكلة المراد حلها، تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية، اذ تكونت العينة من لاعبات كرة القدم للصالات لفئة المتقدمات، واختيرت عينة البحث عشوائياً من لاعبات الاندية المشاركة بالدوري العراقي النسوي للموسم (٢٠٢٢-٢٠٢٣) والمنتميات الى اندية مختلفة وعددهن (١٢) حارسة مرمى، وشملت إجراءات البحث اجراء الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث والتي شملت اختبار القدرات التوافقية (اختبار سرعة الاستجابة، اختبار القفز على الدوائر المرقمة، اختبار الركض المكوكي مختلف الابعاد) واختبار القدرات الحس - حركية وهي (اختبار الادراك الحسي بمسافة الوثب للامام، اختبار الادراك الحس- حركي لمسافة القفز العمودي، اختبار الاحساس بتقدير الزمن)، في ضوء النتائج المتحققة اظهرت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية ونسبة مساهمة عالية بين بعض مكونات اللياقة الصحية والقدرات الحس - حركية لعينة البحث وتوصي الباحثة بالتركيز وزيادة نسبة التدريب لهذه القدرات لحراس المرمى نظراً للعلاقة الوطيدة بين هذه القدرات بالإضافة الى المتطلبات المختلفة لمهارات حارس المرمى.

١. المقدمة:

القدرات التوافقية هي صفة الانسجام بين الصفات البدنية والقدرات الحركية، والاجهزة الداخلية للجسم، فالجهاز العضلي مع قدرته في السيطرة على تنظيم هذه الاجهزة مع مختلف الانشطة والفعاليات الحركية التي تؤدي عن طريق القوة العضلية، لذا فان القدرات التوافقية تعد واحدة من أهم العوامل اللازمة للارتقاء بمستوى الأداء الفني للاعبين، حيث تنبثق من التحليل النوعي للنشاط الرياضي التخصصي، وان تتميزها وتطويرها يخدم الجانب الفني والتكتيك بشكل كبير، وتعد القدرات التوافقية إحدى وسائل الضبط والتحكم في الاداءات الحركية المختلفة، وبالتالي فان توافر هذه القدرات لدى اللاعبين يمكنهم من الوصول إلى أفضل درجات توافق الأداء المطلوب لإنجاز أي أداء حركي. (محبوب والبديري: ٢٠٠٢: ١١٥)

ان دور القدرات التوافقية في النتيجة المحققة ينمو في المنافسة كلما كانت الرياضة او الفعالية تتميز بمتطلبات اعلى للإنجاز من حيث التوافق العصبي العضلي، فالقدرات التوافقية لا تظهر كقدرات منفردة وانما ترتبط دائماً بغيرها من شروط الانجاز الرياضي مثل القدرات البدنية والتكتيك والتكيف، وترتبط في الاغلب ببعضها البعض، وتنعكس القدرات التوافقية على نوعية الاداء الحركي وسرعة التعلم الحركي والقدرة على تكيف البرامج الحركية الذهنية مع الظروف المتغيرة للتنفيذ، ان فكره القدرات التوافقية تتلخص في تجميع عدد من العناصر والقدرات الحركية مع بعض الصفات البدنية المؤثرة في الاداء وحسب متطلبات الاداء اضافة الى سلامة أجهزة الجسم الداخلية. (محبوب والبديري: ٢٠٠٢: ١١٥)

أن توافر مستوى جيد من القدرات التوافقية لدى اللاعبة يؤدي إلى اختزال الزمن اللازم لتعلم واكتساب المهارات الحركية، وبالتالي يتم أداء المهارات الحركية بشكل اقتصادي في الطاقة المبذولة، كما أن المستوى التوافقي العالي يمكن اللاعبة من تنوع الأداء المهاري في مختلف الأنشطة الرياضية. (السيد: ٢٠٠٦: ١٢٤)

يعد الإدراك الحس - حركي عاملاً مهماً للإنسان في أدائه الحركي العام وهو أكثر أهمية في الأداء الرياضي، فارتفاع مستوى الإدراك الحس - حركي يؤهل الفرد لأداء المهارات الحركية بدقة عالية، والإدراك الحس حركي عبارة عن عمليات فسيولوجية المنشأ تتحقق نتيجة لوظائف كثيرة من الأجهزة الحيوية المختلفة التي تشمل سلامة

الأجهزة الحسية ونشاط الجهازين العضلي و العصبى وهما يمثلان الدور الرئيس في توجيه وإدارة الجهاز الحركي ويتم ذلك عن طريق الاتصال المزدوج من الجهازين العصبى والحركى بواسطة الأعصاب الحسية الحركية، حيث تقوم الأعصاب الحسية بنقل الإحساسات المختلفة من العضلات إلى الجهاز العصبى المركزي، والأعصاب الحركية هي التي تقوم بنقل الإشارات العصبية للعضلات لكي تقوم بالعمل المطلوب. (سعد: ١٩٩٥: ٦)

أن أساس المهارة الحركية هي القوة العضلية، والدقة والسرعة والتحمل والتحكم في الحركات الإرادية، الرشاقة والتوازن، والإدراك الحس- حركي والقدرة على الخداع أثناء أداء الحركة . فالإدراك (الحس حركي) دور مهم وحيوي في مستوى الأداء البدني والمهاري في لعبة كرة القدم وخاصة حراس المرمى ، فتقدير المسافة وزمن الأداء والشعور بالمسافة القريبة والبعيدة والإحساس بالكرة واتجاهها ... تبدو حاجات ملحة لإتقان الأداء المهاري لحراس المرمى ورفع مستوى أدائهم .

يعد حارس المرمى آخر لاعب في دفاع الفريق و واجباته هو منع الكرة من دخول المرمى ولكي يؤدي واجبه بصورة مميزة فإن قانون اللعبة أعطاه الصلاحية لاستخدام اليد لمسك أو ضرب الكرة في حدود منطقة جزاء فريقه بالإضافة الى ذلك فإن واجباته تحتم عليه الخروج من هذه المنطقة لملاقاة الكرة أو مهاجمتها إذا كانت في حوزة المنافس، أن متطلبات حارس المرمى وفق اللعب الحديث تتطلب منه القيام بدور فعال في بدء الهجمات ومدى نجاحها يتوقف على سرعة تصرفه ودقة توقيته. (حماد: ١٩٩٤: ١٣٧)

جاءت أهمية الدراسة من خلال تسليط الضوء على العلاقات الارتباطية ونسب المساهمة بين بعض القدرات التوافقية والحسية لدى حراس مرمى كرة القدم للصالات، للمساعدة في تشخيص موطن الضعف والقوة عن طريق معرفة مدى الارتباط والمساهمة لهذه القدرات لوضع الحلول المناسبة من خلال التمارين والمناهج التدريبية وتهدف الدراسة الى التعرف على العلاقات الارتباطية ونسب المساهمة بين بعض القدرات التوافقية والحسية لدى حراس مرمى كرة القدم للصالات.

٢- منهج البحث وجراءته الميدانية:

١.٢ منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة طبيعة المشكلة المراد حلها.
٢.٢ عينة البحث: تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية، إذ تكونت العينة من لاعبات كرة القدم للصالات لفئة المتقدمات، واختيرت عينة البحث عشوائياً من لاعبات الاندية المشاركة بالدوري العراقي النسوي للموسم (٢٠٢٢-٢٠٢٣) والمنتميات الى (٦) اندية مختلفة وهي (نادي شهربان ، نادي الجوية ، نادي بلادي ، نادي الزوراء ، نادي الصناعات الكهربائية ، نادي قره قوش) وعددهن (١٢) حارسة مرمى، والجدول (١) يبين تجانس العينة.

الجدول (١) التجانس لأفراد عينة البحث

المتغيرات		العمر	الكتلة	الطول	العمر التدريبي
Valid	N	١٢	١٢	١٢	١٢
وحدة القياس		سنة	كغم	سم	سنة
الوسط الحسابي		٢٠.٦٦٦٧	٥٤.٨٣٣٣	١٦٠.٩١٦٧	٣.٢٥٠٠
الوسيط		٢٠.٥٠٠٠	٥٥.٠٠٠٠	١٦١.٠٠٠٠	٣.٠٠٠٠
الانحراف المعياري		١.٣٧٠٦٩	٧.١٧٧٤	٢.٣٥٣٢٧	٠.٦٢١٥٨
معامل الالتواء		٠.٢١٧	٠.٢٦٢	٠.٠٣٢-	٠.١٧٠-
الخطأ المعياري		٠.٦٣٧	٠.٦٣٧	٠.٦٣٧	٠.٦٣٧

٣.٢. الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

كاميرا نوع (Sony) عدد (٢) لتصوير الاختبار والتجربة، جهاز قياس الكتلة (الوزن)، ساعة توقيت عدد (٢)، أقراص (CD)، استمارة تفرغ البيانات، شريط قياس نسيجي بطول (١٠)م، آلة تصوير سريعة (كاميرا) عدد (١) كاسيو/ صينية الصنع/ تصل سرعتها من (٣٠- ١٠٠٠) ص/ثا مع حامل كاميرا ثلاثي عدد (١)، شريط قياس، ميزان إلكتروني لقياس الكتلة، جهاز حاسوب (لاب توب) نوع (DELL)، حبال، شريط قياس، شريط لاصق ملون، شواخص اهداف كرة قدم، كرة قدم خماسي عدد(٨)، صافرات عدد (٣) أيضاً.

٤.٢. إجراءات البحث الميدانية :-

أولاً: اختبار القدرات التوافقية:

الاختبار الأول: سرعة الاستجابة.

عنوان الاختبار : اختبار نيلسون (حسانين:٢٠٠٠:٢٥٤)

الغرض من الاختبار : قياس سرعة الاستجابة الحركية للرجلين

الادوات المستخدمة : ساعة توقيت / شريط لاصق / شريط قياس

مواصفات اداء الاختبار : يرسم خطان جانبيين يبعدان مسافة ٦.٤ م عن خط المنتصف الذي طوله ١م ويقف اللاعب على خط المنتصف ويقف المدرب امامه ويرفع يده الممسكة بساعة التوقيت وعند الاشارة الى احدى الجهتين يقوم بالركض الى الاتجاه الذي يحدده المدرب وهكذا لكلا الاتجاهين .

التسجيل : يحتسب الزمن المستغرق من الاشارة الى ان يعبر اللاعب الخط الجانبي كاملة وتعطى ٣ محاولات لكل لاعب لكلا الاتجاهين ، وتعطى راحة بين كل محاولة واخرى مقدارها ٢٠ ثانية وتسجل المحاولة الافضل.

الاختبار الثاني: الففز على الدوائر المرقمة:- (حسانين:٢٠٠٠:٤٢٥)

الغرض من الاختبار / قياس توافق الرجلين والعينين.

الادوات المستخدمة / ساعة ايقاف / ترسم على الارض ثماني دوائر على ان يكون قطر كل منها ٦٠ سم.

مواصفات الاداء / تقف اللاعبة داخل الدائرة رقم واحد وعند سماع اشارة البدء تقوم بالوثب بالقدمين معا الى الدائرة رقم ٢ ثم الى الدائرة رقم ٣ وهكذا الى الدائرة رقم ٨ وتؤدي ذلك باقصى سرعة.

التسجيل / تسجل الزمن الذي استغرقته اللاعبة في الانتقال عبر ثماني دوائر.

الاختبار الثالث: الركض المكوكي مختلف الابعاد. (حسانين:٢٠٠٠:٣٧٠)

الغرض من الاختبار / قياس التكيف على الازواضع المتغيرة

الادوات المستخدمة / ملعب كرة قدم قانوني بدون شبكة ، ساعة ايقاف .

مواصفات الاداء / يقف المختبر خلف خط البداية للملعب وعند سماع اشارة البدء تقوم اللاعبة بالجري في اتجاه مستقيم لتلمس خط المنتصف تسعة امتار باليد ثم يستدير بالجري باتجاه الخلف ثلاثة امتار الموجودة في نصف الملعب الذي بدأت منه الجري ، لتلمسه باليد ثم تستدير لتجري باتجاه الخط ثلاثة امتار الموجودة في النصف الثاني من الملعب، حيث

تلمسه باليد ايضاً ، ثم لتستدير لتتجه الى خط المنتصف لتلمسه باليد اليمنى ثم تستدير لتتجه الى خط المنتصف لتلمسه باليد ثم تستدير لتجري باتجاه خط النهاية ويتجاوزها بكلا القدمين

اذا اخطت اللاعبة يعاد الاختبار بعد ان تحصل على الراحة الكافية

يجب لمس الخط في كل مرة باليد

التسجيل / تسجل اللاعبة الزمن الذي قطعت فيه المسافة المحددة وفقاً لخط السير الموضوع ابتداء من اعلان اشارة البدء حتى تجاوزها لخط النهاية.

ثانياً: اختبارات الادراك الحس-حركي:

الاختبار الاول: اختبار الادراك الحسي بمسافة الوثب للامام:- (علوان:٢٠١٦:٧٦)

• هدف الاختبار: قياس الادراك الحسي باستخدام القدمين.

• الادوات المستعملة: عصابة للعينين ، طباشير ، شريط قياس.

• طريقة الاداء: يرسم خطان متوازيان على الارض بحيث تكون المسافة بينهما (٥٨.٨) سم ويقف المختبر على خط البداية ناظراً الى المسافة بين الخطين مدة (٥ ثواني)، ثم تعصب عيناه، ويقفز من خط البداية الى الامام بحيث يلمس بعقبه الأرض عن خط النهاية.

• طريقة التسجيل.

- تعطى ثلاث محاولات لكل مختبر.

- يعطى للمختبر الدرجة الاقرب (سم) لمسافة الوثب بين الخطين.

- تحسب المسافة التي تبعد عن خط النهاية كأخطاء في التقدير والتي تدل على نقص الادراك.

الاختبار الثاني : اختبار الادراك الحس-حركي لمسافة الففز العمودي: (علوان:٢٠١٦:٧٧)

- **هدف الاختبار:** قياس الادراك الحسي بأستخدام القدمين.
- **الغرض من الاختبار:** قياس القدرة على الادراك الحس-حركي لمسافة القفز العمودي.
- **الادوات المستعملة:** حائط أملس، شريط قياس، شريط لاصق، عصابة عينين.
- **مواصفات الاداء :** يقف اللاعب إلى جانب الحائط رافعاً ذراعيه ويتم أخذ طوله من اصبع الوسط مع وضع علامة على اقرب مسافة (٢٥ سم) من الطول المقاس (منطقة الهدف) لاختلاف أطوال اللاعبين، يتم ترك اللاعب للنظر على المسافة المحددة مدة (٥ ثا) بعدها تعصب عينييه بقطعة قماش أو اي مادة غير نافذة للرؤيا ثم يؤدي اللاعب القفز الى الاعلى ويتم التأشير على المنطقة مع مراعاة أن يكون الكتفان مرتفعين على استقامة واحدة ..
- **طريقة التسجيل :**
 - تعطى للمفحوص ثلاث محاولات.
 - يتم تسجيل المسافة التي تقع بين نهاية خط الهدف ونهاية أصابع اللاعب المفحوص مقربة الى اقرب (سم) ويتم تدرجها بزيادة درجة واحدة عن كل (سم) فوق المنطقة المحددة بخط الهدف أو مثلها اسفل خط الهدف.
 - درجة المختبر النهائية تمثل مجموع الدرجات المتحققة من المحاولات الثلاث الى خط (الاقرب) الى خط الهدف.
 - كلما قلت الدرجات بين القياس من الوقوف برفع الذراعين وبين مس خط الهدف كان الادراك أفضل.
- **الاختبار الثالث: اختبار الاحساس بتقدير الزمن: (علوان:٢٠١٦:٧٩)**
 - **هدف الاختبار:** قياس الاحساس بالزمن.
 - **الادوات المستعملة:** عصابة للعينين .
 - **طريقة الاداء:** يطلب من المختبر النظر الى ساعة الايقاف ويقوم بتشغيلها (لغرض الفحص والتحسس بها) ثم يطلب منه تشغيلها وايقافها عند الازمنة (٥ ثا ، ٧ ثا ، ١٥ ثا) على أن يكرر ذلك ثلاث مرات لكل زمن من هذه الازمان، ثم يطلب من المختبر اداء الاختبار دون النظر الى ساعة الايقاف على أن يؤدي الاختبار من وضع الوقوف ويكون النظر اماماً واليد على كامل امتدادها ويقوم المختبر بتشغيل الساعة وايقافها عند زمن (٧ ثا) .
 - **طريقة التسجيل.**
 - تعطى ثلاث محاولات لكل مختبر.
 - تسجل للمختبر نتائج المحاولات الثلاث الاخيرة عند زمن (٧ ثا) ولكل محاولة على حدة ويتم حساب الخطأ في كل محاولة بتسجيل الزمن الذي يزيد او ينقص على (٧ ثا) إذ يتم ايجاد المتوسط الحسابي للمحاولات الثلاث.
- **٨.٢. التجربة الاستطلاعية:**

قام الباحثان بالتجربة الاستطلاعية الاولى على عينة عددها (٤) لاعبات من خارج عينة البحث وذلك في يوم الاحد بتاريخ ٢٠٢٣/٩/٣ على ملعب نادي ، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية الآتي:

 ١. مدى تفهم اللاعبين واستيعابهم لمفردات الاختبارات.
 ٢. التأكد من صلاحية الملعب والأجهزة والأدوات المستخدمة في التجربة الرئيسية.
 ٣. المعوقات والصعوبات التي تواجه الباحثان عند إجراء الاختبارات لغرض تجاوزها.
 ٤. الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات.
 ٥. معرفة الوقت المستغرق للقيام بالاختبارات وتسلسلها.
 ٦. معرفة مدى تجاوب العينة ومدى سهولة أداء الاختبار.
 ٧. التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستعملة.
 ٨. معرفة قدرة فريق العمل على تنفيذ مهامه بشكل دقيق والتعرف على كيفية ملئ الاستمارة الخاصة بالبحث.
 ٩. معرفة السليبات والمعوقات التي قد تعترض طريق إجراء الاختبارات .

٨.٢. التجربة الرئيسية :

بعد التأكد من سلامة وصحة جميع الإجراءات المنفذة تم التطبيق الميداني على عينة البحث وذلك للمدة من (١٠ / ٢٠٢٣/٩) ولغاية (٢٠٢٣/ ٩ / ١٣) وتم إجراء الاختبارات لعدة ايام وكان التقسيم كالآتي:

اليوم الأول:

في اليوم المصادف (١٠ / ٩ / ٢٠٢٣) تم إجراء الاختبارات على حارسات مرمى نادي (شهربان ونادي الجوية) إذ تم إجراء الاختبارات على ملعب (نادي الجوية) في تمام الساعة الخامسة عصراً.

اليوم الثاني:

في اليوم المصادف ١١ / ٩ / ٢٠٢٣ تم إجراء الاختبارات على حارسات مرمى نادي (نادي بلادي ونادي الزوراء) إذ تم إجراء الاختبارات على ملعب (نادي الجوية) في تمام الساعة الخامسة عصراً.

اليوم الثالث:

في اليوم المصادف (١٢ / ٩ / ٢٠٢٣) تم إجراء الاختبارات على حارسات مرمى نادي (الصناعات الكهربائية) إذ تم إجراء الاختبارات على ملعب (نادي الجوية) في تمام الساعة الخامسة عصراً.

اليوم الرابع:

في اليوم المصادف (١٣ / ٩ / ٢٠٢٣) تم إجراء الاختبارات على حارسات مرمى نادي (قرّة قوش) إذ تم إجراء الاختبارات على ملعب (نادي الجوية) في تمام الساعة الخامسة عصراً.

١٠.٢. الوسائل الاحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SSPS) لمعالجة النتائج.

٣. عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

١.٣. عرض وتحليل ومناقشة نتائج متغيرات البحث وتحليلها ومناقشتها :-

١-٣-١ عرض نتائج العلاقات الارتباطية و نسبة المساهمة بين القدرات التوافقية والحس – حركية قيد لبحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (٢) يبين الوصف الاحصائي لعينة البحث

المتغيرات	سرعة الاستجابة	التوافق بين العينين والرجلين	التكيف على الأوضاع المتغيرة	الاحساس بالزمن	القفز العمودي	الوثب للأمام
Valid	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢
N	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢
وحدة القياس	ثا	ثا	ثا	ثا	سم	سم
الوسط الحسابي	١.٩٣٠٠	٦.٨٠٨٣	١٠.١٦٦٧	٤.٠٤٢	١٠.٢٥٠٠	٤.٦٢٥٠
الوسيط	١.٩٢٠٠	٥.٨٧٥٠	١٠.٤٠٠٠	٣.٩٠٠	١٠.٠٠٠٠	٤.٧٥٠٠
الانحراف المعياري	٠.٦٧٦٩	١.٤٧٣٨٤	٠.٥٨١٢٧	٠.٤١٨٨	١.٢٨٨٠٦	٠.٥٢٧٦٤
معامل الالتواء	-٠.١١٨	٠.٧٩٨	-٠.٣٦٥	٠.١٧٤	٠.٩٧٦	-٠.٠٣٥
الخطأ المعياري	٠.٦٣٧	٠.٦٣٧	٠.٦٣٧	٠.٦٣٧	٠.٦٣٧	٠.٦٣٧

الجدول (٣) يبين مصفوفة الارتباط بين القدرات التوافقية والحس – حركية لعينة البحث

مصفوفة الارتباط						
المتغيرات	قيمة (ر) المحسوبة ومستوى الخطأ ٠.٠٥	سرعة الاستجابة	التوافق بين العينين والرجلين	التكيف على الأوضاع المتغيرة	الاحساس بالزمن	القفز العمودي
ارتباط بيرسن	١	٠.٧٧٦**	٠.٧٢٣**	٠.٦٢٩*	٠.٦٥٧*	٠.٥٩٨*
سرعة الاستجابة	Sig. (٢-tailed)		٠.٠٠٣	٠.٠٠٨	٠.٠٢٩	٠.٠٤٠
	N	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢

-.٧٠٦*	-.٦٠٢*	.٥٨٨*	.٧٠٣*	١	.٧٧٦**	ارتباط بيرسن	التوافق بين العينين والرجلين
.٠١٠	.٠٣٨	.٠٤٤	.٠١١		.٠٠٣	Sig. (٢-tailed)	
١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	N	
-.٨٧٤**	-.٦٣١*	.٨١٧**	١	.٧٠٣*	.٧٢٣**	ارتباط بيرسن	التكيف على الأوضاع المتغيرة
.٠٠٠	.٠٢٨	.٠٠١		.٠١١	.٠٠٨	Sig. (٢-tailed)	
١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	N	
-.٦٦٣*	-.٧٢٩**	١	.٨١٧**	.٥٨٨*	.٦٢٩*	ارتباط بيرسن	الاحساس بالزمن
.٠١٩	.٠٠٧		.٠٠١	.٠٤٤	.٠٢٩	Sig. (٢-tailed)	
١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	N	
.٥٥٢	١	-.٧٢٩**	-.٦٣١*	-.٦٠٢*	-.٦٥٧*	ارتباط بيرسن	القفز العمودي
.٠٦٣		.٠٠٧	.٠٢٨	.٠٣٨	.٠٢٠	Sig. (٢-tailed)	
١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	N	
١	.٥٥٢	-.٦٦٣*	-.٨٧٤**	-.٧٠٦*	-.٥٩٨*	ارتباط بيرسن	الوثب للأمام
	.٠٦٣	.٠١٩	.٠٠٠	.٠١٠	.٠٤٠	Sig. (٢-tailed)	
١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	١٢	N	

يتبين من خلال الجدول (٣) ان هنالك علاقة ارتباط معنوية بين القدرات التوافقية والحس - حركية قيد البحث. الجدول (٤) يبين معامل الارتباط المتعدد والخطأ المعياري للتقدير بين سرعة الاستجابة والمتغيرات الحس حركية

المتغيرات	المتغيرات	الارتباط المتعدد	معامل التحديد (نسبة المساهمة)	الخطأ المعياري للتقدير	مستوى الخطأ
سرعة الاستجابة	المتغيرات الحس - حركية	.٧٢٢a	.٥٢٢	.٣٤٢	.٠٥٤٩٠

يبين الجدول (٤) قيمة معامل الارتباط المتعدد (٧٢٢a) ومعامل التحديد (٥٢٢) والخطأ ونسبة الخطأ (٠.٥٤٩٠) وهي ذات دلالة معنوية.

الجدول (٥) يبين معامل الارتباط المتعدد والخطأ المعياري للتقدير بين التوافق بين العينين والرجلين والمتغيرات الحس حركية

المتغيرات	المتغيرات	الارتباط المتعدد	معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير	مستوى الخطأ
التوافق بين العينين والرجلين	المتغيرات الحس - حركية	.٧٥١a	.٥٦٣	.٤٠٠	١.١٤١٩٢

يبين الجدول (٥) قيمة معامل الارتباط المتعدد (٧٥١) ومعامل التحديد (٥٦٣) والخطأ ونسبة الخطأ (١.١٤١٩٢) وهي ذات دلالة معنوية.

الجدول (٦) يبين معامل الارتباط المتعدد والخطأ المعياري للتقدير بين التكيف على الأوضاع المتغيرة والمتغيرات الحس حركية

المتغيرات	المتغيرات	الارتباط المتعدد	معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير	مستوى الخطأ
التكيف على الأوضاع المتغيرة	المتغيرات الحس - حركية	.٩٣٠a	.٨٦٥	.٨١٤	.٢٥٠٨٦

يبين الجدول (٦) قيمة معامل الارتباط المتعدد ($r^{(3)}$) ومعامل التحديد (r^2) والخطأ ونسبة الخطأ (20.86). وهي ذات دلالة معنوية.

يتبين النتائج وجود علاقة ارتباط معنوية ونسب مساهمة عالية بين القدرات التوافقية والقدرات الحس حركية قيد البحث حيث ان القدرة التوافقية هي التوافق والربط بين الصفات المهارية والبدنية معتمدة على سلامة اجهزة الجسم المختلفة فالتوافق بين جميع اجهزة الجسم المختلفة يمكن الرياضي من مقاومة التدريب (شفيق واخرون: ١٩٩٧: ٣٦)، وقد أظهرت معظم الدراسات والأبحاث أن الإدراك الحس- حركي يسهم بدرجة كبيرة في المهارات والأنشطة الحركية. (عبد الحفيظ: ٢٠٠١: ٣٦) ، وتتجلى أهمية الإدراك الحس- حركي في المهارات الرياضية المختلفة من خلال دقة وإتقان التنفيذ لأداء المهارات الحركية التي تتطلب التركيز لإخراج المقدار المناسب من السرعة والقوة والرشاقة لتنفيذها وأدائها أداء مثالياً ، فعند أداء مهارة ما فإن ذلك يتطلب دقة وتوافق الإدراك الحس- حركي من حيث إدراك الجزء المستخدم ووضع ومكان واتجاه أجزاء الجسم المختلفة وكذا توافق هذه الأجزاء مع بعضها البعض من حيث الزمن والسرعة والقوة والدقة والاتجاه وارتباطها معاً للوصول بالأداء إلى المثالية في الأداء. كما يحتاج لاعب كرة الهدف الإدراك الحس- حركي لتحديد مدى قربته أو بعده عن مكان واتجاه الزميل والمنافس والكرة وكذلك مكان المرمى لمحاولة الأداء الفني الراقي الذي هو الهدف الرئيسي للإدراك الحس- حركي.

• وترى الباحثة ان عناصر اللياقة البدنية لها علاقة وثيقة بالصحة، لأن كل منها يرتبط ارتباط مباشر بمتطلبات الصحة الجيدة، وبسلامة أجهزة الفرد الفسيولوجية مثل (تركيب الجسماني، واللياقة القلبية، واللياقة العضلية الهيكلية، والمرونة)، وجميعها ترتبط ارتباط مباشر بتقليل خطورة الإصابة بأمراض (نقص الحركة)، والمبدأ الاخر هو عناصر اللياقة المرتبطة بالأداء الرياضي الحركي او المهاري، وهي بالإضافة الى العناصر المرتبطة بالصحة (السرعة، الرشاقة، التوازن، التوافق، الدقة) كعناصر مطلوبة لأداء حركي متميز في المهارات والالعاب الرياضية المختلفة. وتظهر أهمية الإدراك الحس- حركي في القدرة على التميز بين الأشياء البعيدة والقريبة والذين لديهم صعوبة في وضع أجسامهم في المكان المناسب مع الأداء الجيد، اذ يختلف الإدراك الحس-حركي بين اللاعبين على ارض اللعب إذ تظهر اختلافات دقيقة في الإحساس بالكرة (الألعاب الجماعية) كما في حركة الرجلين والذراعين، إذ إن زيادة الإحساس بالكرة تساعد على ظهور الثقة بالنفس وإظهار القدرات الفنية مما يؤدي إلى زيادة الرغبة في اللعب وكذلك ترتفع الدافعية مما يزيل آثار الإحساس بالتعب كما إن الإدراك الحس- حركي يتناسب طردياً مع التعلم الحركي فالزيادة في الطرف الأول تؤدي إلى إن يكون التعلم الحركي (الطرف الثاني) اكبر سيما في عمليات التذكر الحركي أثناء الأداء، إن معظم الحركات التي ينفذها حارس المرمى تتطلب قدراً كبيراً من الانتباه والتركيز كمرحلة أولى ثم احساساً عالياً وإدراكاً لكي يستطيع من خلال ذلك التوقع الصحيح لحركة المنافس من خلال تحديد زاوية لعب الكرة، مع رد فعل سريع يحقق من خلاله سرعة في عملية التحرك وصد الكرة عن المرمى.

إذ أن الإدراك الحس-حركي يمثل وظيفة من الوظائف النفسية والحركية والعقلية المهمة التي تسهم في إستيعاب حارس المرمى وأكتسابه القدرات البدنية والحركية في كثير من المهارات التي تحتاج الى دقة العلاقات المكانية والزمانية والحركية، إذ أن مستقبلات الادراك هي المسؤولة عن تغيير وضع الجسم وتشكيله وتكيفه وأتجاهه وعلاقة أجزاءه بعضها ببعض الاخر. (علوان: ٢٠١٦: ٥١)

٤. الخاتمة :

في ضوء النتائج المتحققة اظهرت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية ونسبة مساهمة عالية بين بعض مكونات اللياقة الصحية والقدرات الحس - حركية لعينة البحث وتوصي الباحثة بالتركيز وزيادة نسبة التدريب لهذه القدرات لحراس المرمى نظراً للعلاقة الوطيدة بين هذه القدرات بالإضافة الى المتطلبات المختلفة لمهارات حارس المرمى.

المصادر

- سلومي شفيق واخرون : دراسة في التعلم الحركي/التوافق الحركي، (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، ١٩٩٧).
- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية : ط٦، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠).
- محمد لطفى السيد: الانجاز الرياضي وقواعد العمل التدريبي، (مركز الكتاب للنشر، الإسكندرية، ٢٠٠٦).
- مفتي إبراهيم حماد؛ الأعداد المهاري الخططي للاعب كرة القدم،(القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤).
- ممدوح محمد سعد ؛ تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس _حركي لناشئي كرة القدم : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٥).
- هيثم فتح الله عبد الحفيظ ؛ بناء بطارية اختبار لقياس الإدراك الحس حركي لناشئي كرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠١).
- هيثم هاشم غيدان علوان ؛ تأثير منهج تجريبي في تطوير الإدراك (حس-حركي) وبعض المؤشرات الفسيولوجية والبدنية لحراس المرمى بكرة القدم، (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٦).
- وجيه محبوب، احمد البدري: اصول التحكم الحركي، (الموصل، الدار الجامعة للطباعة والنشر، ٢٠٠٢).