



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بiskرة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي.



مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: تدريب رياضي

بغوان:

دراسة مستوى اللياقة البدنية لدى التلاميذ المراهقين (14-15) سنة الطور المتوسط.  
دراسة مقارنة بين تلاميذ الريف و المدينة بولاية بلنتة.

تحت إشراف :  
الدكتور زموري بلقاسم

إعداد الطالب :  
بقاقة عبد السلام

السنة الجامعية

2018/2019

# محتويات البحث

| الصفحة  | محتويات البحث                                   |
|---|---|
| أ   | شكر وعرافان                                     |
| ب   | إهداء   |
| 1   | المقدمة   |
| <b>الجانب التمهيدي</b>                        |   |
| 4   | 1 إشكالية البحث                                 |
| 7   | 2 أهداف البحث                                   |
| 7   | 3 فرضية البحث                                   |
| 7   | 4 أسباب إختيار الموضوع                          |
| 7   | 5 تحديد مصطلحات البحث                           |
| 8   | 6 الدراسات السابقة                              |
| 9   | 7 التعليق علي الدراسات السابقة                  |
| <b>الجانب النظري</b>                          |   |
| <b>اللياقة البدنية عند المراهقين</b>          |   |
| 12  | تمهيد   |
| 12  | 1 مفهوم اللياقة البدنية وأهميتها                |
| 12  | 2 أقسام اللياقة البدنية                         |
| 13  | 3 مكونات اللياقة البدنية                        |
| 16  | 4 نمو القدرات البدنية في مرحلة المراهقة المبكرة |
| 16  | 5 تطور القدرات البدنية أثناء فترة المراهقة      |
| 18  | خاتمة   |
| <b>الجانب التطبيقي</b>                        |   |
| <b>أولا منهجية البحث و إجراءاته الميدانية</b> |   |
| 21  | تمهيد   |
| 22  | 1 منهج الدراسة                                  |
| 23  | مجتمع الدراسة                                   |
| 23  | 2 عينة الدراسة                                  |
| 24  | 3 تجانس العينة                                  |
| 30  | 4 أدوات الدراسة                                 |
| 33  | 5 مجالات البحث                                  |
| 34  | 6 خطوات البحث                                   |
| 38  | خاتمة   |
| <b>عرض و تحليل ومناقشة نتائج البحث</b>        |   |
| 40  | تمهيد   |
| 40  | 1 عرض و تحليل نتائج الإختبارات على ضوء الفرضيات |
| 40  | 1-1 عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى            |

|                             |  |     |
|-----------------------------|--|-----|
| 51                          | عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية        | 2-1 |
| 62                          | عرض و تحليل نتائج الفرضية الثالثة        | 3-1 |
| 73                          | عرض و تحليل نتائج الفرضية الرابعة        | 4-1 |
| 84                          | عرض و تحليل نتائج الفرضية الخامسة        | 5-1 |
| 94                          | عرض و تحليل نتائج الفرضية السادسة        | 6-1 |
| 99                          | مناقشة عامة للنتائج و مقارنتها بالفرضيات | 2   |
| 99                          | مناقشة نتائج الفرضية الأولى              | 1-2 |
| 100                         | مناقشة نتائج الفرضية الثانية             | 2-2 |
| 101                         | مناقشة نتائج الفرضية الثالثة             | 3-2 |
| 101                         | مناقشة نتائج الفرضية الرابعة             | 4-2 |
| 102                         | مناقشة نتائج الفرضية الخامسة             | 5-2 |
| 103                         | مناقشة نتائج الفرضية السادسة             | 6-2 |
| <b>إستنتاجات و إقتراحات</b> |  |     |
| 106                         | الإستنتاجات                              | 1   |
| 108                         | الإقتراحات                               | 2   |
| 109                         | الخاتمة                                  |     |
| قائمة المراجع               |  |     |
| الملاحق                     |  |     |

## قائمة الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول  | الشكل |
|--------|---|-------|
| 24     | جدول يوضح توصيف عينة الدراسة وعددها   | 01    |
| 24     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات إناث المدينة ( 14 سنة )    | 02    |
| 25     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات "ذكور" المدينة ( 14 سنة ). | 03    |
| 26     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات "إناث" المدينة ( 15 سنة )  | 04    |
| 26     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات "ذكور" المدينة ( 15 سنة ). | 05    |
| 27     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات إناث الريف ( 14 سنة )      | 06    |
| 28     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات "ذكور" الريف ( 14 سنة ).   | 07    |
| 29     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات "إناث" الريف ( 14 سنة )    | 08    |
| 29     | جدول: يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الإختبارات "ذكور" الريف ( 15 سنة ).   | 09    |
| 30     | جدول يوضح إختبارات اللياقة البدنية  | 10    |
| 31     | جدول يمثل ثبات الاختبارات المقترحة  | 11    |
| 32     | جدول يمثل قيم الصدق الذاتي للإختبارات المقترحة.   | 12    |
| 40     | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار السرعة حسب المستويات المعيارية.                    | 13    |
| 42     | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار السرعة حسب المستويات المعيارية.                    | 14    |
| 44     | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار السرعة حسب المستويات المعيارية.                    | 15    |
| 46     | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار السرعة حسب المستويات المعيارية.                    | 16    |

|    |   |    |
|----|---|----|
| 49 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.                | 17 |
| 51 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار ثني و مد الذراعين حسب المستويات المعيارية.             | 18 |
| 53 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار ثني و مد الذراعين حسب المستويات المعيارية.             | 19 |
| 56 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار ثني و مد الذراعين حسب المستويات المعيارية.             | 20 |
| 58 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار ثني و مد الذراعين حسب المستويات المعيارية.             | 21 |
| 60 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.                | 22 |
| 62 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار اختبار القفز العريض من الثبات حسب المستويات المعيارية. | 23 |
| 64 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار القفز العريض من الثبات حسب المستويات المعيارية.        | 24 |
| 66 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار اختبار القفز العريض من الثبات حسب المستويات المعيارية. | 25 |
| 68 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار اختبار القفز العريض من الثبات حسب المستويات المعيارية. | 26 |
| 70 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات حسب المستويات المعيارية.                          | 27 |
| 73 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب المستويات المعيارية.           | 28 |
| 75 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب المستويات المعيارية.           | 29 |
| 77 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب المستويات المعيارية.           | 30 |
| 79 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب المستويات المعيارية.           | 31 |
| 81 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.                | 32 |
| 84 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار نصف كوبر حسب   | 33 |

|    |  |    |
|----|--|----|
|    | المستويات المعيارية.   |    |
| 86 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار نصف كوبر حسب المستويات المعيارية.               | 34 |
| 88 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار نصف كوبر حسب المستويات المعيارية.               | 35 |
| 90 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار نصف كوبر حسب المستويات المعيارية.               | 36 |
| 92 | جدول توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.         | 37 |
| 94 | جدول يبين نتائج حساب الفروق بين ذكور الريف و المدينة في الاختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 14 سنة | 38 |
| 95 | جدول يبين نتائج حساب الفروق بين ذكور الريف و المدينة في الاختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 15 سنة | 39 |
| 96 | جدول يبين نتائج حساب الفروق بين اناث الريف و المدينة في الاختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 14 سنة | 40 |
| 97 | جدول يبين نتائج حساب الفروق بين اناث الريف و المدينة في الاختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 15 سنة | 41 |

## قائمة الأشكال

| الصفحة | عنوان الشكل  | الشكل |
|--------|--|-------|
| 37     | يوضح المستويات المعيارية في المنحنى التوزيع الإعتدالي المنتظم إلى ستة مستويات معيارية المستخدمة          | 01    |
| 41     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار السرعة.                | 02    |
| 43     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار السرعة.                | 03    |
| 45     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث لريف و المدينة في اختبار السرعة.                | 04    |
| 48     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث لريف و المدينة في اختبار السرعة.                | 05    |
| 50     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في الأداء الكلي للاختبار                          | 06    |
| 52     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار ثني و مد الذراعين      | 07    |
| 55     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار ثني و مد الذراعين      | 08    |
| 57     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث لريف و المدينة في اختبار ثني و مد الذراعين      | 09    |
| 59     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث لريف و المدينة في اختبار ثني و مد الذراعين      | 10    |
| 61     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في الاداء الكلي للاختبار                          | 11    |
| 63     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار القفز العريض من الثبات | 12    |
| 65     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار القفز العريض من الثبات | 13    |
| 67     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث لريف و المدينة في اختبار القفز العريض من الثبات | 14    |
| 69     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث لريف و المدينة في اختبار القفز العريض من الثبات | 15    |
| 71     | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في الاداء الكلي للاختبار                          | 16    |

|    |  |    |
|----|--|----|
| 74 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار ثني الجذع من الجلوس. | 17 |
| 76 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار ثني الجذع من الجلوس. | 18 |
| 78 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة اناث لريف و المدينة في اختبار ثني الجذع من الجلوس. | 19 |
| 80 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة اناث لريف و المدينة في اختبار ثني الجذع من الجلوس. | 20 |
| 82 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج أطفال المراهقين 14-15 سنة في الأداء الكلي للإختبار                          | 21 |
| 85 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 اناث ذكور لريف و المدينة في اختبار نصف كوبر            | 22 |
| 87 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار نصف كوبر             | 23 |
| 89 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة اناث لريف و المدينة في اختبار نصف كوبر             | 24 |
| 91 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة اناث لريف و المدينة في اختبار نصف كوبر             | 25 |
| 93 | شكل بياني يوضح توزيع نتائج أطفال المراهقين 14-15 سنة في الأداء الكلي للإختبار                          | 26 |





## مقدمة:

أصبح اللانشاط البدني مشكلة المجتمع الحديث وكنتيجة لذلك ابتدأت لياقة الفرد تضعف في سن مبكرة و أصبحت حياة الكثير في عالمنا تعتمد على ما توفره الحضارة لنا من وسائل الراحة والرفاهية الجسمانية فأصبحت الحركة قليلة و النشاط البدني لا وجود له إلا في نطاق ضيق إضافة للضغوط النفسية والحياتية، وهذا ما يؤدي إلى حياة تكثر فيها نسبة المخاطر الصحية التي يتعرض لها الفرد (ناهدة عبد زيد الدليمي، عايد حسين عبد الأمير الربيعي، 2016، 44)

لقد عُرِّفت اللياقة في السنوات السابقة بالقدرة على القيام بالأنشطة اليومية دون تعب مفرط. غير أن التغيرات في أنماط الحياة عقب الثورات الصناعية وزيادة أوقات الترفيه ، تجعل هذا التعريف غير كاف. في هذه الأيام، كما تعتبر اللياقة البدنية مقياس لقدرة الجسم على العمل بكفاءة وفعالية في أنشطة العمل وأوقات الترفيه ، وكذا تساعد علي بناء جسم صحي مقاوم لأمراض نقص الحركة، ومواجهة الحالات الطارئة. و يهتم الأطباء و علماء الصحة في معظم دول العالم وخاصة المتقدمة بضرورة أن يتمتع الفرد بمستوي امثل من اللياقة البدنية ( optimal level ) و الفسيولوجيا الآن هذا المستوي يعكس مظاهر محددة للحالة الصحية للفرد . ( رضوان، 2000، ص16 )

وعليه تكمن أهمية اللياقة البدنية في ارتباطها المباشر بصحة الإنسان وشخصيته وأصبح الاهتمام باللياقة البدنية هدفا قوميا ووطنيا في كثير من دول العالم مما دعا أجهزتها المعنية إلى نشر المفاهيم العلمية للياقة البدنية.

واللياقة البدنية تعد من العوامل التي لها تأثير مهم في جميع الألعاب الرياضية الجماعية والفردية، وهي ذات أهمية كبيرة للرياضي في حياته اليومية بصفة عامة وفي النشاطات الرياضية بصفة خاصة ، وان توافر القدرات الحركية لدى الرياضي عنصر أساسي وفعال في رفع درجات التعلم والتطور إلى أعلى المستويات، إذ اهتم العديد من الباحثين والمختصين بها، وان القدرات البدنية تقوم بدور مهم وفاعل في جميع الألعاب الرياضية. (حسنين الطائي جمعة، 2012، 3 )

ومن اجل دراسة هذا الموضوع و بغية التوصل إلى نتائج ذات مصداقية ، قسم الباحث دراسته إلى **جانب تمهيدي** : والذي استعرض فيه الباحث إشكالية البحث والفرضيات وأهداف البحث والتعريف بأهم مصطلحاته ، كما تطرق إلى أسباب اختيار الموضوع وختم بالدراسات السابقة ومناقشتها ، وجانب نظري وفيه تم جمع كم معتبر من المعلومات والحقائق النظرية التي لها علاقة بالموضوع ، وذلك في فصلين ، الأول " اللياقة البدنية " ، **الجانب المنهجي** وفيه تم التطرق لمنهج البحث وعينته ومتغيراته ومجالاته وأدواته والمعاملات العلمية لهذه الأدوات واهم الأجهزة والوسائل المستخدمة في البحث ثم استعرض



مختلف خطوات الدراسة، الجانب التطبيقي : وفيه قام الباحث بعرض النتائج المتواصل إليها على شكل جداول وتحليلها ثم مناقشتها، الاستنتاجات و التوصيات: من خلال النتائج التي تحصل عليها الباحث، قام بصياغة عدد من الاستنتاجات و التوصيات.

و أخيراً، تم ختم الدراسة، ثم إدراج الباحث قائمة المراجع التي أعتمد عليها و أرفق البحث بمجموعة من الملاحق.

# الجانب التمهيدي



## 1- إشكالية:

اللياقة البدنية ضرورة صحية و نفسية و اجتماعية و اقتصادية ، و هي مظهر من مظاهر اللياقة العامة التي تقيسها اختبارات اللياقة وفقا للظروف و الإمكانيات ، و هي قدرة الشخص على أن يحيا حياة كاملة متزنة ، حيث يعرف الاتحاد الأمريكي للصحة و التربية البدنية و الترويح ( AAHPER ) علي أنها حالة من الكفاءة تعمل علي أداء الواجبات اليومية و كذلك الشعور بالحد الأدنى من المشكلات الصحية المرتبطة بقلّة التمرينات و التمتع بقدر من اللياقة التي تؤهل صاحبها للمشاركة في الأنشطة البدنية المختلفة .

ويمكن الإشارة إلى هذا المفهوم بأنه ( كفاءة البدن في مواجهة جميع متطلبات الحياة ) إذ أن هذا النوع يحتاجه الرياضي بشكل عام أو تشكل القاعدة الأساسية لعملية البناء والإعداد الرياضي حيث أن امتلاك هذا النوع من اللياقة سيوفر للفرد الصحة والقيام بمهامه وواجباته على أفضل وجه إذ تشكل اللياقة البدنية العامة القاعدة الأساس للياقة البدنية الخاصة ومن أهم الوسائل المستخدمة لتطوير هذا النوع هي التمرينات العامة التي تهتم برفع وتطوير اللياقة البدنية بشكل عام دون التركيز على جانب محدد لنوع النشاط الرياضي، لذا نرى في مرحلة الإعداد يتم التركيز على بناء هذا النوع من اللياقة وذلك لحاجة الرياضي لذلك . كما تشير الدلائل البحثية بدرجات مختلفة من التأكيد أن هناك اختلاف في مستوى عناصر اللياقة البدنية بين أطفال الريف و المدينة حيث :

يذكر ارمور و جاكسون jackson & armor ان اختبارات اللياقة البدنية عنصر مهم في معظم برامج التربية البدنية لأنه يوفر معلومات كافية نستطيع من خلالها تفسير نتائج الاختبار (ارمور و ، 2002 ص28 ) ، و يري ارمور و جاكسون jackson & armor أن ليس هناك هدف أكثر أهمية في مجال الجهد البدني و علوم الرياضة من اكتساب اللياقة البدنية ( ارمور و ، 2002 ، ص 328 )

كذا يشير السيد هاني محمد زكرياء (2012) أن هناك انخفاض في مستوى اللياقة البدنية لدى المراهقين الذين يسكنون المدينة مقارنة بأقرانهم في الريف بمحافظة القليوبية

و يؤكد عبد العزيز عبد الكريم المصطفى (2010) في دراسته على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أطفال الريف و المدينة في اختبار ثني و مد الذراعين و اختبار ثني الجذع من الجلوس.

و يشير(Barnes،Joel David 2003) في دراسته التي استهدفت المقارنة بين مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بين أطفال مدينة أونتاريو و أطفال قرية ساسكاتشوان إلى تميز أطفال مدينة

اونتاريو في اختبار قوة الذراعين، بينما تميز أطفال قرية ساسكاتشوان في اختبار المرونة، ولا توجد فروق بين المجموعتين في بقية الاختبارات.

و يشير ( yoshiyuki mastuura وآخرون في 1974) في دراستهم التي استهدفت معرفة الفروق في اللياقة البدنية بين أطفال الريف و أطفال المدن الحضرية في ثلاث دول : اليابان ، اندونيسيا ، تايلاند ، و قد تميز أطفال الريف في اليابان علي نسبة دهون اقل من أطفال المدن و كذا يتميزون بقوة عضلية اكبر ، بالنسبة لاختبارات السرعة و الرشاقة لم يطبقوا بموضوعية بسبب قلة الوسائل .

من خلال ملاحظتنا الميدانية أن هناك ممتدرسون يقطنون في الأرياف ارتأينا أن ندرس مستوى اللياقة البدنية لدي تلاميذ الريف و تلاميذ المدينة , و من هذا جاءت اشكالتنا المتمثلة في :

● هل يوجد اختلاف في مستوى اللياقة البدنية بين تلاميذ الريف و المدينة ؟

ومنها طرح التساؤلات التالية :

● هل يوجد اختلاف في مستوى عنصر السرعة بين تلاميذ الريف و المدينة ؟

● هل يوجد اختلاف في مستوى عنصر التحمل العضلي بين تلاميذ الريف و المدينة ؟

● هل يوجد اختلاف في مستوى عنصر القوة بين تلاميذ الريف و المدينة ؟

● هل يوجد اختلاف في مستوى عنصر المرونة بين تلاميذ الريف و المدينة ؟

● هل يوجد اختلاف في مستوى عنصر المداومة بين تلاميذ الريف و المدينة ؟

● هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية بين تلاميذ الريف والمدينة؟



### 1- أهداف البحث:

- ﴿ التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى تلاميذ الطور المتوسط (السرعة، التحمل العضلي، القوة، المرونة، المداومة)
- ﴿ المقارنة بين اللياقة البدنية العامة لأطفال الريف وأطفال المدينة.

### 2- الفرضيات:

#### \*الفرضية العامة :

\* يوجد اختلاف في مستوى اللياقة البدنية بين تلاميذ الريف و المدينة

#### \*الفرضيات الجزئية :

- ﴿ يوجد اختلاف في مستوى عنصر السرعة بين تلاميذ الريف و المدينة
- ﴿ يوجد اختلاف في مستوى عنصر التحمل العضلي بين تلاميذ الريف و المدينة
- ﴿ يوجد اختلاف في مستوى عنصر القوة بين تلاميذ الريف و المدينة
- ﴿ يوجد اختلاف في مستوى عنصر المرونة بين تلاميذ الريف و المدينة
- ﴿ يوجد اختلاف في مستوى عنصر المداومة بين تلاميذ الريف و المدينة
- ﴿ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية بين تلاميذ الريف و المدينة

### 3- أسباب اختيار الموضوع:

- ﴿ كون اللياقة البدنية في هذه المرحلة العمرية مهمة.
- ﴿ كون اللياقة البدنية من أهم العوامل التي تراعي في صحة التلاميذ.
- ﴿ نقص الدراسات السابقة في بلادنا ( في حدود إطلاع الباحث)
- ﴿ الميول والرغبة في إنجاز هذا الموضوع.

### 4- مصطلحات البحث:

- اللياقة البدنية:

عرفتها الأكاديمية الأمريكية للتربية البدنية بأنها " القدرة على انجاز الأعمال اليومية بهمة و يقظة دون تعب لا ضرورة منه وبطاقة كافية للتمتع بالوقت الحر ومقابلة الضغوط البدنية التي تتطلبها حالات الطور (عباس عبد الفتاح الرملي، محمد إبراهيم شحاته، 09، 2007)

عرفها محمد صحي حسانين كالآتي:

" اللياقة البدنية هي مدى كفاءة البدن في مواجهة متطلبات النشاط المعين " ( كمال عبد الحميد، محمد صحي حسانين، 2008، 47 )

- اللياقة البدنية إجرائيا: مجموع الصفات البدنية ( القوة، السرعة، المرونة، المداومة) التي تعبر عن لياقة الطفل.

- تلاميذ الطور المتوسط:

هم التلاميذ الذين تتراوح أعمارهم بين 14 -15 سنة.

6- الدراسات السابقة:

1. الدراسة الأولى :

دراسة "هاني محمد زكرياء" تقيم اللياقة البدنية العامة للأطفال (14-12 سنة) بمحافظة القليوبية"2012 دراسة مقارنة بين الريف والمدينة استخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت العينة 800 طفل بواقع 350 طفل من المدينة و350 طفل من الريف وكانت وسائل جمع البيانات اختبارات اللياقة البدنية وأسفرت النتائج عن وجود انخفاض في مستوى اللياقة البدنية لدى أطفال المدينة مقارنة بأطفال الريف.

2. الدراسة الثانية:

دراسة عبد العزيز عبد الكريم المصطفى " دراسة مقارنة اللياقة البدنية للأطفال 12 – 15 سنة بين الريف و الحضر في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية 2010، استخدم الباحث المنهج الوصفي و بلغت عينة الدراسة 384 تلميذ وكانت وسيلة جمع البيانات بطارية اختبار تتضمن اختبار ثني ومد الذراعين ( القوة العضلية ) اختبار ثني الجذع من الرقود مع ثني الركبتين مع تثبيت القدمين على الأرض بمساعدة الزميل ( الجلوس من رقود القرفصاء و كذلك اختبار الوثب للأمام من الحركة زمن أبرد النتائج المتحصل عليها وجود فروق دالة إحصائية في اختبار ثني و مد الذراعين و اختبار ثني الجذع من الرقود و عدم وجود فروق ذات دلالة في الاختبار الأخير بين تلاميذ الريف و الحضر ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية حسب الجنس.

3. الدراسة الثالثة:

دراسة Barnes، Joel David (2003) واستهدفت المقارنة بين مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بين أطفال مدينة أونتاريو وأطفال قرية ساسكاتشوان، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها 124 طفل من مدينة أونتاريو، 165 طفل من قرية ساسكاتشوان، وتمثلت أدوات جمع البيانات في الاختبارات البدنية، وأسفرت أهم النتائج عن تمييز أطفال

مدينة اونتاريو في اختبار قوة الذراعين، بينما تميز أطفال قرية ساسكاتشوان في اختبار المرونة، ولا توجد فروق بين المجموعتين في بقية الاختبارات.

#### 4. الدراسة الرابعة :

دراسة ( mastuurayoshiyuki وآخرون في 1974) استهدفت معرفة الفروق في اللياقة البدنية بين أطفال الريف و أطفال المدن الحضرية في ثلاث دول : اليابان ، اندونيسيا ، تايلاندواستخدم الباحثون المنهج الوصفي و قد شملت عينة الدراسة الإجمالية علي 2143 تلميذ بين الذكور و الإناث وتمثلت أدوات جمع البيانات في اختبارات بنية الجسم و كذا اختبارات بدنية ، حيث تبين أن أطفال الريف لليابان يتميزون بنسبة دهون اقل من أطفال المدن و كذا يتميزون بقوة عضلية اكبر.

#### التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة نجد ما يلي:

. ويمكن القول إن الدراسات السابقة تعتبر بمثابة خبرات عملية تمكن الباحث من انجاز بحثه بأقل تكلفة وفي اقل وقت ممكن ، ففي ضوء ما أشارت إليه تلك الدراسات السابقة من نقاط تشابه وتباين ، فإن الباحث استفاد من جملة من المعطيات العلمية التي أنارت له الطريق لإنجاز بحقه ، والتي تجمعها فيما يلي :

- ٥٥ تحديد مشكلة البحث وضبط متغيراته.
- ٥٥ صياغة الفرضيات وإبراز أهداف البحث.
- ٥٥ اختيار الاختبارات للياقة البدنية والأدوات والأجهزة الميدانية المناسبة وكيفية استخدامها.
- ٥٥ إجراء المعاملات العلمية المناسبة لخدمة أهداف البحث.
- ٥٥ تحديد وسائل جمع البيانات والأدوات الإحصائية الملائمة لطبيعة الدراسة.
- ٥٥ استخدام مقاييس النزعة المركزية وكذا منحني التوزيع الطبيعي لوضع المستويات المعيارية.
- ٥٥ تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات البحث
- ٥٥ اختيار المنهج، العينة و وسائل جمع البيانات
- ٥٥ إن جميع هذه الدراسات كان الهدف منها تقييم مستوى اللياقة البدنية لدى تلاميذ و مقارنة اللياقة البدنية بين تلاميذ الريف والمدينة.
- ٥٥ وهذه الدراسة لا تخرج عن هذا الإطار فهي تهدف لدراسة مستوى اللياقة البدنية لدى تلاميذ الطور المتوسط ( 14 – 15 ) سنة م مقارنة نتائج الريف مع نتائج المدينة.
- ٥٥ تناولت معظم الدراسة السابقة عينات متقاربة عن عينة الدراسة الحالية.



- ٤٥ التعرف على أنسب الأساليب لمعالجة الإحصائية لمثل هذه البحوث.
- ٤٥ إنارة الطريق أمام الباحث في انتقاء واختيار أفضل الكتب والمراجع المناسبة لموضوع الدراسة.
- ٤٥ ولقد تميزت هذه الدراسة عن الدراسات المشابهة من خلال:
- ٤٥ الدراسة الأولى من نوعها في مدينة باتنة إلى حد علم الطالب الباحث
- ٤٥ الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة.

# الجانب النظري

اللياقة البدنية عند المراهقين.

**تمهيد:**

كانت و لا زالت اللياقة البدنية محل دراسة من قبل العديد من العلماء و الباحثين و هذا من خلال مفاهيمها و مكوناتها إضافة على طرق تدريبها و هذا كله من أجا الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى بدني يمكن أن يبلغه و كذلك من أجل تحقيق الصحة التي تعتبر الهدف الأول للإنسان.

**1- مفهوم اللياقة البدنية وأهميتها :**

إن اللياقة البدنية مفهوم عام وواسع ومنتشعب ومن الصعب حصره، لأنه مرتبط بالنواحي النفسية والعقلية، إذ إن ما تعكسه إلينا المستويات العليا في النشاط الرياضي والمنافسات الدولية خلال هذه الحقبة الزمنية دليل واضح على اهتمام دول العالم بالنهج العلمي الدقيق في البناء البدني للإنسان، فضلا عن قدراته الأخرى التي تحقق له التوازن والنمو الشامل، ولهذا اتفق العلماء على أن تكون اللياقة البدنية هي إحدى مكونات اللياقة العامة للفرد، إذ أن اللياقة البدنية هي جزء من اللياقة العامة أو اللياقة الشاملة، وهناك تعريفات عدة للياقة البدنية منها:

- 1- هي الخلو من الأمراض المختلفة العضوية والوظيفية وقيام أعضاء الجسم بوظائفها على وجه حسن مع قدرة الفرد على السيطرة على بدنه وعلى مدى استطاعته مجابهة الأعمال الشاقة لمدة طويلة من دون إجهاد زائد عن الحد.
- 2- هي قدرة الفرد على انجاز نشاط معين بدرجة معقولة من الكفاية وبأقل مجهود بدني مع قدرته على الشفاء السريع من آثار الإجهاد.
- 3- هي أقصى القدرات الوظيفية التي يتمتع بها الجسم وأجهزته الحيوية، تقاس اللياقة البدنية تحت ظروف العمل والإجهاد وبالتالي فهي تعكس كفاءة الجسم وأجهزته الحيوية في تنفيذ المتطلبات البدني اليومية للإنسان على وفق طبيعة الأعمال التي يقوم بها خلال اليوم.(ناهدة عبد زيد الديلمي، 2016، 43 )

**2- أقسام اللياقة البدنية:**

تقسم اللياقة البدنية بحسب الغرض منها على الآتي:

**1- اللياقة المرتبطة بالصحة (اللياقة العامة):**

وهي مقدار اللياقة البدنية العام والمطلوب من الجميع أن يتمتعوا به بهدف الحصول على الصحة ومقاومة متطلبات الحياة، إذ يحتاج الفرد هذا النوع بشكل عام أو تشكل القاعدة الأساسية لعملية البناء والإعداد الرياضي إذ إن امتلاك هذا النوع من اللياقة سيوفر للفرد الرياضي الصحة والقيام بمهامه وواجباته على أفضل وجه، وتشكل اللياقة البدنية العامة القاعدة الأساس للياقة البدنية الخاصة ومن أهم

الوسائل المستعمل لتطوير هذا النوع هي التمرينات العامة التي تهتم برفع مستوى اللياقة البدنية وتطوير بشكل عام من دون التركيز على جانب محدد لنوع النشاط الرياضي، لذا يتم التركيز في مرحلة الإعداد على بناء هذا النوع من اللياقة بسبب حاجة الفرد لذلك

## 2- اللياقة المرتبطة بالإنجاز (اللياقة الخاصة):

وهي المتطلبات اللازمة لتحقيق إنجازات رياضية معينة أو التفوق بنوع محدد من أنواع الألعاب والفعاليات الرياضية، ويعرف هذا من اللياقة بأنه الكفاءة البدنية والوظيفية للأجهزة الجسم التي لها علاقة بنوع الأداء أو النشاط الذي يقوم به الفرد، وان مكونات اللياقة البدنية الخاصة لا تختلف عن مكونات اللياقة البدنية العامة، لكن الاختلاف يوجد في تركيبها وإعدادها وطرق تطويرها ونوع الوسائل المستعملة، إذ أن اللياقة البدنية الخاصة تهدف إلى إبراز مكونات بدنية خاصة عن الأخرى لما يتطلبه طبيعة أو نوع ذلك النشاط البدني أي توجد هنالك أولوية في الأهمية لطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد الرياضي إذ أن الوسائل التدريبية التي تستعمل هي التمرينات البدنية الخاصة التي يكون لها تأثير وتركيز العمل بشكل أدق.

( مفتي إبراهيم حماد، 2001، ص 80 )

## 3- مكونات اللياقة البدنية :

للياقة البدنية مكونات وعناصر أساسية لا بد من توافرها جميعاً لدى أي متعلم أو لاعب ولو اختلفت من حيث الأهمية، إذ أن التركيز على مكون دون الآخر أو مجموعة مكونات معينة تأتي دائماً من متطلبات اللعبة أو الفعالية الرياضية نفسها، وقد يكون ذلك سبباً في تعدد آراء العلماء والباحثين في تحديد مكونات (عناصر) اللياقة البدنية وعددها، وقد اتفق الكثيرون منهم على أن مكوناتها (عناصرها) ما يأتي:

### أولاً- القوة العضلية:

هي العنصر أو المكون الذي يتأسس عليه وصول المتعلم أو اللاعب إلى أعلى مراتب البطولة الرياضية كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة في تطوير بعض الصفات البدنية كالسرعة والمطاولة والرشاقة وخاصة بالنسبة لأنواع الأنشطة أو الألعاب الرياضية يرتبط فيها استعمال القوة العضلية بجانب الصفات البدنية الأخرى. ( عبد العلى نصيف، قاسم حسن حسين، 1978، ص 9)

### أنواع القوة العضلية:

للقوة العضلية أنواع عدة هي:

#### 1- القوة القسوى (العظمى):

هي قدرة اللاعب على القيام بالانقباض ممكن العضلي الإرادي إلى أقصى حد ممكن.

#### 2- القدرة الانفجارية:

هي قوة ديناميكية يمكن أن تنتجها العضلة أو مجموعة عضلية لمرة واحدة.

### 3- تحمل القوة العضلية:

هي القدرة على مقاومة التعب في أثناء أداء مجهود بدني يتميز بعمل عال على المجموعات العضلية المستعملة في بعض أجزائه أو مكوناته.

### 4- القوة المميزة بالسرعة :

هي القدرة على إطلاق أقصى قوة عضلية في أقل زمن ممكن، وهي صفة مركبة لها مكونين هما القوة والسرعة. (ناهدة عبد زيد الديلمي، 2016، ص 51)

### ثانياً: -السرعة:

تعد السرعة أحد عوامل الأداء الناجح في كثير من الأنشطة الرياضية، وهي مكون مهم وعنصر أساس من عناصر اللياقة البدنية، وتعرف السرعة بأنها القدرة على أداء حركات معينة في أقصى زمن ممكن. (بسطويسي أحمد، 1999، ص 530)

و هناك عدة أنواع للسرعة: (ناهدة الديلمي، 2008، ص 71)

- السرعة الإنتقالية

- السرعة الحركية

- سرعة رد الفعل

### ثالثاً: -التحمل:

هو قدرة أجهزة الجسم على مقاومة التعب في أثناء الدوام الطويل للعمل أو التمرين الرياضي (نظراً للارتباط الوثيق بظاهرة التعب والتي تعني الهبوط الوقتي لمستوى كفاية وفاعلية اللاعب كنتيجة لاستمرار بذل الجهد).

### رابعاً: -المرونة:

هي القدرة على أداء الحركات لمدى واسع، وتختلف الأسس التي تتركز عليها درجة المرونة من فرد لآخر طبقاً للإمكانيات (التشريحية الفسيولوجية) المميزة للاعب، وتتوقف بصورة كبيرة على قدرة الأوتار والأربطة والعضلات على الاستطالة . (نوال مهدي العبيدي، فاطمة عبد المالكي، 2009، ص

( 96

وتنقسم المرونة إلى أنواع: ( ريسان خريبط مجيد، 1988، ص 273-274 ).

أ. المرونة العامة : وهي المدى الذي تصل إليه المفاصل الجسم جميعاً في الحركة.

ب. المرونة الخاصة: وهي المدى الذي تصل إليه المفاصل المشاركة في الحركة.

ج. المرونة الايجابية: وهي المدى الذي تصل إليه المفاصل في الحركة على إن تكون العضلات

العاملة هي المسببة للحركة

د. المرونة السلبية : وهي المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة على أن تكون هذه الحركة ناتجة عن تأثير قوة خارجية.

هـ. المرونة الاستاتيكية (الثابتة) : وهي المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة ثم الثبات فيه  
و. المرونة الديناميكية (المتحركة): وهي المدى الذي يصل إليه المفصل في إثناء أداء حركة تتسم بالسرعة القصوى

هناك عدة عوامل تؤثر في المرونة منها: (أبو العلا احمد عبد الفتاح، 1998، ص 153 )

- عمر اللاعب : معدلات المرونة عالية لدى الأطفال عن البالغين وتزداد نسبة انخفاضها لدى البالغين كلما تقدم السن
- الإحماء : يؤثر الإحماء الجيد في المرونة ايجابيا إذ تزداد بنسبة ملحوظة بعد إتمامه
- الجنس : الإناث أكثر مرونة من الذكور بشكل عام .
- التوقيت اليومي : تقل المرونة والإطالة في الصباح عنه في آخر أي توقيت خلال اليوم.
- التعب الذهني والبدني : يؤدي التعب الذهني والبدني إلى إقلال نسبة المرونة والإطالة

#### خامسا-: الرشاقة :

هي القدرة على إتقان التوافق الحركي المعقد أو القدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة، ويحتاج اللاعب للرشاقة لمحاولة النجاح في دمج مهارات مركبة متعددة بإطار واحد أو في أداء حركة ما تحت ظروف متغيرة، متباينة وبقدر كبير من الدقة وكذلك لمحاولة التغير من مهارة حركية إلى أخرى بصورة ناجحة، أو لمحاولة تغيير اللاعب لاتجاهه بسرعة ( كمال عبد الحميد، 2008، ص 81 )

#### سادسا- التوازن:

هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء أوضاع معينة مثلا في وضع الوقوف على قدم واحدة أو عند أداء حركات، وفي حركات ما، وفي حركة المشي على عارضة مرتفعة، ويصنف التوازن إلى (وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد، 2002، ص 134 )

أ-التوازن الثابت:

هو القدرة التي تسمح للاعب بالبقاء في وضع ثابت أو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم من دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة ويعبر عن جمال وتناسق وتأزر الأداء .

ب -التوازن الحركي:

هو القدرة على الاحتفاظ بالتوازن في إثناء أداء حركي وفي معظم الألعاب الرياضية.( محمد صبحي حسانين، 1995، 429 )

#### سابعا: - التوافق الحركي :

هو القدرة على التنسيق والربط بين عدة حركات في حركة واحدة متناسقة وكل نوع من أنواع النشاط يحتاج إلى قدرات خاصة من التوافق الحركي. (وديع ياسين و ياسين طه محمد، 1986، ص 76)

وهناك عدة أنواع للتوافق الحركي: (علي سلوم جواد، 2004، ص 145-146)

➤ التوافق العام -: هو توافق المهارات الحركية بصورة عامة، إما التوافق الخاص: هو توفق الجسم من نوع وطبيعة الفعالية.

➤ التوافق بين أعضاء الجسم ككل وتوافق الأطراف.

➤ توافق القدمين - العين والذراعين - العين

➤ التوافق العضلي العصبي

بعد التوافق بين العين واليد والرجل أكثر العوامل أهمية بالنسبة لأداء الرياضي حيث أنه خلال الأداء يكون هناك انتقال للإشارات العصبية بين الجهاز العصبي والعضلي ولذلك فإن جميع الحركات التي يقوم بها الفرد سواء كانت الحركات العادية اليومية أو الحركات ترتبط بمجال الأداء الرياضي إنما تتطلب قدر من التوافق بين الجهاز العصبي والجهاز العضلي. (لوي غانم الصميدعي ، 2002، ص 163)

**ثامنا: - الدقة الحركية:**

هي القدرة على التحكم في الحركات الإرادية تجاه هدف معين وقد يكون هذا الهدف على مسافة معينة مثل التصويب بكرة السلة والوصول إلى هذا الهدف عن طريق الجسم كله أو بعض أجزائه. (أبو علاء أحمد عبد الفتاح، 2012، ص 85)

#### 4- نمو القدرات البدنية في مرحلة المراهقة المبكرة:

في هذه المرحلة تنمو الأجهزة الداخلية للجسم ، فتزداد بذلك مقاومة التمرين لاكتساب الجلد والتحمل . وكم الأمور التي تتطور بشكل غير مناسب في هذه المرحلة العمرية ، هي قوة العضلات بالنسبة للوزن وخاصة قوة الذراعين ، فعند الأولاد تكون ضعيفة وغير مرضية ، أما عند البنات غير المدربات فيحدث ثبات للقوة وأحيانا تتراجع ، وهذا يرجع إلى أن نسبة قوة العضلات إلى وزن الجسم ويعود سببه إلى زيادة الكبيرة عند . أما السرعة ورد الفعل البنات وفترة استجابة العضلة فتصل في نهاية هذه المرحلة إلى مستوى البالغين ، وتحسن بشكل ضئيل في المرحلة القادمة ، أما بالنسبة لتطور المطولة فهناك آراء من قبل علماء الحركة بأن هذه الفترة تتميز بتأخر قابلية المطولة ، وهناك آراء أخرى عكس ذلكن و تفيد بان بعض المراهقين تكون عندهم هذه الصفة مضطربة بسبب التغيرات المصاحبة للنضج. (إبراهيم، 2002، ص 66)

#### 5- تطور القدرات البدنية أثناء فترة المراهقة:

### 1-5- القوة:

خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص ، و انسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه، و بشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساسا من الناحية العرضية ، وعلية نلاحظ زيادة في حجم العضلات مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية، و في الحين بين مستوي التطور، فالبنات يصلون إلى القوة العضلية القصوى، و عموماً في سن 15 إلى 17 سنة بينما الذكور ففي سن 18 إلى 22 سنة خلال هذه المرحلة الحمولات، و طرق التدريب المستعملة يمكن أن تكون على قاعدة الكبر مع الأخذ ، و هو بعين الاعتبار لرفع الدريجي للحمولة مبدأ هام لتدريب القوة، و خاصة هذه المرحلة الحساسة

( بسطيوسي أحمد، 1996، ص 184-185 )

### 2-5- السرعة:

بالنسبة لهاته الصفة فيستمر تطورها ، و يبلغ أوجها في مرحلة المراهقة ، حيث يستمر هذا التطور بنفس النسبة حتى سن 14 إلى 15 سنة حيث يرى " فنتر " 1979 أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد و البنات لهذا العنصر، و أن كان لصالح الأولاد قليلاً حيث يرجع السبب في ذلك ليس في زيادة الخطوة بل تساوي طولها للجنسين.

يذكر ايفانوف " 1965 أن تطور كبير لهذه الصفة البدنية، ويعزو ذلك إلى تحسن كبير في، و تطورا واضحا بهذا الأخير حيث نرى فروقا جوهرية بين مستوى التحمل الجهاز الدوري النفسي بين الجنسين ابتداء من 12 إلى 14 سنة، ويزداد بشكل واضح حتى نهاية المرحلة.

### 3-5- المرونة:

تتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوى حيث يظهر ذلك واضحا من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات الجمباز ، والحركات الدقيقة الأخرى، والتي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة حيث نرى تحسنا ملحوظا في كل من ديناميكية، و ثبات، و مرونة الحركات مع مستوى متميز من التكيف، و يلاحظ كذلك العمود الفقري يكون تقريبا قد اكتمل، والنمو والزيادة، في الطول هي الأخرى قد اكتملت في حوالي 18 إلى 22 سنة ( YergenWrinek, 1997,P341-353 )

### خاتمة:

من خلال ما سبق نستنتج أن فترة المراهقة أزمة نفسية ومرحلة انفرادية حرة ولا يمكن حصرها في طبقة اجتماعية معينة أو مجتمع خاص فهي مرحلة تنشط من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد. ولهذا من الضروري متابعة ومراقبة المراهق حتى يتم نموه ويكتمل نضجه اكتمالا سليما وصحيا ومن هنا يجب على الأسرة تفهم حالته ومحاولة الأخذ بيده ليتجاوز هذه المرحلة، كما يأتي دور المدرسة باعتبارها الأسرة الثانية لتبرز أهمية الأنشطة الرياضية وما يحتويه من أهداف اجتماعية نفسية وصحية. كمتنفس للمراهق، تعلم الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية.

# الجانب التطبيقي

أولاً: إجراءات البحث الميدانية

ثانياً: عرض و تحليل و مناقشة نتائج البحث

# أولاً: إجراءات البحث الميدانية



## تمهيد:

تعتبر منهجية البحث والإجراءات الميدانية الخاصة به أهم خطوة في البحث العلمي التي يجب على الباحث أن ويتقن خطواتها، حيث لا بد أن يتمكن من الانتقال بين مختلف الخطوات بطريقة منطقية و منسقة تجعل من بحثه دراسة منظمة ومنسقة، و عليه أن يدرك طريقة استعمال مختلف الأدوات الخاصة بهذه العملية و كذا كيفية صياغتها و استغلالها في خدمة هدف البحث، وسنبين مختلف هذه الإجراءات التي يجب علينا الاعتماد عليها من أجل الوصول إلى حل لمشكلة البحث، وسنوضح المجالات التي سيتم إجراء البحث من مجال زمني و مكاني، و سنحدد كل من مجتمع الدراسة والعينة المختارة لذلك و نوع المنهج المتبع لإنجاز هذا الموضوع و تحقيق الهدف المرجو منها، و سيحتوي الفصل على عرض مفصل لأدوات الدراسة المستعملة وكيفية معالجتها وتسجيل نتائجها.

كما سيساعدنا هذا الفصل في ضبط مختلف الطرق والوسائل المستعملة لمعالجة هذه النتائج معالجة علمية، وتحويلها إلى معطيات تعمل على تفسير وتبرير مختلف آراء وافتراضات البحث، والتي تسعى إلى تحقيق الهدف الخاص بدراسة، وكذا إيجاد حلول لمشكلة البحث.

### 1. الدراسة الاستطلاعية:

هي تجربة استطلاعية لاختبار مدى صحة التجربة الرئيسية و تحدد المجتمع الأصلي و مفردات و نوعية الاختبار و يمكن اعتبارها بمثابة صورة مصغرة للبحث و هي تهدف إلى اكتشاف الطريق و استطلاع معالمه أمام الباحث قبل أن يبدأ التطبيق الكامل للخطوات التنفيذية، تطبيق التجربة الاستطلاعية على عينة صغيرة من الأفراد تتوافر فيهم نفس خصائص العينة.(صابر، 123، 2002) حيث كانت حجم العينة الاستطلاعية 51 تلميذ من الذكور و الإناث من تلاميذ الريف حيث قمنا بإجراء الاختبارات البدنية ( السرعة، القوة، التحمل، المرونة، المداومة) والتحصل على النتائج ثم بعد مدة 15 يوما قمنا بإعادة إجراء الاختبارات البدنية مرة أخرى و ذلك من أجل التأكد من صدق و ثبات الاختبارات.

### 2. منهج الدراسة:

لكل دراسة أو بحث علمي أسسا منهجية يبني عليها الباحث قاعدته الأساسية للانطلاق في عملية البحث والدراسة، وكون هذه الأسس المنهجية المرشد الذي يتبناه الباحث حتى تتسم الدراسة بالعملية و الدقة، والمنهج هو الوسيلة الفعلية التي يستعين بها الباحث في حل مشكلة البحث و يختلف المنهج باختلاف مشكلة البحث و الأهداف العامة التي يستهدف البحث تحقيقها و منهج البحث هو النتيجة التي ينتهي إليها الباحث نظرا لتعدد الظواهر والمفاهيم والعلاقات التي تنطوي عليها العلوم الإنسانية يجعل أمر معالجتها أصعب، حيث أن تعقيد الظواهر الإنسانية لا يعني استحالة بحثها بالضرورة، بل يجعل أمر هذا البحث



أكثر صعوبة و تعقيدا وأن تنوع الظواهر السيكولوجية وعدم تجانسها وتعدد المتغيرات التي تدخل فيها يجعل من المتعذر عزل العناصر الأولية التي تشكل الظاهرة السيكولوجية لبيان هذه العناصر في تكوين هذه الظاهرة، كما يجعل من المتعذر إطلاق أحكام عامة عليها، ولذلك تتحدد هذه الأحكام بمتغيرات معينة و أفراد معينين، الأمر الذي يحد من القدرة على التعميم. (عبد المجيد الشواني، 1987، 28)

استخدم الباحث المنهج الوصفي ذلك لملائمته لطبيعة الدراسة حيث يعرف المنهج الوصفي على أنه عبارة عن إعطاء أوصاف دقيقة للظاهرة الحادثة حتى يتسنى للباحث حل المشكل. وهو أيضا الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة واكتشاف الحقيقة والإجابة على الأسئلة والاستفسارات التي يثيرها موضوع البحث، وطبيعة ونوع المشكلة المطروحة للدراسة وهي تحدد نوع المنهج المتبع من بين المناهج المختلفة. (جابر عبد الحميد جابر وأحمد خيرى كاظم، 1996، 101)

### 3. مجتمع الدراسة:

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث وبذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المسحوب من العينة. (محمد نصر الدين رضوان، 2003، 20)

ويتمثل مجتمع البحث المتاح في دراستنا هذه في تلاميذ الطور المتوسط (15-14 سنة) بولاية باتنة و البالغ عددهم 811 تلميذ.

### 4. عينة الدراسة:

إن عملية اختيار العينة له ارتباط وثيق بطبيعة المجتمع الذي أخذت منه العينة لأنها الجزء الذي يمثل المجتمع الأصلي أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله على (وجيه محجوب، 2001، 163).

حيث تمثلت عينة البحث في 454 تلميذ وتلميذة من الريف و المدينة تتراوح أعمارهم من 14 إلى 15 سنة حيث تم اختيارها بطريقة عشوائية بواقع 227 طفل من متوسط عبد الهادي محمد ببلدية منعة و 227 طفل بمتوسطة محمد الشريف بن عكشة - تامشيط-بمدينة باتنة. والجدول التالي يوضح توصيف العينة و عددها حيث كانت نسبتها 55.98%



| متوسطة الريف |            | متوسطة المدينة |            | العينة        |
|--------------|------------|----------------|------------|---------------|
| إناث         | ذكور       | إناث           | ذكور       |               |
| 52           | 44         | 52             | 44         | 14 سنة        |
| 66           | 65         | 66             | 65         | 15 سنة        |
| <b>118</b>   | <b>109</b> | <b>118</b>     | <b>109</b> | المجموع       |
| <b>227</b>   |            | <b>227</b>     |            | المجموع الكلي |

جدول رقم (01) يوضح توصيف عينة الدراسة وعددها.

## 5. تجانس العينة:

### 1. تجانس العينة من حيث الاختبارات:

جدول رقم (02) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات إناث المدينة ( 14 سنة )

| معامل الالتواء | أدنى قيمة | أعلى قيمة | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | وحدة القياس | مقاييس النزعة المركزية والتشتت                 | الاختبارات | الرقم |
|----------------|-----------|-----------|-------------------|-----------------|-------------|--|------------|-------|
| 00.53          | 5.17      | 7.6       | 00.51             | 06.15           | ثانية       | اختبار السرعة (30متر)                          |            | 1     |
| 00.17          | 4         | 6         | 00.70             | 04.88           | تكرار       | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل |            | 2     |
| 00.54          | 123       | 200       | 19.00             | 150.69          | سم          | القفز العريض من الثبات                         |            | 3     |
| -01.21         | -15       | 15        | 05.31             | 01.63           | سم          | اختبار قياس مرونة الجذع                        |            | 4     |
| 00.72          | 560       | 950       | 84.75             | 710.19          | م           | اختبار الجري 6 دقائق                           |            | 5     |

جدول رقم (03) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات "ذكور" المدينة ( 14 سنة ).



| معامل الالتواء | أدنى قيمة | أعلى قيمة | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | وحدة القياس | مقاييس النزعة المركزية والتشتت                 | الاختبارات | الرقم |
|----------------|-----------|-----------|-------------------|-----------------|-------------|--|------------|-------|
| 01.21          | 8.00      | 5.25      | 00.59             | 06.15           | ثانية       | اختبار السرعة (30متر)                          |            | 1     |
| -00.73         | 04        | 10        | 03.69             | 08.53           | تكرار       | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل |            | 2     |
| 00.40          | 122       | 210       | 28.50             | 143.94          | سم          | الفقز العريض من الثبات                         |            | 3     |
| -01.53         | -26       | 10        | 10.42             | 00.26           | سم          | اختبار قياس مرونة الجذع                        |            | 4     |
| 01.85          | 790       | 2775      | 355.78            | 1145.99         | م           | اختبار الجري 6 دقائق                           |            | 5     |

من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات تبين أن جميع القياسات تدخل ضمن المنحنى الاعتدالي وذلك راجع إلى أن معامل قيم الالتواء محصورة في المجال  $\pm 3$ ، و هذا يتضح جليا في أن أدنى قيمة بلغت -01.53- وأعلى قيمة 1.85 مما يدل أن البيانات المستخلصة من تطبيق الاختبارات على الإناث و الذكور 14 سنة موزعة توزيعا اعتداليا. حيث كلما كانت الاختبارات المستخدمة مناسبة من حيث درجة الصعوبة والسهولة، أدى ذلك إلى الحصول على شكل منحنى اعتدالي للبيانات ( حسن علاوي، نصر الدين رضوان، 145، 2000 ).

جدول رقم (04) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات "إناث" المدينة ( 15 سنة )

| معامل الالتواء | أدنى قيمة | أعلى قيمة | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | وحدة القياس | مقاييس النزعة المركزية والتشتت                 | الاختبارات | الرقم |
|----------------|-----------|-----------|-------------------|-----------------|-------------|--|------------|-------|
| -00.67         | 07.97     | 05.31     | 00.69             | 06.59           | ثانية       | اختبار السرعة (30متر)                          |            | 1     |
| -00.96         | 07.00     | 30.00     | 03.37             | 04.15           | تكرار       | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل |            | 2     |
| -00.04         | 05        | 12        | 23.03             | 118.85          | سم          | الفقز العريض من الثبات                         |            | 3     |

|   |                         |    |        |        |      |     |        |
|---|-------------------------|----|--------|--------|------|-----|--------|
| 4 | اختبار قياس مرونة الجذع | سم | -02.14 | 09.79  | 17   | -15 | -00.17 |
| 5 | اختبار الجري 6 دقائق    | م  | 880.22 | 122.06 | 1200 | 560 | -00.70 |

جدول رقم (05) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات "ذكور" المدينة ( 15 سنة ).

| الرقم | الاختبارات                                     | مقاييس النزعة المركزية والتشتت | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | معامل الالتواء |
|-------|--|--------------------------------|-------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|----------------|
| 1     | اختبار السرعة (30متر)                          |                                | ثانية       | 05.77           | 00.64             | 04.80     | 08.02     | 00.91          |
| 2     | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل |                                | تكرار       | 08.83           | 03.81             | 13        | 4         | -00.55         |
| 3     | القفز العريض من الثبات                         |                                | سم          | 167.15          | 33.82             | 246       | 110       | 00.09          |
| 4     | اختبار قياس مرونة الجذع                        |                                | سم          | -01.22          | 09.24             | 16        | -20       | -00.26         |
| 5     | اختبار الجري 6 دقائق                           |                                | م           | 1149.88         | 306.76            | 2880      | 960       | 01.08          |

من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات تبين أن جميع القياسات تدخل ضمن المنحنى الاعتدالي وذلك راجع إلى أن معامل قيم الالتواء محصورة في المجال  $\pm 3$ ، وهذا يتضح جليا في أن أدنى قيمة بلغت  $-0.96$  و أعلى قيمة  $1.08$  مما يدل أن البيانات المستخلصة من تطبيق الاختبارات على الإناث و الذكور 15 سنة موزعة توزيعا اعتداليا. حيث كلما كانت الاختبارات المستخدمة مناسبة من حيث درجة الصعوبة والسهولة، أدى ذلك إلى الحصول على شكل منحنى اعتدالي للبيانات ( حسن علاوي، نصر الدين رضوان، 145، 2000 ).

جدول رقم (06) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات إناث الريف ( 14 سنة )

| الرقم | الاختبارات                                     | مقاييس النزعة المركزية والتشتت | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | معامل الالتواء |
|-------|--|--------------------------------|-------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|----------------|
| 1     | اختبار السرعة (30متر)                          |                                | ثانية       | 06.50           | 00.47             | 7.65      | 5.17      | -00.09         |
| 2     | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل |                                | تكرار       | 04.40           | 03.28             | 6         | 4         | -00.29         |
| 3     | القفز العريض من الثبات                         |                                | سم          | 119.27          | 17.65             | 199       | 123       | 00.13          |

|   |                         |    |        |        |     |     |        |
|---|-------------------------|----|--------|--------|-----|-----|--------|
| 4 | اختبار قياس مرونة الجذع | سم | -01.04 | 06.61  | 15  | -15 | -00.45 |
| 5 | اختبار الجري 6 دقائق    | م  | 890.28 | 148.77 | 950 | 560 | 00.01  |

جدول رقم (07) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات "ذكور" الريف ( 14 سنة ).

| الرقم | الاختبارات                                     | مقاييس النزعة المركزية والتشتت | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | معامل الالتواء |
|-------|--|--------------------------------|-------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|----------------|
| 1     | اختبار السرعة (30متر)                          |                                | ثانية       | 05.97           | 00.48             | 5.14      | 7.1       | 00.66          |
| 2     | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل |                                | تكرار       | 09.05           | 02.25             | 13        | 4         | -00.12         |
| 3     | القفز العريض من الثبات                         |                                | سم          | 162.70          | 24.42             | 210       | 122       | 00.19          |
| 4     | اختبار قياس مرونة الجذع                        |                                | سم          | -01.84          | 07.76             | 10        | -26       | -00.84         |
| 5     | اختبار الجري 6 دقائق                           |                                | م           | 1273.07         | 535.91            | 2775      | 790       | -00.47         |

من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات تبين أن جميع القياسات تدخل ضمن المنحنى الاعتيادي وذلك راجع إلى أن معامل قيم الالتواء محصورة في المجال  $\pm 3$ ، و هذا يتضح جليا في أن أدنى قيمة بلغت -0.84- وأعلى قيمة 0.66 مما يدل أن البيانات المستخلصة من تطبيق الاختبارات على الإناث و الذكور 14 سنة موزعة توزيعا اعتديليا. حيث كلما كانت الاختبارات المستخدمة مناسبة من حيث درجة الصعوبة والسهولة، أدى ذلك إلى الحصول على شكل منحنى اعتديلي للبيانات ( حسن علاوي، نصر الدين رضوان، 145، 2000 ).



جدول رقم (08) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات "إناث" الريف ( 15 سنة )

| الرقم | مقاييس النزعة المركزية والتشتت                 | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | معامل الالتواء |
|-------|--|-------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|----------------|
| 1     | اختبار السرعة (30متر)                          | ثانية       | 6.3             | 0.73              | 5.13      | 7.97      | 00.54          |
| 2     | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل | تكرار       | 4.73            | 0.95              | 6         | 2         | -00.06         |
| 3     | القفز العريض من الثبات                         | سم          | 153.94          | 17.3              | 190       | 110       | -00.97         |
| 4     | اختبار قياس مرونة الجذع                        | سم          | 0.55            | 7.18              | 17        | -15       | -00.77         |
| 5     | اختبار الجري 6 دقائق                           | م           | 879.77          | 147.86            | 1200      | 150       | -00.06         |

جدول رقم (09) : يبين بعض مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات "ذكور" الريف ( 15 سنة ).

| الرقم | مقاييس النزعة المركزية والتشتت                 | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | معامل الالتواء |
|-------|--|-------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|----------------|
| 1     | اختبار السرعة (30متر)                          | ثانية       | 05.92           | 00.67             | 05.34     | 07.60     | 00.73          |
| 2     | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل | تكرار       | 08.94           | 02.00             | 21        | 00        | 00.19          |
| 3     | القفز العريض من الثبات                         | سم          | 167.83          | 28.44             | 230       | 60        | -00.42         |
| 4     | اختبار قياس مرونة الجذع                        | سم          | -00.62          | 07.75             | 21        | -23       | -00.35         |
| 5     | اختبار الجري 6 دقائق                           | م           | 1525.72         | 476.68            | 1982.40   | 480.60    | -00.15         |

من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات تبين أن جميع القياسات تدخل ضمن المنحنى الاعتدالي وذلك راجع إلى أن معامل قيم الالتواء محصورة في المجال  $\pm 3$ ، وهذا يتضح جليا في أن أدنى قيمة بلغت -0.97 و أعلى قيمة 0.73 مما يدل أن البيانات المستخلصة من تطبيق الاختبارات على الإناث و الذكور 15 سنة موزعة توزيعا اعتداليا. حيث كلما كانت الاختبارات المستخدمة مناسبة من حيث درجة الصعوبة والسهولة، أدى ذلك إلى الحصول على شكل منحنى اعتدالي للبيانات ( حسن علاوي، نصر الدين رضوان، 145، 2000 ).



## 6. أدوات الدراسة:

تعتبر أدوات الدراسة بمثابة حجر الزاوية في عملية البحث العلمي و قد يستخدم الباحث أكثر من أداة لجمع المعلومات حول مشكلة الدراسة أو للإجابة عن أسئلتها أو لفحص فرضيتها.(النعيمي، 22، 2011) تم استخدام الاختبارات كأدوات لجمع البيانات من عينة الدراسة حيث استخدم الباحث ما يلي:

### 1- اختبارات اللياقة البدنية:

تم اختيار مجموعة من الاختبارات لقياس مستوى اللياقة البدنية لدى أفراد العينة والمتمثلة في 5 اختبارات موضحة في الجدول التالي:

| اسم الاختبار   | الهدف من الاختبار                                |
|--|--|
| اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر)                            | قياس التحمل (المداومة).                          |
| اختبار قياس مرونة الجذع                                    | قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي       |
| اختبار تقييم السرعة 30 متر                                 | قياس السرعة                                      |
| اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني | قياس القوة المميزة للسرعة لعضلات الذراعين        |
| القفز العريض من الثبات                                     | قياس القدرة العضلية للرجلين (القدرة الانفجارية). |

جدول رقم (10) يوضح اختبارات اللياقة البدنية

### 2- صدق و ثبات الاختبارات:

من أجل التأكد من ثبات وصدق الاختبارات تم تطبيق الاختبارات على عينة من التلاميذ 51 تلميذ من الذكور والإناث قصد التأكد من الثقل العلمي للاختبارات المقترحة من حيث توفرها على الصدق والثبات.

#### أ. ثبات الاختبارات:

| درجة الحرية (ن-1) | القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة |       | لمعامل الارتباط (ثبات الاختبار) |      | حجم العينة لكلى الجنسين | الاختبارات                 |
|-------------------|-----------------------------------|-------|---------------------------------|------|-------------------------|----------------------------|
|                   | 0.01                              | 0.05  | إناث                            | ذكور |                         |                            |
| 50                | 0.354                             | 0.273 | 0.91                            | 0.89 | 51                      | اختبار تقييم السرعة 30 متر |
|                   |                                   |       | 0.93                            | 0.92 |                         | اختبار ثني ومد الذراعين    |
|                   |                                   |       | 0.90                            | 0.87 |                         | القفز العريض من الثبات     |



|  |  |  |      |      |  |                         |
|--|--|--|------|------|--|-------------------------|
|  |  |  | 0.87 | 0.81 |  | اختبار قياس مرونة الجذع |
|  |  |  | 0.90 | 0.91 |  | اختبار الجري 6 دقائق    |

جدول (11) يمثل ثبات الاختبارات المقترحة

لقد تبين من المعالجة الإحصائية للنتائج الخام الموضحة في الجدول (02) أن كل قيم معامل الارتباط "ر" المحسوبة تفوق قيمة "ر" الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) المقدرة بـ 0.273 و (0.01) المقدرة بـ 0.354 عند درجة الحرية 50.

وهي تتراوح من 0.81 كأدنى قيمة و 0.94 كأعلى قيمة هذا يشير إلى مدى الارتباط القوي بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي .

وهذا ما يمكن تفسيره بمدى تمتع الاختبارات المستخدمة بدرجة ثبات عالية.

#### ب. صدق الاختبارات:

من أجل التأكد من صدق الاختبارات استخدم الباحث صدق المحكمين ومعامل الصدق الذاتي.

أ. صدق الظاهري:

بالنسبة للصدق الظاهري فقد تم عرض استمارة الاختبارات على مجموعة من المختصين و الخبراء حيث تم الأخذ بعين الاعتبار الملاحظات المدونة من طرفهم.

ب. صدق الذاتي: هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات

$$\text{الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{الثبات}}$$

سبق حساب معامل الثبات باستخدام معامل سبرمان، وباستخدام الجذر التربيعي نتحصل على الجدول التالي:

| درجة الحرية (ن-1) | القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة |       | الجذر التربيعي لمعامل الارتباط |       | حجم العينة لكلى الجنسين | الاختبارات                |
|-------------------|-----------------------------------|-------|--------------------------------|-------|-------------------------|---------------------------|
|                   | 0.01                              | 0.05  | إناث                           | ذكور  |                         |                           |
| 50                | 0.354                             | 0.273 | 0.953                          | 0.943 | 51                      | اختبار تقييم السرعة 30متر |
|                   |                                   |       | 0.964                          | 0.959 |                         | اختبار ثني ومد الذراعين   |
|                   |                                   |       | 0.948                          | 0.932 |                         | القفز العريض من الثبات    |
|                   |                                   |       | 0.932                          | 0.900 |                         | اختبار قياس مرونة الجذع   |
|                   |                                   |       | 0.948                          | 0.953 |                         | اختبار الجري 6 دقائق      |



جدول (12) يمثل قيم الصدق الذاتي للاختبارات المقترحة.



لقد تبين من المعالجة الإحصائية للنتائج الخام الموضحة في الجدول (03) أن كل قيم جذر التربيعي لمعامل الارتباط "ر" المحسوبة تفوق قيمة "ر" الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) المقدر بـ 0.273 و (0.01) المقدر بـ 0.354 عند درجة الحرية 50.

وهي تتراوح من 0.90 كأدنى قيمة و0.969 كأعلى قيمة هذا يشير إلى مدى الارتباط القوي بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي.

وهذا ما يمكن تفسيره بمدى تمتع الاختبارات المستخدمة بدرجة عالية من الصدق.

### 7. الوسائل البيداغوجية:

تستلزم تنفيذ الاختبارات والقياسات استخدام الوسائل التالية:

- ميزان.
- مقياتي.
- شريط قياس.
- صفارة.
- طباشير.
- أقماع.
- مسطرة.

### 8. مجالات البحث:

- **المجال المكاني:** بالنسبة لمكان إجراء الاختبارات المقترحة أنجز العمل الميداني على مستوى متوسطتين:

❖ متوسطة عبد الهادي محمد ببلدية منعة

❖ متوسطة محمد الشريف بن عكشة - تامشيط - بمدينة باتنة

- **المجال الزمني:** استغل الباحث المدة قبل الدراسة الاستطلاعية في الدراسة النظرية للموضوع و الاطلاع على الدراسات السابقة والمشابهة والكتب والمراجع المتخصصة، وكذا القيام بمختلف الإجراءات الإدارية ووضع تصور وتخطيط عن الدراسة الميدانية.

- الدراسة الاستطلاعية 11 ديسمبر 2018 و 26 ديسمبر 2018.

- مرحلة الدراسة الأساسية و تمثلت في تطبيق الاختبارات على عينة البحث.

06 جانفي 2019 إلى غاية 15 جانفي 2019.

- مرحلة المعالجة الإحصائية وإعداد البحث في شكله النهائي.

12 ماي 2019 إلى غاية 20 ماي 2019.

### 9. خطوات البحث:



## 2- الدراسة الميدانية:

قمنا بتطبيق الاختبارات على العينة المختارة ابتداء من 06 جانفي 2019 إلى غاية 15 جانفي

2019.

حيث كنا نقوم بإجراء الاختبارات أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية بمعدل 25 تلميذ (ذكور و إناث ) في كل حصة أي بمعدل 75 تلميذ في كل يوم حيث قسم التلاميذ إلى نصفين في كل من اختبار ثني و مد الذراعين و الجري 6 دقائق نصف يقوم بأداء الاختبار و النصف الآخر يقوم بعد التكرارات أما في باقي الاختبارات فيقوم التلاميذ بأداء الاختبارات بالترتيب.

## 3- الدراسة الإحصائية:

أ. المتوسط الحسابي:

$$\bar{س} = \frac{\text{مج س}}{ن}$$

حيث:

س: المتوسط الحسابي

مج: مجموع

س: القيم

ن: عدد القيم ( الشافعي، 140، 2004)

ب. الانحراف المعياري:

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج (س - \bar{س})}^2}{ن}}$$

حيث :

ع: الانحراف المعياري

مج: مجموع



س: درجة

س: المتوسط الحسابي

ن: عدد أفراد العينة

ج. معامل الارتباط البسيط سبرمان

د. الصدق الذاتي:

$$\sqrt{\frac{\text{الصدق الذاتي}}{\text{الثبات}}}$$

ه. اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين.

و. المستويات المعيارية:

يمكن تمثيل التوزيع الطبيعي بمنحنى يسمى المنحنى الإعتدالي أو المنحنى "كاوس" ومن ميزته أنه يشبه الجرس المقلوب و يمتد إلى كلتا الجهتين إلى اللانهاية و يقترب إلى المحور الأفقي إلا أنه لا يمسه، و يتوزع كالاتي: (محمود صلاح الدين، 105، 1999)

**المستوى الممتاز:** ينحصر بين (س + 3 ع) و (س + 2 ع) نسبتها 2.14 %

**المستوى جيد جدا:** ينحصر بين (س + 2 ع) و (س + ع) نسبتها 13.59 %

**المستوى جيد:** ينحصر بين (س + ع) و (س) نسبتها 34.13 %

**المستوى مقبول:** ينحصر بين (س) و (س - ع) نسبتها 34.13 %

**المستوى ضعيف:** ينحصر بين (س - ع) و (س - 2 ع) نسبتها 13.59 %

**المستوى ضعيف جدا:** ينحصر بين (س - 2 ع) و (س - 3 ع) نسبتها 2.14 %

شكل رقم (01) يوضح المستويات المعيارية في المنحنى التوزيع الإعتدالي المنتظم إلى ستة مستويات معيارية المستخدمة





## خاتمة

وأخيرا و بعد عرضنا لأهم الخطوات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية لهذا البحث و التي تعتبر الركيزة الأساسية لأي بحث علمي، فإتباع هذه الخطوات يؤدي إلى الحصول على نتائج تساعد على رفض أو قبول الفرضيات الموضوعية للدراسة، وبهذا سنقوم في الفصل التالي بعرض و تفسير النتائج التي تحصلنا عليها.

عرض و تحليل و

مناقشة نتائج

الدراسة

**تمهيد:**

سننظر خلال هذا الفصل إلى عرض نتائج عينة البحث حيث أن النتائج الخام المتحصل عليها سيتم معالجتها إحصائياً باستخدام مقاييس النزعة المركزية والتشتت. وبما أن الهدف الأساسي لهذا البحث يتجه نحو دراسة مستوى اللياقة البدنية ( 14 - 15 ) سنة لزم تحويل الدرجات الخام إلى درجات و مستويات معيارية لتكون لها مدلول تساهم في معرفة مستوى اللياقة البدنية لدى الأطفال المراهقين ( 14 - 15 ) سنة.

**1- عرض و تحليل نتائج الاختبارات على ضوء الفرضيات:****1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى :**

تتضمن الفرضية الجزئية الأولى التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى الطور المتوسط 14-15 سنة في المدينة والريف لتأكد من هذه الفرضية قمنا بإجراء الاختبار التالي : ( اختبار السرعة (30متر) والتي أسفرت على النتائج التالية

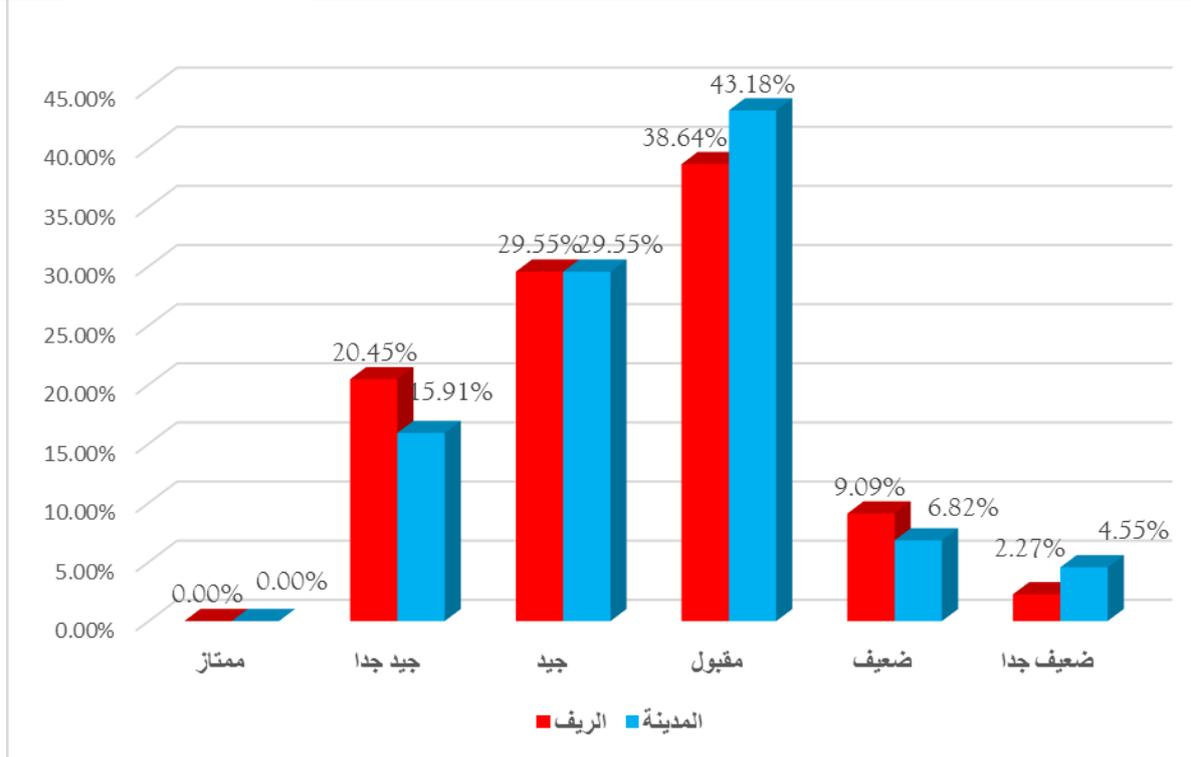
**1. عرض و تحليل نتائج اختبار السرعة ( 30 م ) بالنسبة للأطفال المراهقين 14 سنة**

جدول (13) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار السرعة حسب المستويات

المعيارية.



| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                          |                   |       | نتائج عينة الذكور المدينة |                          |                   |       | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|-------|---------------------------|--------------------------|-------------------|-------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |       | الانحراف المعياري         |                          | متوسط الحسابي     |       |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (ثا) |       | النسبة المئوية            | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (ثا) |       |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                  | 00                       | أقل               | 05.00 | 00.00%                    | 00                       | أقل               | 04.97 | 100 - 84          | ممتاز               |
| 13.59                             | 20.45%                  | 09                       | 05.00             | 05.49 | 15.91%                    | 07                       | 04.97             | 05.56 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 29.55%                  | 13                       | 05.49             | 05.97 | 29.55%                    | 13                       | 05.56             | 06.15 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 38.64%                  | 17                       | 05.97             | 06.46 | 43.18%                    | 19                       | 06.15             | 06.74 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 09.09%                  | 04                       | 06.46             | 06.94 | 06.82%                    | 03                       | 06.74             | 07.33 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 02.27%                  | 01                       | 06.94             | 07.43 | 04.55%                    | 02                       | 07.33             | 07.92 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%                 | 44                       | المجموع           |       | %100                      | 44                       | المجموع           |       |                   |                     |



الشكل البياني رقم (02) يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار

السرعة

عند تفرغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على النتائج التالية في اختبار السرعة ( 30 م ) :

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 06.14 بانحراف معياري 0.59 ، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي منخفض مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 5.97 بانحراف معياري 0.48 مما يدل على ارتفاع خاصية السرعة لدى عينة الريف. أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى الجيد و مقبول. تمثيل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في مستوى مقبول بـ 43.18% مما يعادل 19 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 29.55% مما يعادل 13 تلميذ، ثم المستوى جيد جداً بنسبة 15.91% بـ 09 تلاميذ، المستوى ضعيف كانت نسبته 6.82% ما يعادل 03 تلاميذ يليه المستوى ضعيف جداً بـ 4.55% أي 02 تلميذ أما المستوى ممتاز فلم تسجل فيه أي حالة.

أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 38.64% في المستوى مقبول ما يعادل 17 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 29.55% بواقع 13 تلميذ ثم المستوى جيد جداً بنسبة 20.45% بـ 09 تلاميذ أما المستوى ضعيف نسبته 09.09% أي 04 تلاميذ بالمقابل يأتي المستوى ضعيف جداً بنسبة 2.27% بـ 01 تلميذ أما المستوى ممتاز فلم تسجل فيه أي حالة.

## 2. عرض و تحليل نتائج اختبار السرعة ( 30 م ) بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة

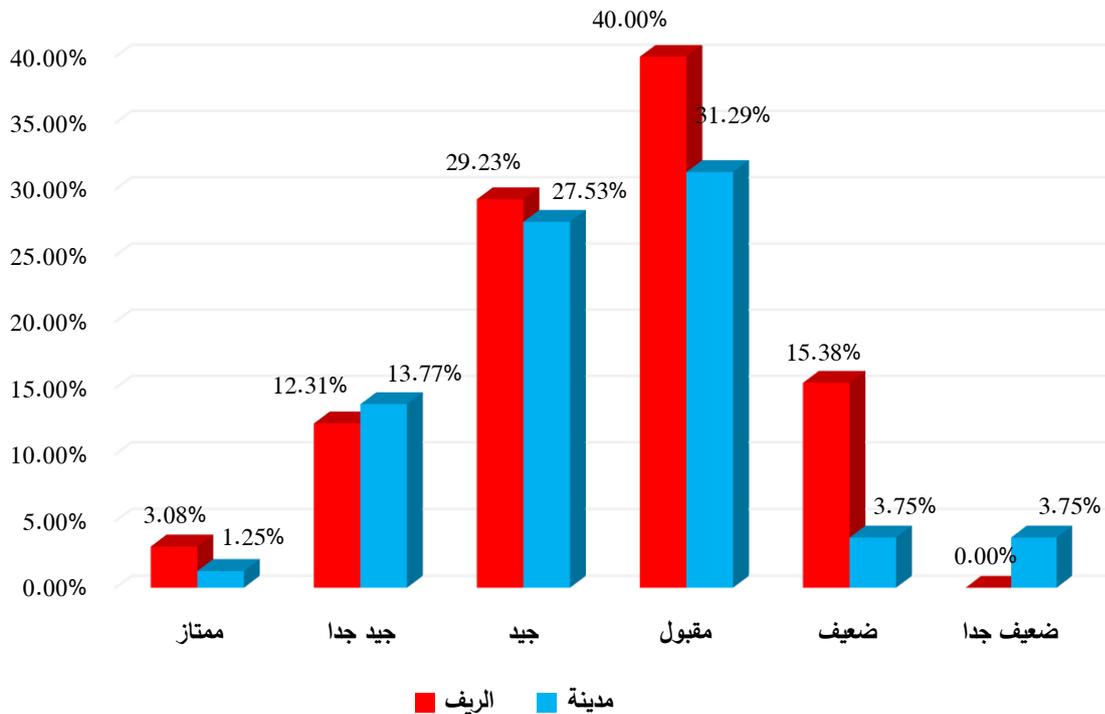
جدول (14) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار السرعة حسب المستويات

المعيارية.



| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                          |                   |       | نتائج عينة الذكور المدينة |                          |                   |      | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|-------|---------------------------|--------------------------|-------------------|------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |       | الانحراف المعياري         |                          | متوسط الحسابي     |      |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (ثا) | أقل   | النسبة المئوية            | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (ثا) | أقل  |                   |                     |
| 02.14                             | 03.08%                  | 02                       | أقل               | 04.57 | 01.25%                    | 01                       | أقل               | 4.49 | 100 – 84          | ممتاز               |
| 13.59                             | 12.31%                  | 08                       | 04.57             | 05.25 | 13.77%                    | 11                       | 4.49              | 5.13 | 67 – 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 29.23%                  | 19                       | 05.25             | 05.92 | 27.53%                    | 22                       | 5.13              | 5.77 | 50 – 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 40.00%                  | 26                       | 05.92             | 06.60 | 31.29%                    | 25                       | 5.77              | 6.41 | 33 – 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 15.38%                  | 10                       | 06.60             | 07.27 | 03.75%                    | 03                       | 6.41              | 7.05 | 16 – 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 00.00%                  | 00                       | 07.27             | 07.95 | 03.75%                    | 03                       | 7.05              | 7.69 | 00 – 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%                 | 65                       | المجموع           |       | %100                      | 65                       | المجموع           |      |                   |                     |

شكل بياني رقم (03) يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار السرعة.



عند تفرغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على النتائج التالية في اختبار السرعة ( 30 م ):

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 5.77 بانحراف معياري 0.64 ، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 5.72 بانحراف معياري 0.67. أما عن مستوى المجموعتان انحصر في المستوى الجيد و مقبول.تمثيل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في مستوى مقبول بـ 31.29% مما يعادل 25 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 27.53% مما يعادل 22 تلميذ، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 13.77% بـ 11 تلميذ، المستوى ضعيف وضعيف جدا كانت نسبته 3.75% ما يعادل 03 تلاميذ يليه المستوى ممتاز بـ 1.25% أي 01 تلميذ.

أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 40.00% في المستوى مقبول ما يعادل 26 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 29.23% بواقع 19 تلميذ ثم المستوى ضعيف بنسبة 15.38% بـ 10 تلاميذ أما المستوى جيد نسبته 12.31% أي 08 تلاميذ في حين المستوى ممتاز بنسبة 3.08% بـ 02 تلميذ أما المستوى ضعيف جدا فلم تسجل فيه أي حالة.

3. عرض و تحليل نتائج اختبار السرعة ( 30 م ) بالنسبة للأطفال المراهقين 14 سنة إناث

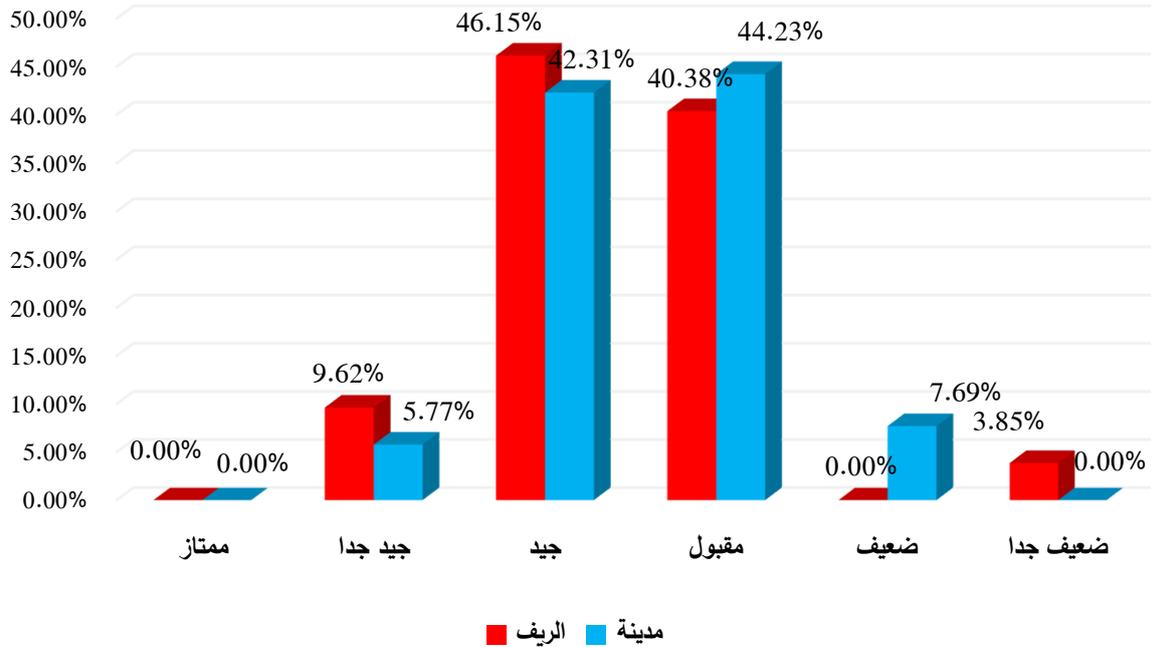
جدول (15) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار السرعة (30 م) حسب

المستويات المعيارية.



| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف |       |               |       | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                |                   | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-----------------------|-------|---------------|-------|-------------------------|--------------------------|----------------|-------------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري     |       | متوسط الحسابي |       | الانحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي  |                   |                   |                     |
|                                   | 00.58                 | 06.18 | 00.47         | 06.50 | الدرجة الخام (ثا)       | عدد التلاميذ في كل مستوى | النسبة المئوية | الدرجة الخام (ثا) |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                | 00    | أقل           | 05.02 | 00.00%                  | 00                       | أقل            | 05.56             | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 09.62%                | 05    | 05.02         | 05.60 | 05.77%                  | 03                       | 05.56          | 06.03             | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 46.15%                | 24    | 05.60         | 06.18 | 42.31%                  | 22                       | 06.03          | 06.50             | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 40.38%                | 21    | 06.18         | 06.76 | 44.23%                  | 23                       | 06.50          | 06.97             | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 00.00%                | 00    | 06.76         | 07.35 | 07.69%                  | 04                       | 06.97          | 07.44             | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 03.85%                | 02    | 07.35         | 07.93 | 00.00%                  | 00                       | 07.44          | 07.90             | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                  | 52    | المجموع       |       | %100                    | 52                       | المجموع        |                   |                   |                     |

شكل بياني رقم (04) يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث لريف و المدينة في اختبار السرعة.



عند تفريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على النتائج التالية في اختبار السرعة (30 م):

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 06.50 بانحراف معياري 00.47، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أقل مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 06.18 بانحراف معياري 0.58. أما عن مستوى المجموعتان انحصر في المستوى الجيد ومقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى مقبول بـ 44.23% مما يعادل 23 تلميذة ثم يليها المستوى جيد بنسبة 42.31% مما يعادل 22 تلميذات، ثم المستوى ضعيف بنسبة 07.69% بـ 04 تلميذات، أما عن المستوى جيد جدا فقدرت النسبة بـ 05.77% تمثل 03 تلميذات في حين لم تسجل أي حالة في كل من المستوى ممتاز وضعيف جدا.

أما عن توزيع مجموعة إناث الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 46.154% في المستوى جيد ما يعادل 24 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 40.38% بواقع 21 تلميذة ثم المستوى جيد بنسبة 09.62% بـ 05 تلميذات يليه المستوى ضعيف جدا بـ 03.85% أي تلميذتين في حين لم تسجل أي حالة في كل من المستوى ضعيف وممتاز.

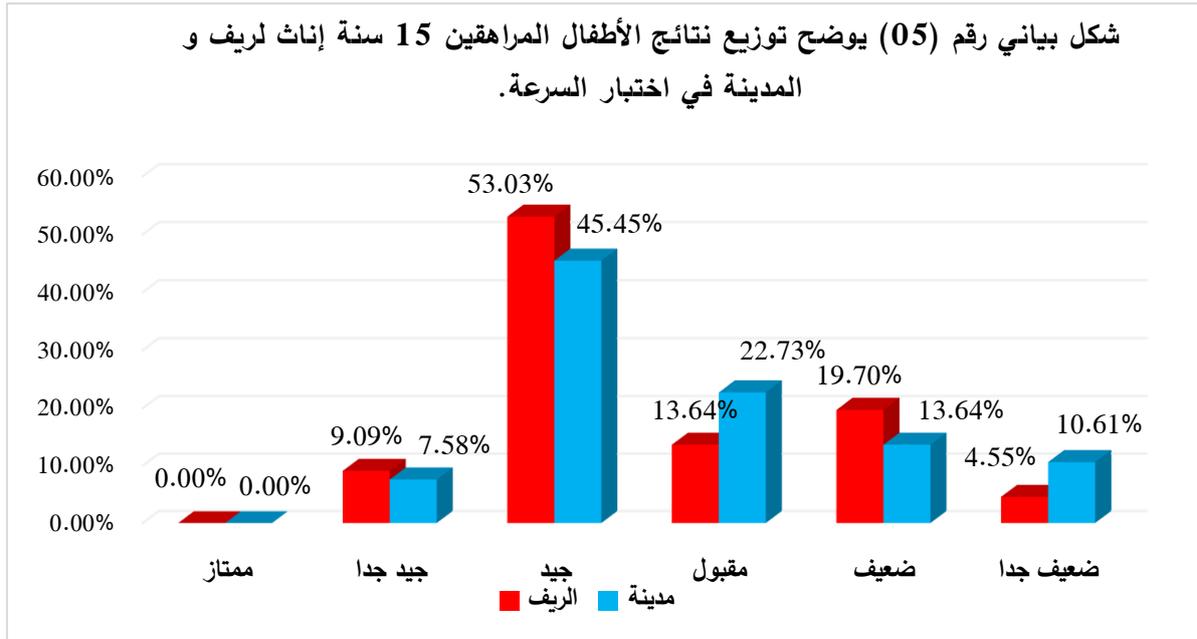
#### 4. عرض و تحليل نتائج اختبار السرعة ( 30 م ) بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة

##### إناث

جدول (16) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار السرعة حسب المستويات المعيارية.



| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف |                          |                     |       | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                     |       | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------|-------|-------------------------|--------------------------|---------------------|-------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإحراف المعياري 0.73 |                          | متوسط الحسابي 06.30 |       | الإحراف المعياري 00.81  |                          | متوسط الحسابي 06.27 |       |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية        | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (ثا)   |       | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (ثا)   |       |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                | 00                       | أقل                 | 04.84 | 00.00%                  | 00                       | أقل                 | 04.65 | 100 - 84          | ممتاز               |
| 13.59                             | 09.09%                | 06                       | 04.84               | 05.57 | 07.58%                  | 05                       | 04.65               | 05.46 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 53.03%                | 35                       | 05.57               | 06.30 | 45.45%                  | 30                       | 05.46               | 06.27 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 13.64%                | 09                       | 06.30               | 07.03 | 22.73%                  | 15                       | 06.27               | 07.08 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 19.70%                | 13                       | 07.03               | 07.76 | 13.64%                  | 09                       | 07.08               | 07.89 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 04.55%                | 03                       | 07.76               | 08.49 | 10.61%                  | 07                       | 07.89               | 08.70 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                  | 66                       | المجموع             |       | %100                    | 66                       | المجموع             |       |                   |                     |



عند تعريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار السرعة ( 30 م ):

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 6.27 بانحراف معياري 0.81 ، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 6.30 بانحراف معياري 0.73. أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى الجيد و مقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى جيد بـ 45.45 % مما يعادل 30 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 22.73 % مما يعادل 15 تلميذة، ثم المستوى ضعيف بنسبة 13.64 % بـ 09 تلميذات، أما عن المستوى ضعيف جدا فقدرت النسبة بـ 10.61 % تمثل 07 تلميذات و المستوى جيد جدا كانت نسبته 07.58 % ما يعادل 05 تلميذات أما المستوى ممتاز فلم تسجل فيه أي حالة.

أما عن توزيع مجموعة إناث الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 53.03 % في المستوى جيد ما يعادل 35 تلميذة ثم يليها المستوى ضعيف بنسبة 19.70 % بواقع 13 تلميذة ثم المستوى مقبول بنسبة 13.64 %

ب 09 تلميذات يليه المستوى جيد جدا ب 09.09 % أي 06 تلميذات بينما 03 تلميذات ذات مستوى ضعيف جدا تمثل 4.55 % في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ممتاز .

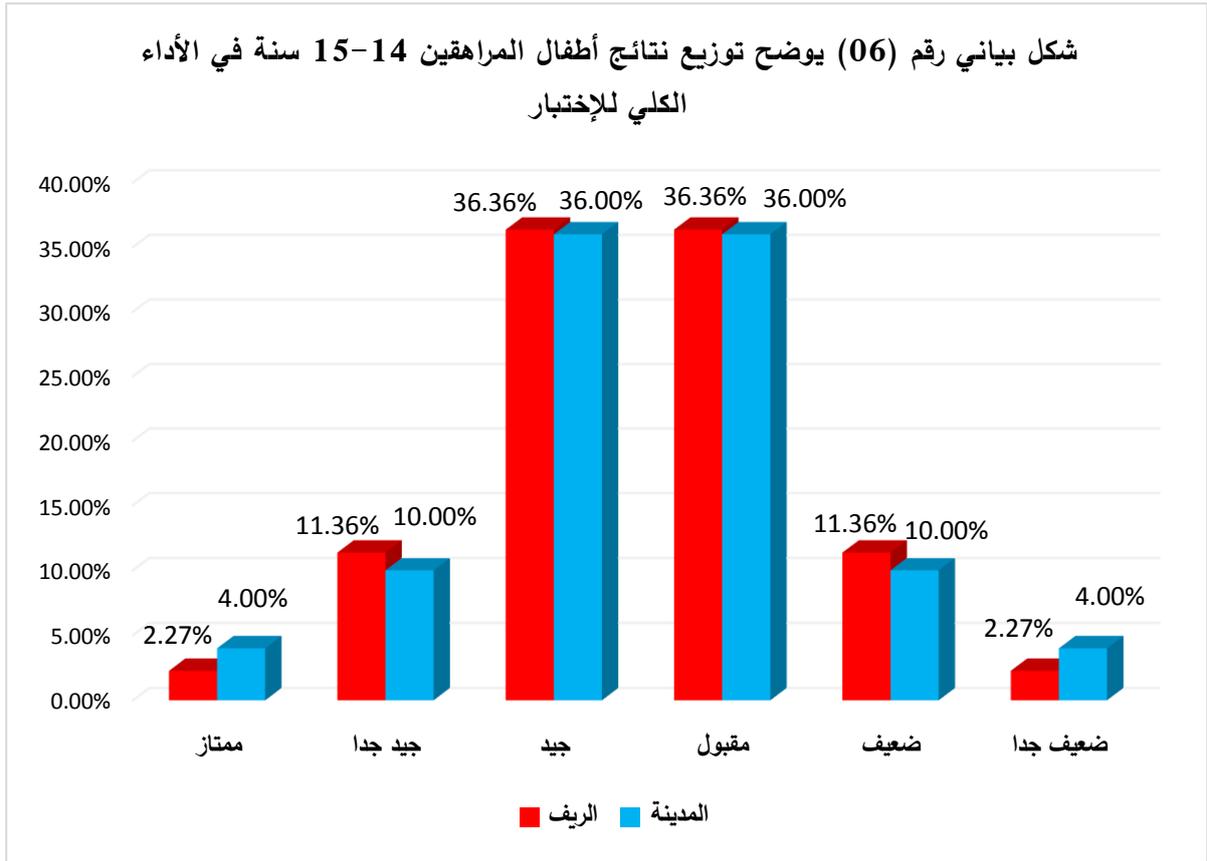
5. عرض و تحليل نتائج الأداء الكلي للاختبار السرعة بالنسبة للأطفال المراهقين 14-15 سنة

جدول رقم (17) يبين: توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية

حسب المستويات المعيارية.

( الأداء الكلي للاختبار السرعة 14-15 سنة )

| النسبة المقررة في المنحى الطبيعي | نتائج عينة الريف  |                          |               |                  | نتائج عينة المدينة |                |                          |                  | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|----------------------------------|-------------------|--------------------------|---------------|------------------|--------------------|----------------|--------------------------|------------------|-------------------|---------------------|
|                                  | الإنحراف المعياري |                          | متوسط الحسابي |                  | الإنحراف المعياري  |                | متوسط الحسابي            |                  |                   |                     |
|                                  | 04.99             | عدد التلاميذ في كل مستوى | 50.90         | الدرجة المعيارية | 03.23              | النسبة المئوية | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية |                   |                     |
| 02.14                            | 02.27%            | 5                        | 59.99         | 64.98            | 04.00%             | 9              | 56.47                    | 59.70            | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                            | 11.36%            | 26                       | 55.00         | 59.99            | 10.00%             | 22             | 53.23                    | 56.47            | - 84<br>67        | جيد جدا             |
| 34.13                            | 36.36%            | 83                       | 50.01         | 55.00            | 36.00%             | 82             | 50.00                    | 53.23            | - 67<br>50        | جيد                 |
| 34.13                            | 36.36%            | 83                       | 45.01         | 50.01            | 36.00%             | 82             | 46.77                    | 50.00            | - 50<br>33        | مقبول               |
| 13.59                            | 11.36%            | 26                       | 40.02         | 45.01            | 10.00%             | 22             | 43.53                    | 46.77            | - 33<br>16        | ضعيف                |
| 02.14                            | 02.27%            | 5                        | 35.03         | 36.60            | 04.00%             | 9              | 40.30                    | 43.53            | - 16<br>00        | ضعيف جدا            |
| 99.72                            | 100.00%           | 227                      | المجموع       |                  | %100               | 227            | المجموع                  |                  |                   |                     |



بعد ما تم تحويل القيم الخام إلى درجات معيارية ذات معنى ليسهل التعامل معها من خلال جمعها، حيث النتيجة المتحصل عليها تمثل الأداء الكلي للاختبار حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى عينة المدينة 50.00 و الانحراف المعياري 03.23 ، أما العينة ريف فكان المتوسط الحسابي أكبر مقارنة بذكور المدينة حيث سجلت 50.90 وانحراف معياري 04.99 و لمعرفة مدى إعتدالية نتائج عينة البحث من حيث التوزيع تم حساب معامل الالتواء حيث بلغت قيمته عند عينة المدينة (-0.22) أما لدى عينة الريف فكانت (-0.15) و بما أن كلتي القيمتين محصورتين بين  $\pm 3$  فإن هذا يعني أن البيانات تتوزع توزعا إعتداليا.

من خلال المعالجة الإحصائية تبين أن أعلى نسبة لعينة المدينة في الأداء الكلي للاختبار سجل في المستوى جيد ومقبول بـ 82 تلميذ تمثل 36% ثم يليها المستوى جيد جدا وضعيف بـ 22 تلميذ تمثل 10% أما عن المستوى ممتاز وضعيف جدا فتمثل في 04% أي 09 تلاميذ.

أما عن عينة الريف فكانت أعلى نسبة في المستوى جيد ومقبول بـ 83 تلميذ تمثل 36.36% ثم يليها المستوى جيد جدا وضعيف بـ 26 تلميذ تمثل 11.36% أما عن المستوى ممتاز وضعيف جدا فتمثل في 02.27% أي 05 تلاميذ.

## 2-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية :

تتضمن الفرضية الجزئية الثانية التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى الطور المتوسط ( 14-15) سنة في المدينة والريف لتأكد من هذه الفرضية قمنا بإجراء الاختبار التالي : اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل، والتي أسفرت على النتائج التالية:

1. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل بالنسبة

للأطفال المراهقين 14 سنة

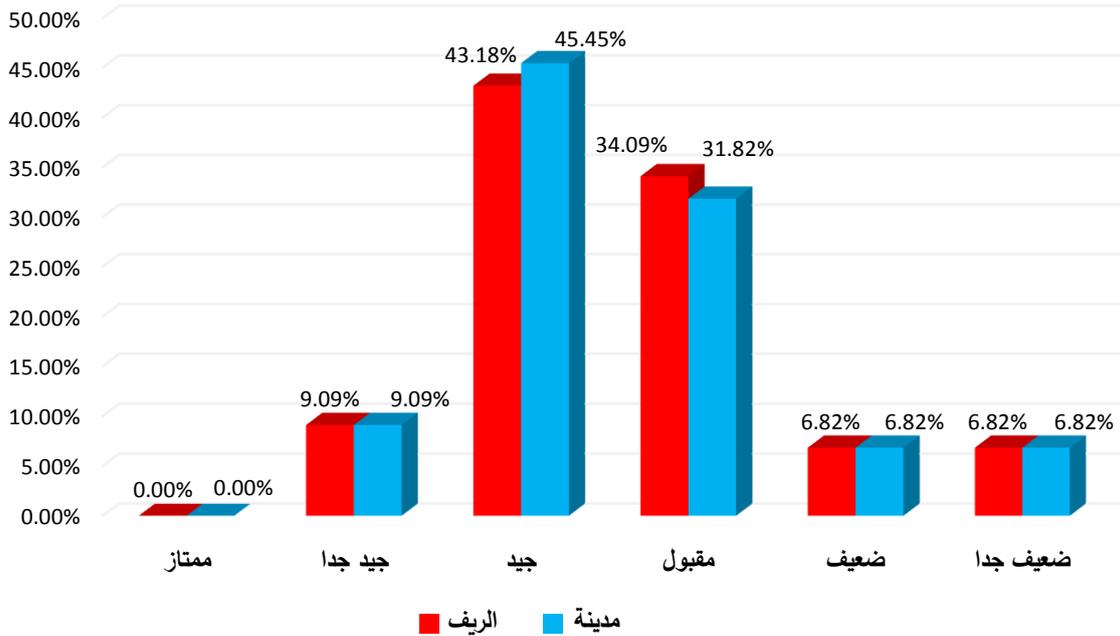
جدول (18) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار ثني ومد الذراعين حسب

المستويات المعيارية.



| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                      |               |                          | نتائج عينة الذكور المدينة |                      |               |       | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|----------------------|---------------|--------------------------|---------------------------|----------------------|---------------|-------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري       |                      | متوسط الحسابي |                          | الانحراف المعياري         |                      | متوسط الحسابي |       |                   |                     |
|                                   | 02.25                   |                      | 09.05         |                          | 03.71                     |                      | 08.70         |       |                   |                     |
| عدد التلاميذ في كل مستوى          | النسبة المئوية          | الدرجة الخام (تكرار) |               | عدد التلاميذ في كل مستوى | النسبة المئوية            | الدرجة الخام (تكرار) |               |       |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                  | 00                   | أكثر          | 13.55                    | 00.00%                    | 00                   | أكثر          | 15.91 | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 09.09%                  | 04                   | 13.55         | 11.30                    | 09.09%                    | 04                   | 15.91         | 12.22 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 43.18%                  | 19                   | 11.30         | 09.05                    | 45.45%                    | 20                   | 12.22         | 08.53 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 34.09%                  | 15                   | 09.05         | 06.79                    | 31.82%                    | 14                   | 08.53         | 04.84 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 06.82%                  | 03                   | 06.79         | 04.54                    | 06.82%                    | 03                   | 04.84         | 01.15 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 06.82%                  | 03                   | 04.54         | 02.29                    | 06.82%                    | 03                   | 01.15         | 00.54 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                    | 44                   | المجموع       |                          | %100                      | 44                   | المجموع       |       |                   |                     |

شكل بياني رقم (07) يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار ثني و مد الذراعين.



عند تفرغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على النتائج التالية في اختبار ثني ومد الذراعين:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 08.70 بانحراف معياري 03.71 أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 9.50 بانحراف معياري 2.25 أما عن مستوى المجموعتان انحصرتان في المستوى جيد و مقبول تمثيل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في مستوى جيد ب 45.45% مما يعادل 20 تلميذ ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 31.82% ما يعادل 14 تلاميذ، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 9.09% تمثل 04 تلاميذ في المقابل يأتي المستوى ضعيف و ضعيف جدا بنسبة 6.82% أي 03 تلاميذ أما المستوى ممتاز فلم تسجل فيه أي حالة.

أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 43.18% في المستوى جيد ما يعادل 19 تلميذ ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 34.09% بواقع 15 تلميذ ثم المستوى جيد جدا بنسبة 09.09% ب 04 تلاميذ والمستوى ضعيف و ضعيف جدا كانت نسبته 06.82% ما يعادل 03 تلاميذ في حين المستوى ممتاز فلم تسجل فيه أي حالة.

2. عرض و تحليل نتائج اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل بالنسبة

### للأطفال المراهقين 15 سنة

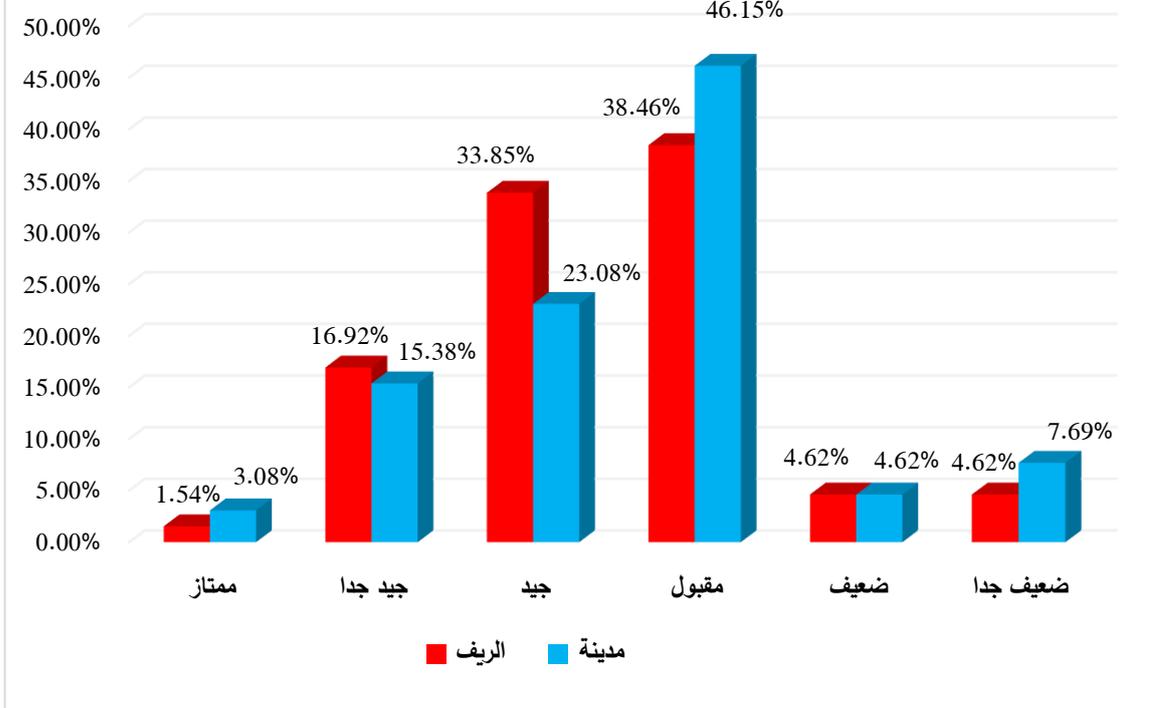
جدول (19) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار ثني ومد الذراعين حسب

المستويات المعيارية.



| النسبة المقررة في المنحذى الطبيعى | نتائج عينة الذكور الريف |                      |               |                           | نتائج عينة الذكور المدينة |                      |               |           | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|----------------------|---------------|---------------------------|---------------------------|----------------------|---------------|-----------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري       |                      | متوسط الحسابي |                           | الإنحراف المعياري         |                      | متوسط الحسابي |           |                   |                     |
|                                   | 02.00                   |                      | 08.94         |                           | 03.81                     |                      | 08.83         |           |                   |                     |
| عدد التلامذ يذ في كل مستو         | النسبة المئوية          | الدرجة الخام (تكرار) |               | عدد التلامذ يذ في كل مستو | النسبة المئوية            | الدرجة الخام (تكرار) |               |           |                   |                     |
| 02.14                             | 01.54%                  | 01                   | أكثر          | 12.9<br>4                 | 03.08<br>%                | 02                   | أكثر          | 16.4<br>5 | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 16.92%                  | 11                   | 12.9<br>4     | 10.9<br>4                 | 15.38<br>%                | 10                   | 16.4<br>5     | 12.6<br>4 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 33.85%                  | 22                   | 10.9<br>4     | 08.9<br>4                 | 23.08<br>%                | 15                   | 12.6<br>4     | 08.8<br>3 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 38.46%                  | 25                   | 08.9<br>4     | 06.9<br>4                 | 46.15<br>%                | 30                   | 08.8<br>3     | 05.0<br>2 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 04.62%                  | 03                   | 06.9<br>4     | 04.9<br>4                 | 04.62<br>%                | 03                   | 05.0<br>2     | 01.2<br>1 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 04.62%                  | 03                   | 04.9<br>4     | 02.9<br>4                 | 07.69<br>%                | 05                   | 01.2<br>1     | 0         | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00<br>%             | 65                   | المجموع       |                           | %100                      | 65                   | المجموع       |           |                   |                     |

شكل بياني رقم (08) يوضح توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور لريف و المدينة في اختبار ثني و مد الذراعين.



عند تعريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على النتائج التالية في اختبار ثني ومد الذراعين:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 08.83 بانحراف معياري 03.81 أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 8.94 بانحراف معياري 2.00 أما عن مستوى المجموعتان انحصرتان في المستوى جيد و مقبول تمثيل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في مستوى جيد بـ 45.45% مما يعادل 20 تلميذ ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 40.15% ما يعادل 30 تلميذ، ثم المستوى جيد بنسبة 30.08% تمثل 15 تلميذ في المقابل يأتي المستوى جيد بنسبة 15.38% أي 10 تلاميذ يليه المستوى ضعيف جدا بنسبة 07.69% أي 05 تلاميذ أما المستوى ضعيف فكانت النسبة مقدرة بـ 04.62% أي 03 تلاميذ يليه في الأخير المستوى ممتاز بنسبة 03.08% ما يعادل 02 تلميذ.

أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 38.46 % في المستوى مقبول ما يعادل 22 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 33.85% بواقع 22 تلميذ ثم المستوى جيد جدا بنسبة 16.92 % بـ 11 تلميذ والمستوى ضعيف وضعيف جدا كانت نسبته 04.62 % ما يعادل 03 تلاميذ في حين المستوى ممتاز سجل فيه 01 تلميذ بنسبة 1.54 %.

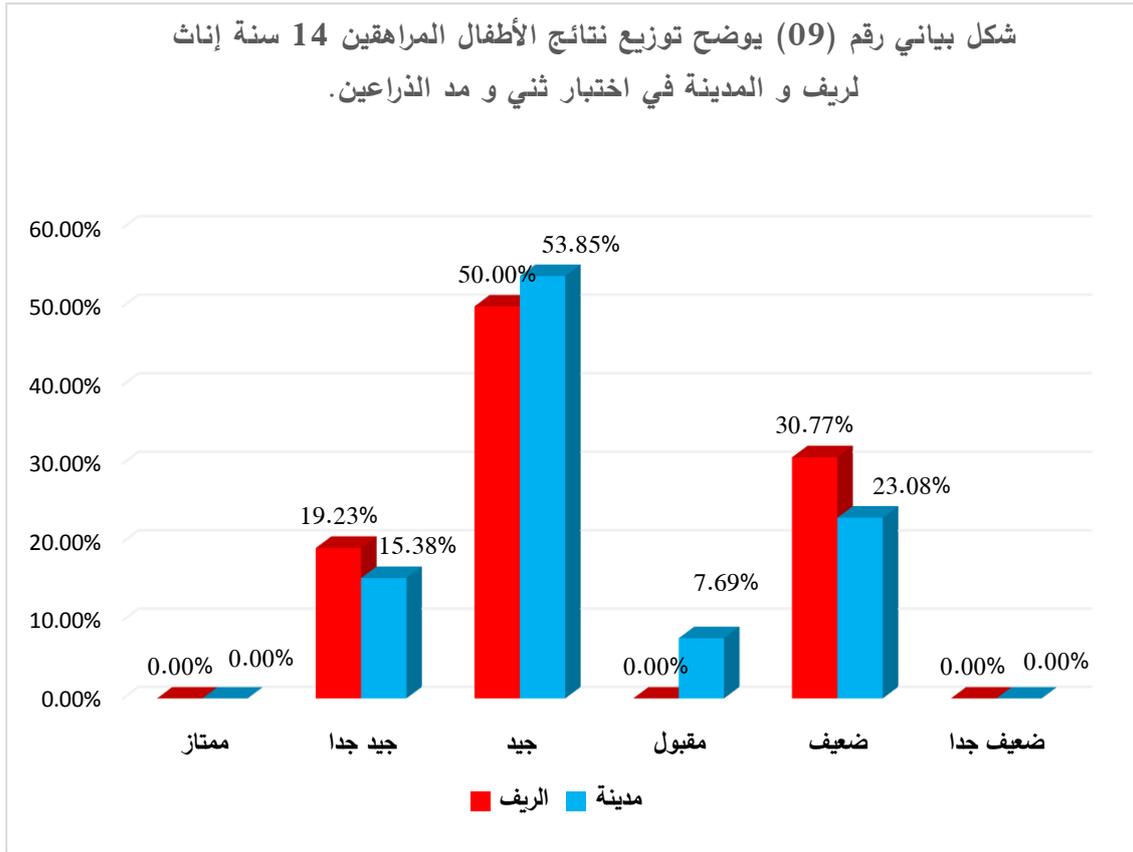
3. عرض و تحليل نتائج اختبار اختصار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل بالنسبة

للأطفال المراهقين 14 سنة إناث

جدول (20) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار ثني ومد الذراع ينحسب

المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف   |                          |                      |       | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                      |       | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|----------------------|-------|-------------------------|--------------------------|----------------------|-------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإحتراف المعياري 00.70 |                          | متوسط الحسابي 04.88  |       | الإحتراف المعياري 04.40 |                          | متوسط الحسابي 04.40  |       |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (تكرار) |       | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (تكرار) |       |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                  | 00                       | أكثر                 | 06.29 | 00.00%                  | 00                       | أكثر                 | 06.88 | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 19.23%                  | 10                       | 06.29                | 05.59 | 15.38%                  | 08                       | 06.88                | 05.64 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 50.00%                  | 26                       | 05.59                | 04.88 | 53.85%                  | 28                       | 05.64                | 04.40 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 00.00%                  | 00                       | 04.88                | 04.18 | 07.69%                  | 04                       | 04.40                | 03.16 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 30.77%                  | 16                       | 04.18                | 03.48 | 23.08%                  | 12                       | 03.16                | 01.92 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 00.00%                  | 00                       | 03.48                | 02.77 | 00.00%                  | 00                       | 01.92                | 00.68 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                    | 52                       | المجموع              |       | %100                    | 52                       | المجموع              |       |                   |                     |



عند تفرغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار ثني ومد الذراعين:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 04.40 بانحراف معياري 04.40، أما عينة الريف

فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 04.88 بانحراف معياري 00.70. أما

عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى الجيد. تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في

مستوى جيد بـ 53.85% مما يعادل 28 تلميذة ثم يليها المستوى ضعيف بنسبة 23.08% مما يعادل 12

تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 15.38% تمثل 08 تلميذات والمستوى مقبول كانت نسبته

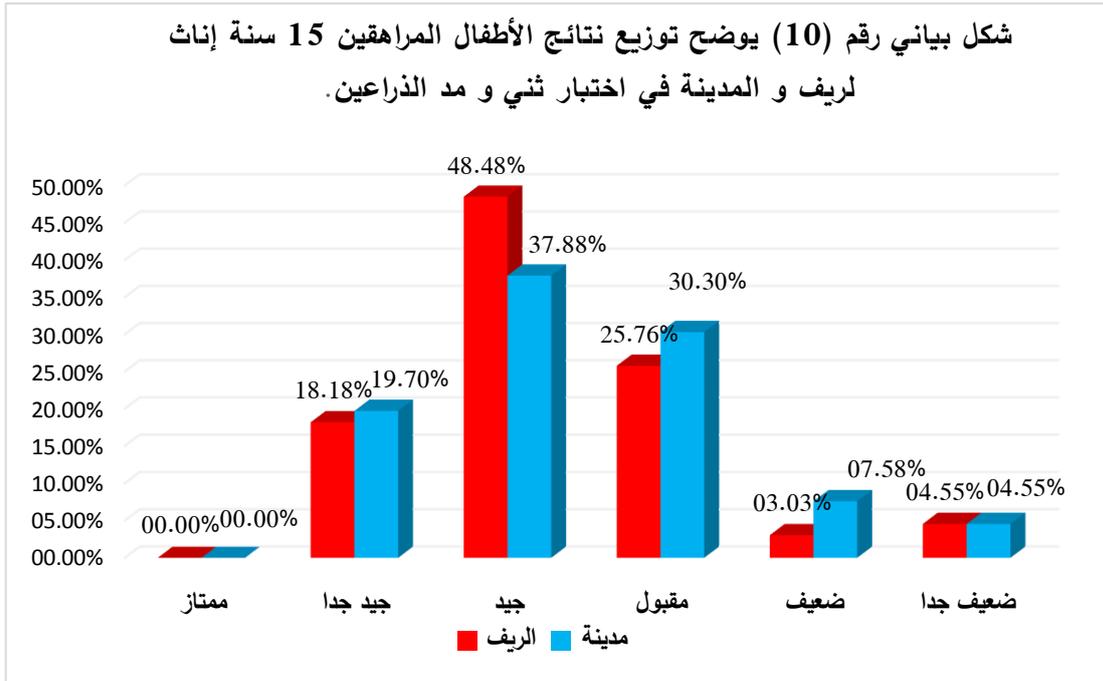
07.69% ما يعادل 04 تلميذات أما المستوى ممتاز وضعيف جدا فلم تسجل فيهما أي حالة.

% في المستوى جيد ما يعادل 26 50.00 أما عن توزيع مجموعة إناث الريف فأعلى نسبة مئوية كانت % 19.23 بواقع 16 تلميذة ثم المستوى جيد بنسبة 30.7 تلميذة ثم يليها المستوى ضعيف بنسبة 7 بـ 10 تلميذات في حين لم تسجل أي حالة في باقي المستويات.

4. عرض و تحليل نتائج اختبار اختصار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة إناث

جدول (21) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار ثني ومد الذراع ينحسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف  |                          |                      |       | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                      |       | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|------------------------|--------------------------|----------------------|-------|-------------------------|--------------------------|----------------------|-------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإحتراف المعياري 0.95 |                          | متوسط الحسابي 4.73   |       | الإحتراف المعياري 00.95 |                          | متوسط الحسابي 04.73  |       |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية         | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (تكرار) |       | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (تكرار) |       |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                 | 00                       | أكثر                 | 06.63 | 00.00%                  | 00                       | أكثر                 | 06.63 | 100 - 84          | ممتاز               |
| 13.59                             | 18.18%                 | 12                       | 06.63                | 05.68 | 19.70%                  | 13                       | 06.63                | 05.68 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 48.48%                 | 32                       | 05.68                | 04.73 | 37.88%                  | 25                       | 05.68                | 04.73 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 25.76%                 | 17                       | 04.73                | 03.77 | 30.30%                  | 20                       | 04.73                | 03.77 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 03.03%                 | 02                       | 03.77                | 02.82 | 07.58%                  | 05                       | 03.77                | 02.82 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 04.55%                 | 03                       | 02.82                | 01.87 | 04.55%                  | 03                       | 02.82                | 01.87 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                   | 66                       | المجموع              |       | %100                    | 66                       | المجموع              |       |                   |                     |



عند تفريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار ثني ومد الذراعين:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 4.73 بانحراف معياري 0.95 ، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي مساويا لعينة المدينة حيث سجلت 4.73 بانحراف معياري 0.95. أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى الجيد و المقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لإنات المدينة كان في مستوى جيد بـ 37.88% مما يعادل 25 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 30.30% مما يعادل 20 تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 19.70% تمثل 13 تلميذة والمستوى ضعيف كانت نسبته 7.58% ما يعادل 05 تلميذات في حين سجلت نسبة 4.55% في المستوى ضعيف جدا أي ما يعادل 03 تلميذات أما المستوى ممتاز فلم تسجل فيه أي حالة.

أما عن توزيع مجموعة إناث الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 48.48% في المستوى جيد ما يعادل 32 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 25.76% بواقع 17 تلميذة ثم المستوى جيد جدا بنسبة 18.18% بـ 12 تلميذة يليه المستوى ضعيف جدا بـ 4.55% أي 03 تلميذات بينما تلميذتين ذات مستوى ضعيف تمثل 4.08% في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ممتاز.

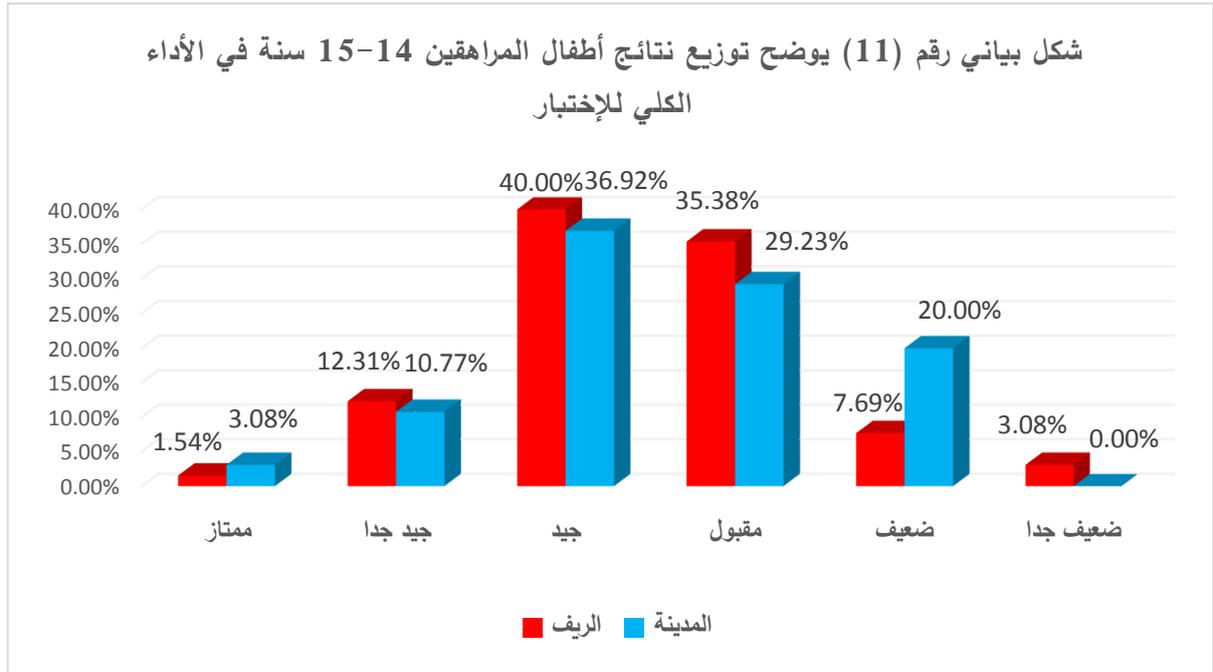
5. عرض و تحليل نتائج الأداء الكلي للاختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل

بالنسبة للأطفال المراهقين 14-15 سنة

جدول رقم (22) يبين: توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.

( الأداء الكلي للاختبار 14-15 سنة )

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الريف  |                          |                  |       | نتائج عينة المدينة |                          |                  |       | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------|--------------------------|------------------|-------|--------------------|--------------------------|------------------|-------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري |                          | متوسط الحسابي    |       | الانحراف المعياري  |                          | متوسط الحسابي    |       |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية    | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية |       | النسبة المئوية     | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية |       |                   |                     |
| 02.14                             | 01.54%            | 03                       | 58.85            | 63.30 | 03.08%             | 7                        | 60.28            | 65.42 | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 12.31%            | 28                       | 54.40            | 58.85 | 10.77%             | 24                       | 55.14            | 60.28 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 40.00%            | 91                       | 49.94            | 54.40 | 36.92%             | 84                       | 50.00            | 55.14 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 35.38%            | 81                       | 45.49            | 49.94 | 29.23%             | 67                       | 44.86            | 50.00 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 07.69%            | 17                       | 41.04            | 45.49 | 20.00%             | 45                       | 39.72            | 44.86 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 03.08%            | 07                       | 36.59            | 36.60 | 00.00%             | 00                       | 34.58            | 39.72 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%           | 227                      | المجموع          |       | %100               | 227                      | المجموع          |       |                   |                     |



بعد ما تم تحويل القيم الخام إلى درجات معيارية ذات معنى ليسهل التعامل معها من خلال جمعها، حيث النتيجة المتحصل عليها تمثل الأداء الكلي للاختبار حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى عينة المدينة 50.00 و الانحراف المعياري 05.14، أما عينة الريف فكان المتوسط الحسابي 49.94 و انحراف معياري 04.45 و لمعرفة مدى إعتدالية نتائج عينة البحث من حيث التوزيع تم حساب معامل الالتواء حيث بلغت قيمته عند عينة المدينة (0.70) أما لدى عينة الريف فكانت (-0.28) و بما أن كلتي القيمتين محصورتين بين  $\pm 3$  فإن هذا يعني أن البيانات تتوزع توزيعاً إعتدالياً.

من خلال المعالجة الإحصائية تبين أن أعلى نسبة لعينة المدينة في الأداء الكلي للاختبارات سجل في المستوى جيد 84 تلميذ تمثل 36.92% ثم يليها المستوى مقبول بـ 67 تلميذ تمثل 29.23% أما عن ضعيف فتمثل في 20.00% أي 45 تلميذ بينما 24 تلميذ ذو مستوى جيد جدا بـ 10.77% وممتاز بنسبة 3.08% تقدر بـ 07 تلاميذ في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ضعيف جدا.

أما عن عينة الريف فكانت أعلى نسبة في المستوى جيد بـ 91 تلميذ تمثل 40.00% ثم يليها المستوى مقبول بـ 81 تلميذ تمثل 35.38% و يأتي بعدها المستوى جيد جدا بنسبة 12.31% بـ 28

تلميذ ثم المستوى ضعيف بـ 07.69% أي 17 تلميذ، أما المستوى ضعيف جدا فتقدر نسبته بـ 3.08% أي 07 تلاميذ في حين سجل نسبة 1.54% في المستوى ممتاز كانت 03 تلاميذ.

### 1-3- عرض و تحليل نتائج الفرضية الثالثة:

تتضمن الفرضية الجزئية الثالثة التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى الطور المتوسط ( 14-

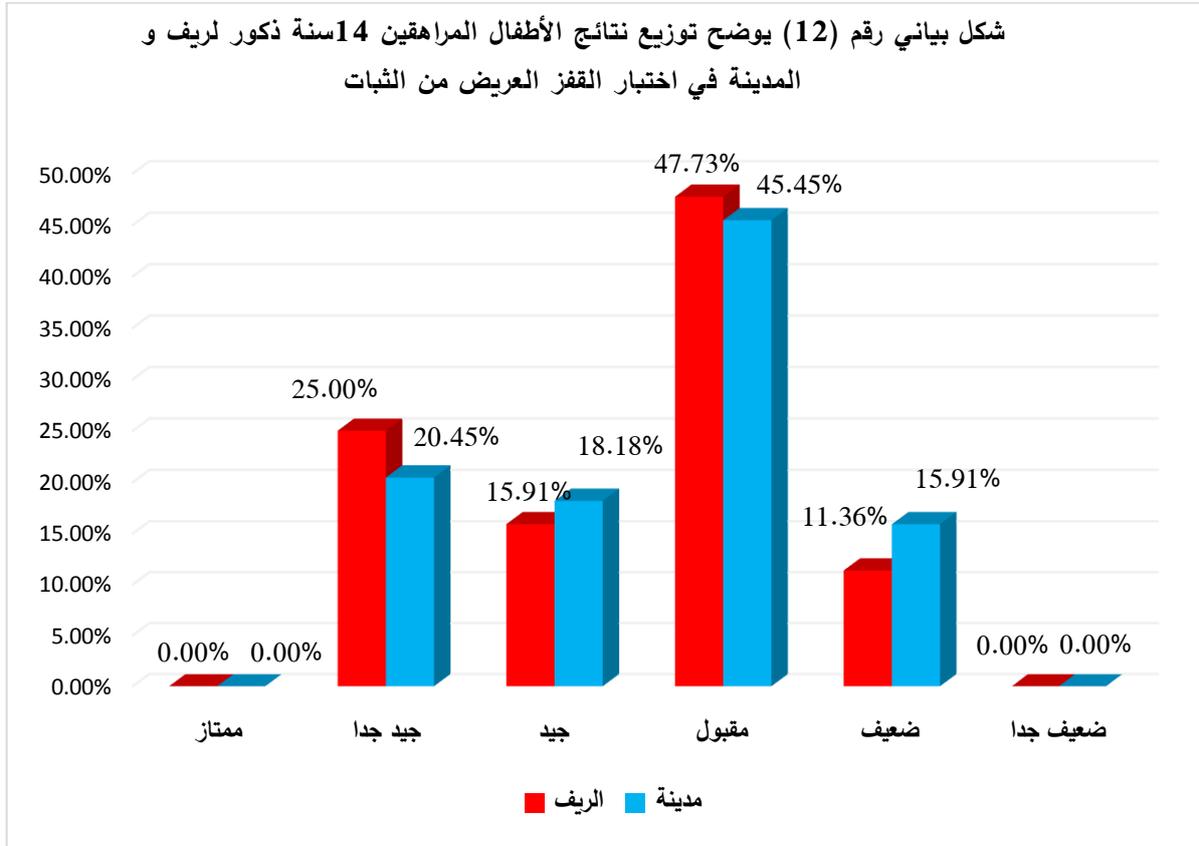
15) سنة في المدينة والريف لتأكد من هذه الفرضية قمنا بإجراء الاختبار التالي : القفز العريض من

الثبات.والتي أسفرت على النتائج التالية:

1. عرض و تحليل نتائج اختبار القفز العريض من الثبات بالنسبة للأطفال المراهقين 14 سنة

جدول (23) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار القفز العريض من الثبات حسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                          |                   |                | نتائج عينة الذكور المدينة |                   |                |            | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|----------------|---------------------------|-------------------|----------------|------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |                | الانحراف المعياري         |                   | متوسط الحسابي  |            |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) | النسبة المئوية | عدد التلاميذ في كل مستوى  | الدرجة الخام (سم) | النسبة المئوية |            |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                  | 00                       | أكثر              | 211.55         | 00.00%                    | 00                | أكثر           | 200.9<br>4 | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 25.00%                  | 11                       | 211.55            | 187.12         | 20.45%                    | 09                | 200.9<br>4     | 172.4<br>4 | - 84<br>67        | جيد جدا             |
| 34.13                             | 15.91%                  | 07                       | 187.12            | 162.70         | 18.18%                    | 08                | 172.4<br>4     | 143.9<br>4 | - 67<br>50        | جيد                 |
| 34.13                             | 47.73%                  | 21                       | 162.70            | 138.28         | 45.45%                    | 20                | 143.9<br>4     | 115.4<br>4 | - 50<br>33        | مقبول               |
| 13.59                             | 11.36%                  | 05                       | 138.28            | 113.86         | 15.91%                    | 07                | 115.4<br>4     | 86.94      | - 33<br>16        | ضعيف                |
| 02.14                             | 00.00%                  | 00                       | 113.86            | 89.44          | 00.00%                    | 00                | 86.94          | 58.44      | - 16<br>00        | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                    | 44                       | المجموع           |                | %100                      | 44                | المجموع        |            |                   |                     |



عند تعريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبارا لقفز العريض من الثبات:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 145.15 بانحراف معياري 26.29 أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 159.63 بانحراف معياري 24.42 أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى جيد جدا و مقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في مستوى مقبول بـ 47.63% مما يعادل 21 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 25% مما يعادل 11 تلميذ، ثم المستوى جيد بنسبة 15.91% تمثل 07 تلاميذ ثم المستوى ضعيف بنسبة 11.36% ما يعادل 07 تلاميذ في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ممتاز وضعيف جدا.

أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 39.62% في المستوى جيد ما يعادل 21 تلميذ ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 26.42% بواقع 14 تلميذ ثم المستوى جيد جدا بنسبة

13.21% بـ 07 تلاميذ يليه المستوى ضعيف بنسبة 11.32% ما يعادل 05 تلاميذ في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ممتاز وضعيف جدا.

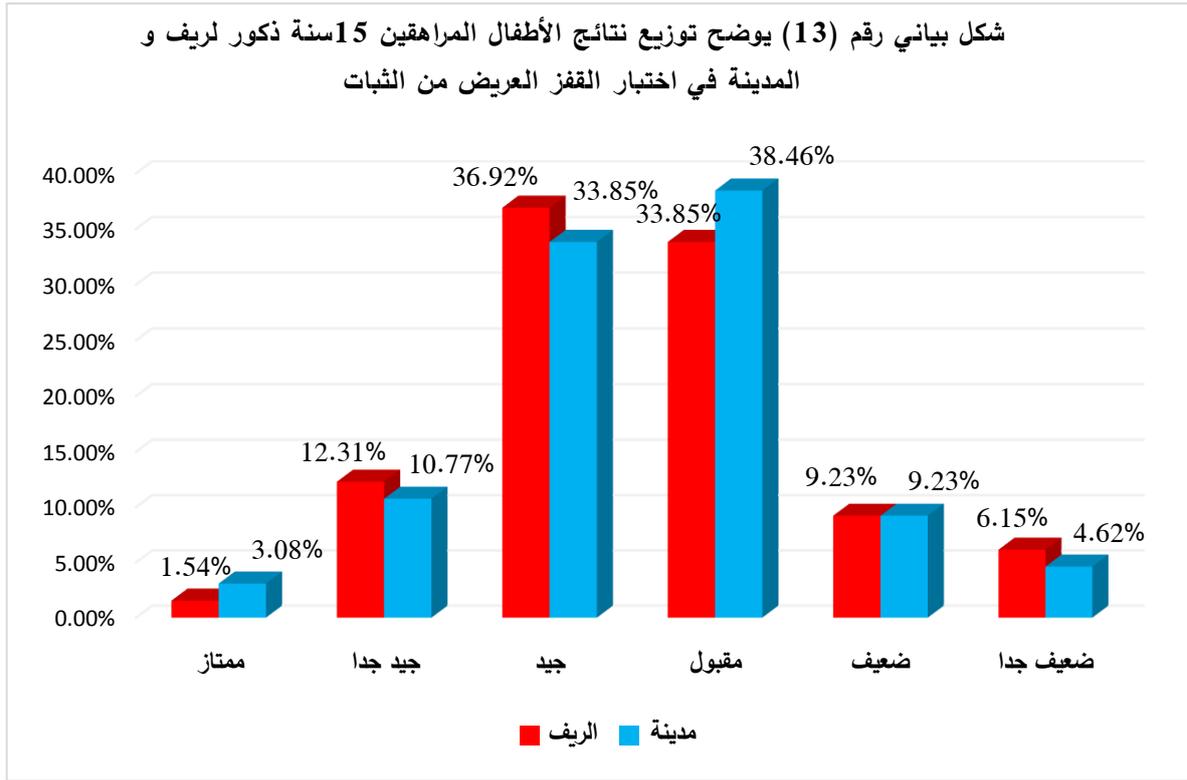
## 2. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبارا لقفز العريض من الثبات بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة

سنة

جدول (24) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار القفز العريض من الثبات

حسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                          |                   |        | نتائج عينة الذكور المدينة |                          |                   |        | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|--------|---------------------------|--------------------------|-------------------|--------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإلتحاف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |        | الإلتحاف المعياري         |                          | متوسط الحسابي     |        |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) |        | النسبة المئوية            | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) |        |                   |                     |
| 02.14                             | 01.54%                  | 01                       | أكثر              | 224.72 | 03.08%                    | 02                       | أكثر              | 234.79 | 84 - 100          | ممتاز               |
| 13.59                             | 12.31%                  | 08                       | 224.72            | 196.27 | 10.77%                    | 07                       | 234.79            | 200.97 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 36.92%                  | 24                       | 196.27            | 196.27 | 33.85%                    | 22                       | 200.97            | 167.15 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 33.85%                  | 22                       | 167.83            | 139.39 | 38.46%                    | 25                       | 167.15            | 133.33 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 09.23%                  | 06                       | 139.39            | 110.94 | 09.23%                    | 06                       | 133.33            | 99.51  | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 06.15%                  | 04                       | 110.94            | 82.50  | 04.62%                    | 03                       | 99.51             | 65.69  | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%                 | 65                       | المجموع           |        | %100                      | 65                       | المجموع           |        |                   |                     |



عند تعريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبارا لقفز العريض من الثبات:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 167.15 بانحراف معياري 33.82 أما عينة الريف

فكان متوسطها الحسابي أكبر بقليل مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 167.83 بانحراف معياري 28.44

أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى جيد و مقبول.تمثل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة

كان في مستوى مقبول بـ 38.46% مما يعادل 25 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 33.85% مما

يعادل 22 تلميذ، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 10.77% تمثل 07 تلاميذ ثم المستوى ضعيف بنسبة

09.23% ما يعادل 06 تلاميذ يليه المستوى ضعيف جدا بنسبة 04.62% أي 03 تلاميذ في حين

المستوى ممتاز سجلت فيه 02 تلميذ بـ 03.08%.

أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 36.92% في المستوى جيد ما

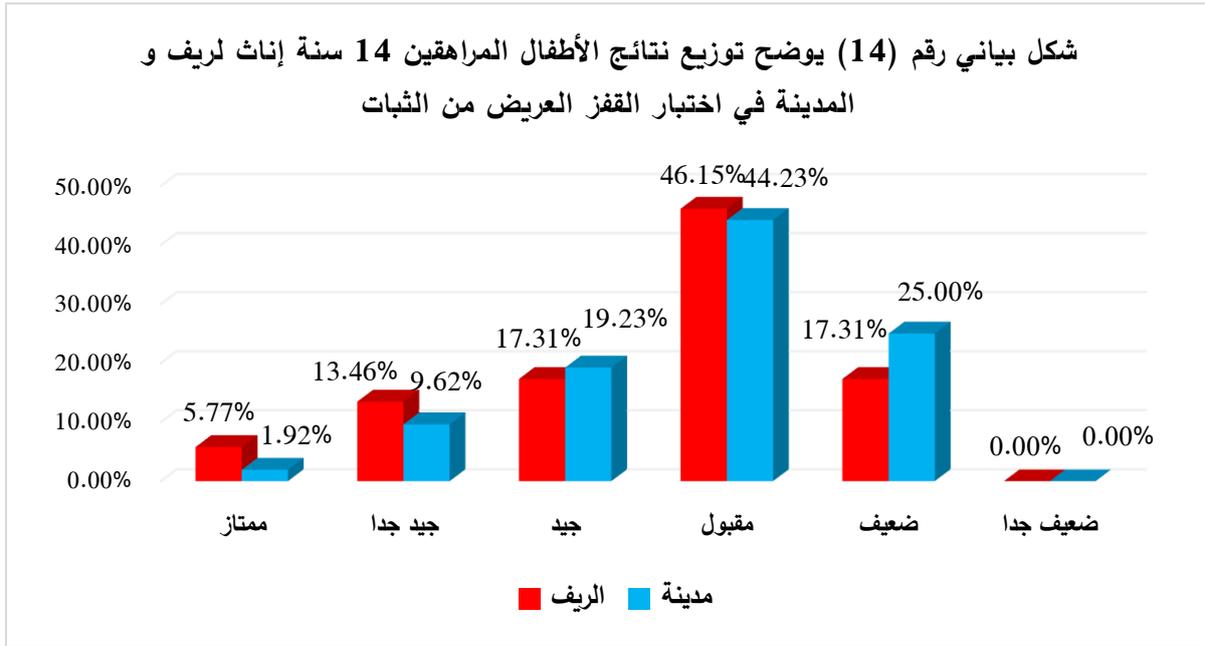
يعادل 24 تلميذ ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 33.85% بواقع 22 تلميذ ثم المستوى جيد جدا بنسبة

12.31% بـ 08 تلاميذ يليه المستوى ضعيف بنسبة 09.23% ما يعادل 06 يليه المستوى ضعيف جدا بـ 06.15% أي 04 تلاميذ يأتي في الأخير المستوى ممتاز بتلميذ واحد أي 1.54%.

3. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبارا لقفز العريض من الثبات بالنسبة للأطفال المراهقين 14 سنة إناث

جدول (25) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار القفز العريض من الثبات حسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف |                          |                     |               | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                   |               | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------|---------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري     |                          | متوسط الحسابي       |               | الانحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |               |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية        | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام ((سم)) | متوسط الحسابي | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) | متوسط الحسابي |                   |                     |
| 02.14                             | 05.77%                | 03                       | أكثر                | 188.56        | 01.92%                  | 01                       | أكثر              | 154.57        | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 13.46%                | 07                       | 188.56              | 169.62        | 09.62%                  | 05                       | 154.57            | 136.92        | - 84<br>67        | جيد جدا             |
| 34.13                             | 17.31%                | 09                       | 169.62              | 150.67        | 19.23%                  | 10                       | 136.92            | 119.27        | - 67<br>50        | جيد                 |
| 34.13                             | 46.15%                | 24                       | 150.67              | 131.73        | 44.23%                  | 23                       | 119.27            | 101.62        | - 50<br>33        | مقبول               |
| 13.59                             | 17.31%                | 09                       | 131.73              | 112.78        | 25.00%                  | 13                       | 101.62            | 83.96         | - 33<br>16        | ضعيف                |
| 02.14                             | 00.00%                | 00                       | 112.78              | 93.84         | 00.00%                  | 00                       | 83.96             | 66.31         | - 16<br>00        | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                  | 52                       | المجموع             |               | %100                    | 52                       | المجموع           |               |                   |                     |



عند تعريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبارا لقفز العريض من الثبات:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 119.27 بانحراف معياري 17.65، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 150.67 بانحراف معياري 18.95. أما عن مستوى المجموعتان انحصر في المستوى جيد ومقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى مقبول بـ 44.23% مما يعادل 23 تلميذة ثم يليها المستوى ضعيف بنسبة 25.00% مما يعادل 13 تلميذة، ثم المستوى جيد بنسبة 19.23% تمثل 10 تلميذات يليه المستوى جيد جدا بنسبة 9.62% ما يعادل 05 تلميذات في حين سجلت تلميذة واحدة في المستوى ممتاز بـ 1.92% بينما المستوى ضعيف جدا لم تسجل فيه أي حالة.

بينما أعلى نسبة مئوية لإناث الريف كان في مستوى مقبول بـ 46.15% مما يعادل 24 تلميذة ثم يليها المستوى جيد ومقبول بنسبة 17.31% مما يعادل 09 تلميذات، ثم المستوى جيد جدا بنسبة

13.46% تمثل 07 تلميذات يليه المستوى ممتاز بنسبة 05.77% ما يعادل 03 تلميذات في حين لم

تسجل أي حالة في مستوى ضعيف جدا

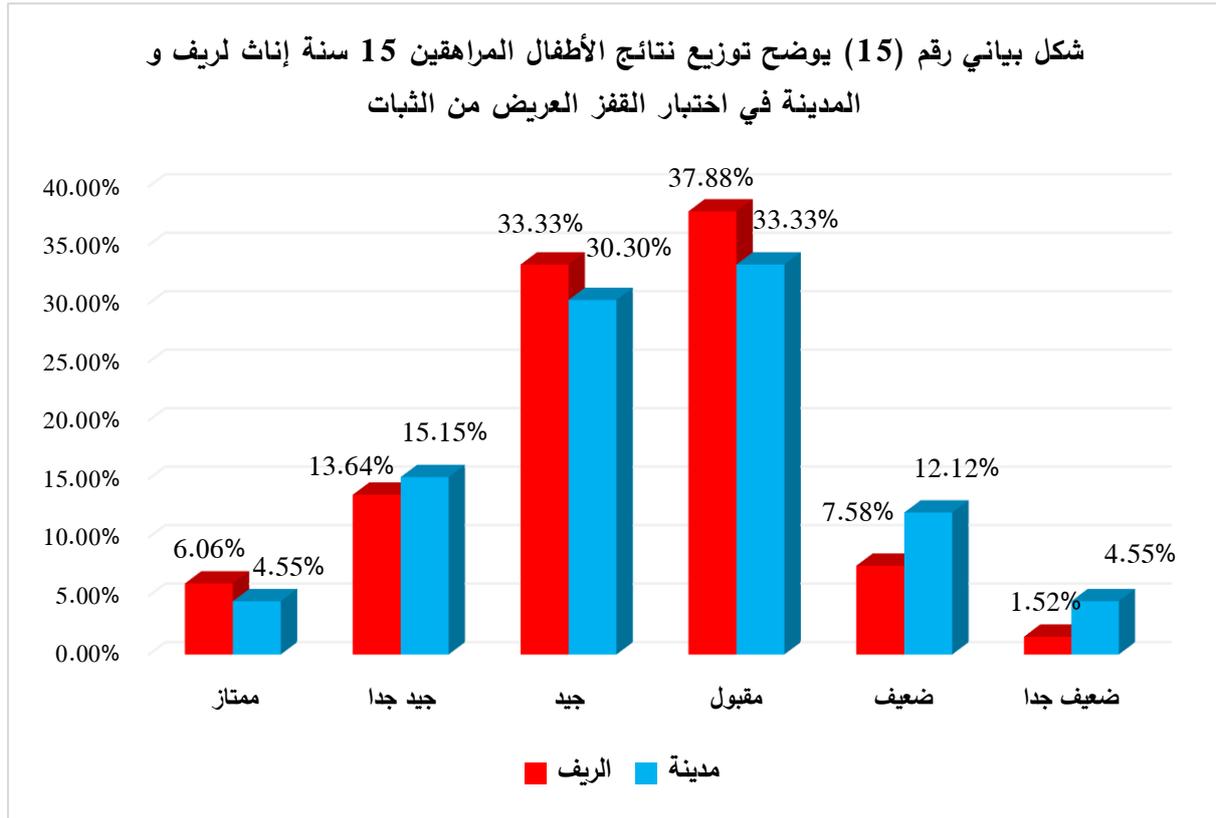
4. عرض و تحليل نتائج اختبار القفز العريض من الثبات بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة

إناث

جدول (26) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار القفز العريض من الثبات

حسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف  |                          |                      |        | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                      |        | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|------------------------|--------------------------|----------------------|--------|-------------------------|--------------------------|----------------------|--------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإحتراف المعياري 17.3 |                          | متوسط الحسابي 153.94 |        | الإحتراف المعياري 23.03 |                          | متوسط الحسابي 118.85 |        |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية         | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم)    |        | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم)    |        |                   |                     |
| 02.14                             | 06.06%                 | 04                       | أكثر                 | 188.54 | 04.55%                  | 03                       | أكثر                 | 164.91 | 84 - 100          | ممتاز               |
| 13.59                             | 13.64%                 | 09                       | 188.54               | 171.24 | 15.15%                  | 10                       | 164.91               | 141.88 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 33.33%                 | 22                       | 171.24               | 153.94 | 30.30%                  | 20                       | 141.88               | 118.85 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 37.88%                 | 25                       | 153.94               | 136.64 | 33.33%                  | 22                       | 118.85               | 95.82  | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 07.58%                 | 05                       | 136.64               | 119.34 | 12.12%                  | 08                       | 95.82                | 72.79  | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 01.52%                 | 01                       | 119.34               | 102.04 | 04.55%                  | 03                       | 72.79                | 49.76  | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                   | 66                       | المجموع              |        | %100                    | 66                       | المجموع              |        |                   |                     |



عند تفرغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على النتائج التالية في اختبارا لقفز العريض من الثبات:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 118.85 بانحراف معياري 23.3 ، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 153.94 بانحراف معياري 17.3. أما عن مستوى المجموعتان انحصرتان في المستوى جيد و مقبول .تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى مقبول بـ 33.33% مما يعادل 22 تلميذة ثم يليها المستوى جيد بنسبة 30.30% مما يعادل 20 تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 15.15% تمثل 10 تلميذات يليه المستوى ضعيف بنسبة 12.12% ما يعادل 08 تلميذات في حين سجل في المستوى ممتاز بـ 4.55% أي 03 تلميذات.

بينما أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى مقبول بـ 37.88% مما يعادل 25 تلميذة ثم يليها المستوى جيد بنسبة 33.33% مما يعادل 22 تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 13.64%

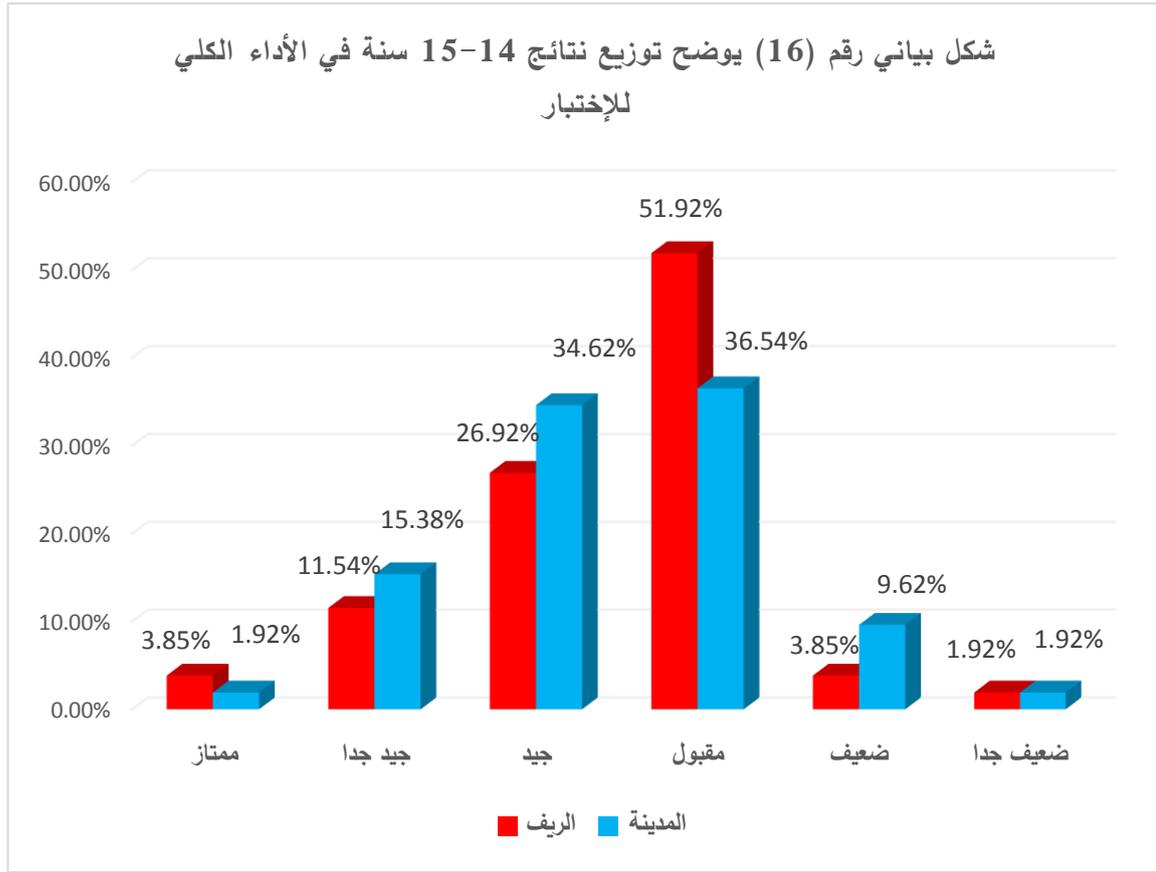
% تمثل 09 تلميذات يليه المستوى ضعيف بنسبة 7.58% ما يعادل 05 تلميذات بينما المستوى ممتاز سجلت فيه نسبة 06.06 % أي 04 تلميذات في حين سجلت تلميذة واحدة في المستوى ضعيف جدا بـ 2.04 %.

### 5. عرض و تحليل نتائج الأداء الكلي للاختبار القفز العريض من الثبات بالنسبة 14-15 سنة

جدول رقم (27) يبين: توزيع نتائج إناث 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.

#### ( الأداء الكلي للاختبارات 14-15 سنة )

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الريف  |                          |                  |                  | نتائج عينة المدينة |                          |                  |                  | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------|--------------------------|------------------|------------------|--------------------|--------------------------|------------------|------------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري |                          | متوسط الحسابي    |                  | الإنحراف المعياري  |                          | متوسط الحسابي    |                  |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية    | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية | الدرجة المعيارية | النسبة المئوية     | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية | الدرجة المعيارية |                   |                     |
| 02.14                             | 03.85%            | 09                       | 59.46            | 64.19            | 01.92%             | 04                       | 58.13            | 62.20            | 100 - 84          | ممتاز               |
| 13.59                             | 11.54%            | 26                       | 54.73            | 59.46            | 15.38%             | 35                       | 54.07            | 58.13            | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 26.92%            | 61                       | 50.00            | 54.73            | 34.62%             | 79                       | 50.00            | 54.07            | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 51.92%            | 118                      | 45.27            | 50.00            | 36.54%             | 83                       | 45.93            | 50.00            | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 03.85%            | 09                       | 40.54            | 45.27            | 09.62%             | 22                       | 41.87            | 45.93            | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 01.92%            | 04                       | 35.81            | 36.60            | 01.92%             | 04                       | 37.80            | 41.87            | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%           | 227                      | المجموع          |                  | %100               | 227                      | المجموع          |                  |                   |                     |



بعد ما تم تحويل القيم الخام إلى درجات معيارية ذات معنى ليسهل التعامل معها من خلال جمعها، حيث النتيجة المتحصل عليها تمثل الأداء الكلي للاختبار حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى عينة المدينة 50.00 و الانحراف المعياري 04.07 ، أما عينة الريف فكان المتوسط الحسابي مساوي عينة المدينة حيث سجلت 50.00 وانحراف معياري 04.72 و لمعرفة مدى إعتدالية نتائج عينة البحث من حيث التوزيع تم حساب معامل الالتواء حيث بلغت قيمته عند عينة المدينة (0.45) أما لدى عينة الريف فكانت (0.53) و بما أن كلتي القيمتين محصورتين بين  $\pm 3$  فإن هذا يعني أن البيانات تتوزع توزيعاً إعتدالياً.

من خلال المعالجة الإحصائية تبين أن أعلى نسبة عينة المدينة في الأداء الكلي للاختبار سجل في المستوى مقبول بـ 83 تلميذ تمثل 36.54% ثم يليها المستوى جيد بـ 79 تلميذ تمثل 34.62% بينما 35 تلميذ نو مستوى جيد جدا بنسبة 15.38% أما في المستوى ضعيف فتمثل في 9.62% أي 22 تلميذ في حين سجلت نسبة 1.96% في المستوى ممتاز و ضعيف جدا بـ 04 تلميذ.



أما عن عينة الريف فكانت أعلى نسبة في المستوى مقبول بـ 118 تلميذ تمثل 51.92% ثم يليها المستوى جيد بـ 61 تلميذ تمثل 26.92% أما عن جيد جداً فتمثل في 11.54% أي 26 تلميذ، أما المستوى ممتاز و ضعيف فكانت النسبة 03.85% بـ 09 تلميذ أما عن المستوى ضعيف جداً فتمثل في 1.92% أي 04 تلاميذ.

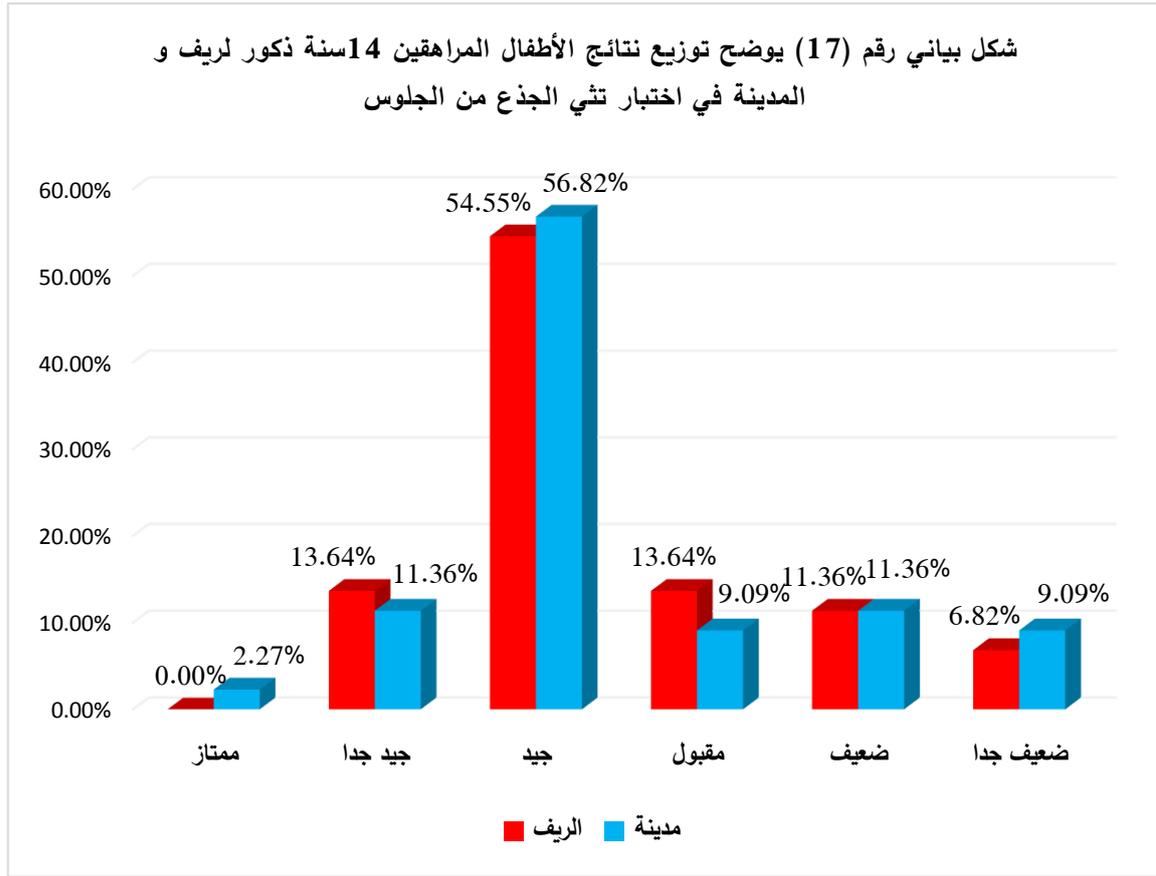
## 1-4- عرض و تحليل نتائج الفرضية الرابعة:

تتضمن الفرضية الجزئية الرابعة التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى الطور المتوسط ( 14-15) سنة في المدينة والريف لتأكد من هذه الفرضية قمنا بإجراء الإختبار التالي اختبار قياس مرونة الجذع.والتي أسفرت على النتائج التالية:

## 1. عرض و تحليل نتائج اختبار ثني الجذع من الجلوس بالنسبة للأطفال المراهقين 14 سنة

جدول (28) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقرة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                          |                     |        | نتائج عينة الذكور المدينة |                          |                     |        | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|----------------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------|--------|---------------------------|--------------------------|---------------------|--------|-------------------|---------------------|
|                                  | الإنحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي       |        | الإنحراف المعياري         |                          | متوسط الحسابي       |        |                   |                     |
|                                  | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام ( سم ) | أكثر   | النسبة المئوية            | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام ( سم ) | أكثر   |                   |                     |
| 02.14                            | 00.00%                  | 00                       | 13.68               | أكثر   | 02.27%                    | 01                       | 21.10               | أكثر   | 100 - 84          | ممتاز               |
| 13.59                            | 13.64%                  | 06                       | 05.92               | 13.68  | 11.36%                    | 05                       | 10.68               | 21.10  | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                            | 54.55%                  | 24                       | -01.84              | 05.92  | 56.82%                    | 25                       | 00.26               | 10.68  | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                            | 13.64%                  | 06                       | -09.60              | -01.84 | 09.09%                    | 04                       | -10.16              | 00.26  | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                            | 11.36%                  | 05                       | -17.36              | -09.60 | 11.36%                    | 05                       | -20.58              | -10.16 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                            | 06.82%                  | 03                       | -25.12              | -17.36 | 09.09%                    | 04                       | -31.00              | -20.58 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                            | 100%                    | 44                       | المجموع             |        | %100                      | 44                       | المجموع             |        |                   |                     |



عند تفريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار تثني الجذع من الجلوس:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 00.59 بانحراف معياري 09.86 أما عينة الريف

فكان متوسطها الحسابي أقل مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 01.84- بانحراف معياري 07.76. أما

عن مستوى المجموعتين أنحصر في المستوى جيد. تمثل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في

مستوى جيد ب 56.82% مما يعادل 25 تلميذ ثم يليها المستوى جيد جدا و ضعيف بنسبة 11.36% مما

يعادل 05 تلاميذ، ثم المستوى مقبول و ضعيف جدا بنسبة 09.09% تمثل 04 تلاميذ في الأخير

المستوى ممتاز بنسبة 02.27% ما يعادل 01 تلميذ.

أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 54.55% في المستوى جيد ما

يعادل 24 تلميذ ثم يليها المستوى جيد جدا ومقبول بنسبة 13.64% بواقع 06 تلاميذ ثم المستوى ضعيف

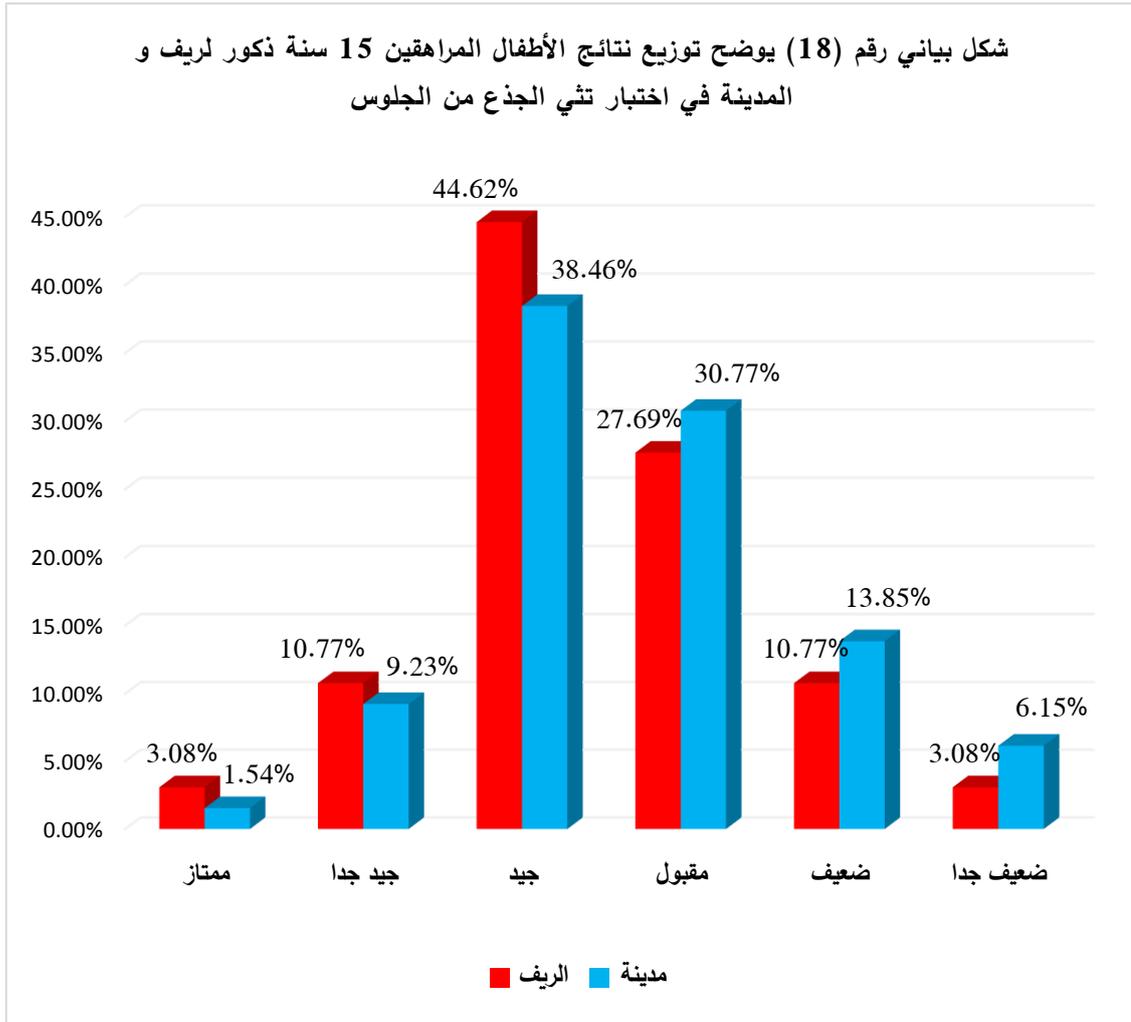
بنسبة 11.36% بـ 05 تلاميذ والمستوى ضعيف جدا كانت نسبته 6.82% ما يعادل 03 تلاميذ في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ممتاز.

## 2. عرض و تحليل نتائج اختبار ثني الجذع من الجلوس بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة

جدول (29) : توزيع نتائج المراهقين 15 سنة ذكور في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب

### المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                          |                   |        | نتائج عينة الذكور المدينة |                          |                   |            | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|--------|---------------------------|--------------------------|-------------------|------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |        | الإنحراف المعياري         |                          | متوسط الحسابي     |            |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) | أكثر   | النسبة المئوية            | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) | أكثر       |                   |                     |
| 02.14                             | 03.08%                  | 02                       | 14.89             | أكثر   | 01.54%                    | 01                       | 17.26             | أكثر       | 100 - 84          | ممتاز               |
| 13.59                             | 10.77%                  | 07                       | 14.89             | 07.14  | 09.23%                    | 06                       | 17.26             | 08.02      | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 44.62%                  | 29                       | 07.14             | -00.62 | 38.46%                    | 25                       | 08.02             | -<br>01.22 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 27.69%                  | 18                       | -00.62            | -08.37 | 30.77%                    | 20                       | -01.22            | -<br>10.46 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 10.77%                  | 07                       | -08.37            | -16.12 | 13.85%                    | 09                       | -10.46            | -<br>19.70 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 03.08%                  | 02                       | -16.12            | -23.87 | 06.15%                    | 04                       | -19.70            | -<br>28.94 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                    | 65                       | المجموع           |        | %100                      | 65                       | المجموع           |            |                   |                     |



عند تعريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار تثي الجذع من الجلوس:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 1.22- بانحراف معياري 09.24 أما عينة الريف

فكان متوسطها الحسابي أقل مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 00.62- بانحراف معياري 07.75. أما

عن مستوى المجموعتين انحصر في المستوى جيد ومقبول. تمثيل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان

في مستوى جيد ب 38.46% مما يعادل 25 تلميذ ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 30.77% مما يعادل

20 تلميذ، ثم المستوى ضعيف بنسبة 13.85 % تمثل 09 تلميذ ثم المستوى جيد جدا بنسبة 09.23

% ما يعادل 06 تلاميذ يليه المستوى ضعيف جدا بنسبة 06.15 % أي 04 تلاميذ في حين المستوى ممتاز سجل فيه 01 تلميذ ب 1.54 %.

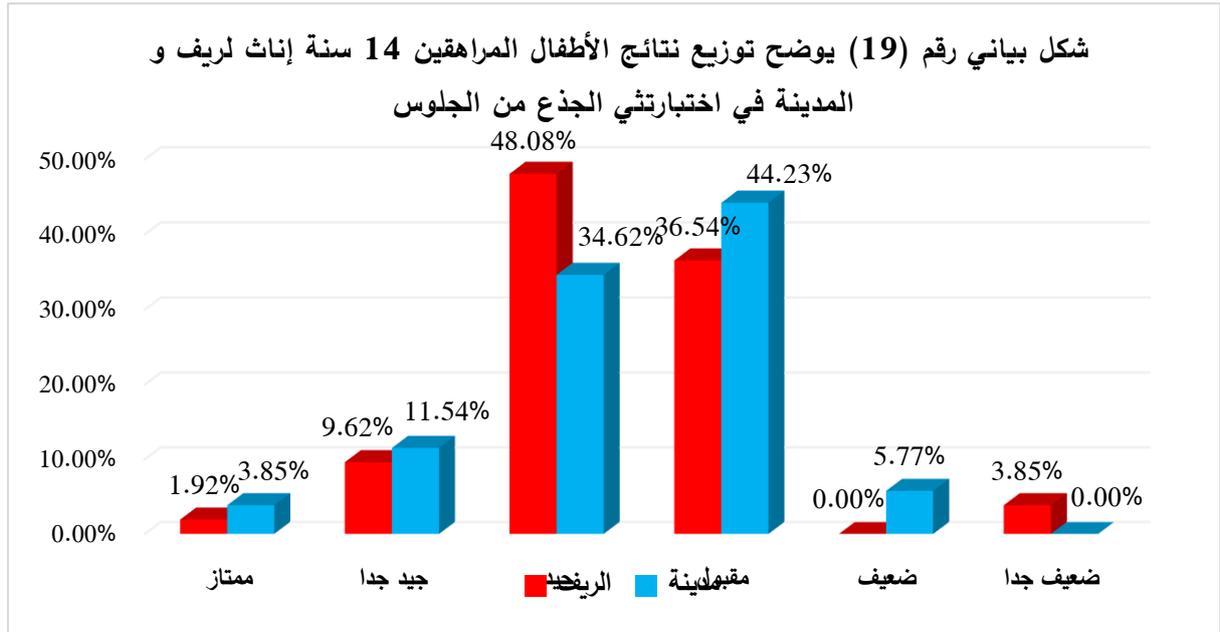
أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 44.62 % في المستوى جيد ما يعادل 29 تلميذ ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 27.69 % بواقع 18 تلميذ ثم المستوى جيد جدا وضعيف بنسبة 10.77% ب 07 تلاميذ يليه المستوى ممتاز وضعيف بنسبة 03.08 % ما يعادل 02 تلميذ.

### 3. عرض و تحليل نتائج اختبار ثني الجذع من الجلوس بالنسبة للأطفال المراهقين 14

#### سنة إناث

جدول (30) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف |                          |                   |               | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                   |               | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------|---------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري     |                          | متوسط الحسابي     |               | الانحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |               |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية        | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) | متوسط الحسابي | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) | متوسط الحسابي |                   |                     |
| 02.14                             | 01.92%                | 01                       | أكثر              | 12.25         | 03.85%                  | 02                       | أكثر              | 12.17         | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 09.62%                | 05                       | 12.25             | 06.94         | 11.54%                  | 06                       | 12.17             | 05.56         | - 84<br>67        | جيد جدا             |
| 34.13                             | 48.08%                | 25                       | 06.94             | 01.63         | 34.62%                  | 18                       | 05.56             | -01.04        | - 67<br>50        | جيد                 |
| 34.13                             | 36.54%                | 19                       | 01.63             | -03.68        | 44.23%                  | 23                       | -01.04            | -07.65        | - 50<br>33        | مقبول               |
| 13.59                             | 00.00%                | 00                       | -03.68            | -08.99        | 05.77%                  | 03                       | -07.65            | -14.26        | - 33<br>16        | ضعيف                |
| 02.14                             | 03.85%                | 02                       | -08.99            | -14.30        | 00.00%                  | 00                       | -14.26            | -20.86        | - 16<br>00        | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                  | 52                       | المجموع           |               | %100                    | 52                       | المجموع           |               |                   |                     |



عند تفريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبارثي الجذع من الجلوس:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 01.04- بانحراف معياري 06.61، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 1.63 بانحراف معياري 05.31. أما عن مستوى المجموعتان انحصرتان في المستوى جيد ومقبول. تمثيل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى مقبول بـ 44.23% مما يعادل 23 تلميذة ثم يليها المستوى جيد بنسبة 34.62% مما يعادل 18 تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 11.54% تمثل 06 تلميذات يليه المستوى ضعيف بنسبة 05.77% ما يعادل 03 تلميذات في حين سجلت تلميذتان في المستوى ممتاز بـ 03.85% بينما المستوى ضعيف جدا لم تسجل فيه أي حالة.

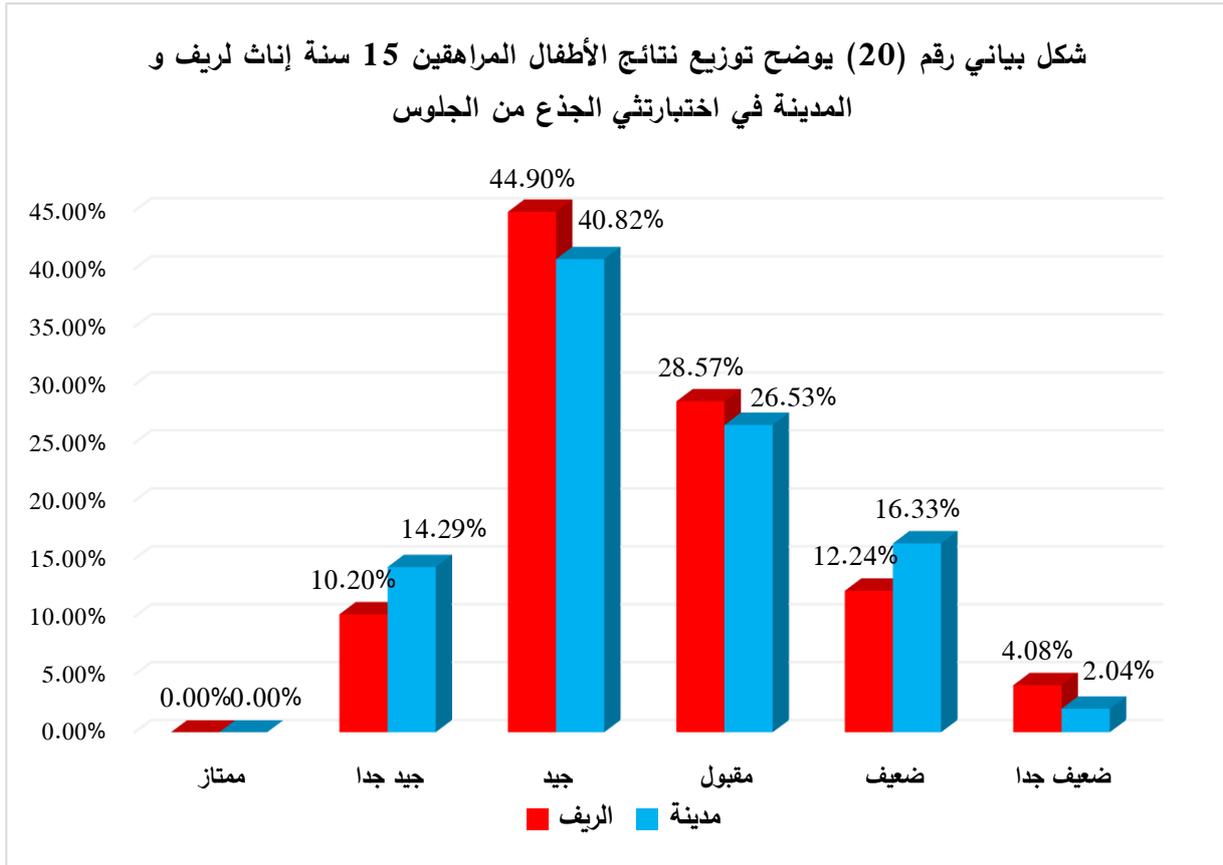
بينما أعلى نسبة مئوية لإناث الريف كان في مستوى جيد بـ 48.08% مما يعادل 25 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 36.54% مما يعادل 19 تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 09.62%

تمثل 05 تلميذات يليه المستوى ضعيف جدا بنسبة 03.85% ما يعادل تلميذتين بينما المستوى ممتاز سجلت فيه نسبة 01.92% أي تلميذة واحدة في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ضعيف.

#### 4. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبار ثني الجذع من الجلوس بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة إناث

جدول (31) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار ثني الجذع من الجلوس حسب المستويات المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف |                          |                   |                | نتائج عينة إناث المدينة |                          |                   |        | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------|----------------|-------------------------|--------------------------|-------------------|--------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري     |                          | متوسط الحسابي     |                | الإنحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي     |        |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية        | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) | النسبة المئوية | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (سم) |        |                   |                     |
| 02.14                             | 04.55%                | 03                       | أكثر              | 14.91          | 04.55%                  | 03                       | أكثر              | 17.44  | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 09.09%                | 06                       | 14.91             | 07.73          | 06.06%                  | 04                       | 17.44             | 07.65  | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 21.21%                | 14                       | 07.73             | 00.55          | 22.73%                  | 15                       | 07.65             | 02.14- | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 45.45%                | 30                       | 00.55             | -<br>06.63     | 36.36%                  | 24                       | -<br>02.14        | 11.93- | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 15.15%                | 10                       | -<br>06.63        | -<br>13.81     | 22.73%                  | 15                       | -<br>11.93        | 21.72- | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 04.55%                | 03                       | -<br>13.81        | -<br>20.99     | 07.58%                  | 05                       | -<br>21.72        | 31.51- | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                  | 66                       | المجموع           |                | %100                    | 66                       | المجموع           |        |                   |                     |



عند تفرغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبارتي الجذع من الجلوس:

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 2.14- بانحراف معياري 9.79 ، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 0.55 بانحراف معياري 7.18. أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى جيد و مقبول .تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى مقبول بـ 36.36% مما يعادل 24 تلميذة ثم يليها المستوى جيد و ضعيف بنسبة 22.73% مما يعادل 15 تلميذة، ثم المستوى ضعيف جدا بنسبة 7.58% تمثل 05 تلميذات يليه المستوى جيد جدا بنسبة 06.06% ما يعادل 04 تلميذات في حين سجلت 03 تلميذات في المستوى ممتاز بـ 04.55%.

بينما أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى مقبول بـ 45.45% مما يعادل 30 تلميذة ثم يليها المستوى جيد بنسبة 21.21% مما يعادل 14 تلميذة، ثم المستوى ضعيف بنسبة 15.15% تمثل

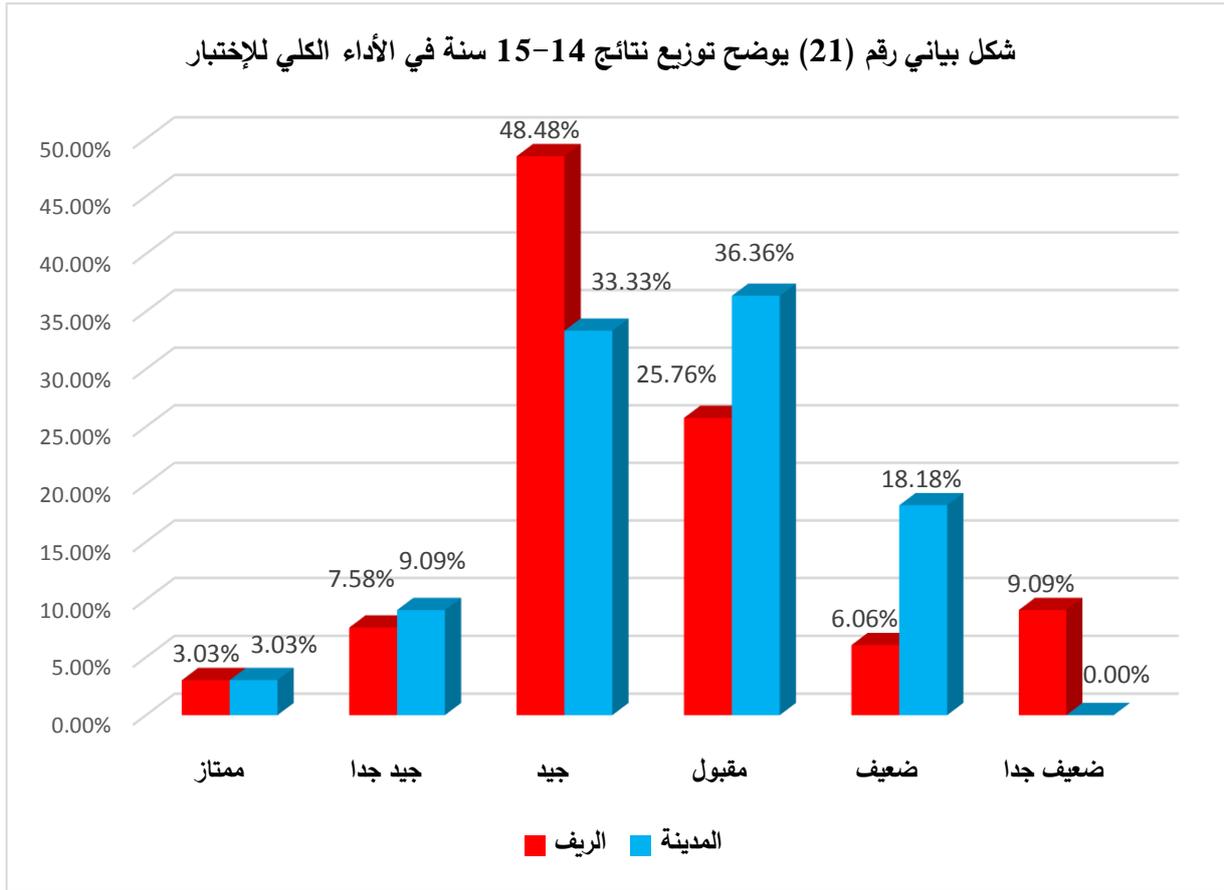
10 تلميذات يليه المستوى جيد جدا بنسبة 09.09% ما يعادل 06 تلميذات بينما المستوى ضعيف جدا و ممتاز سجلت فيهما نسبة 04.55 % أي 03 تلميذات.

### 5. - عرض و تحليل نتائج الأداء الكلي للاختبار اختبار قياس مرونة الجذع

جدول رقم (32) يبين: توزيع نتائج 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.

#### ( الأداء الكلي للاختبار 14-15 سنة )

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الريف  |                          |                  |                  | نتائج عينة المدينة |                          |                  |                  | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------|--------------------------|------------------|------------------|--------------------|--------------------------|------------------|------------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الانحراف المعياري |                          | متوسط الحسابي    |                  | الانحراف المعياري  |                          | متوسط الحسابي    |                  |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية    | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية | الدرجة المعيارية | النسبة المئوية     | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية | الدرجة المعيارية |                   |                     |
| 02.14                             | 03.03%            | 07                       | 59.50            | 64.35            | 03.03%             | 07                       | 57.60            | 61.40            | 100 - 84          | ممتاز               |
| 13.59                             | 07.58%            | 17                       | 54.65            | 59.50            | 09.09%             | 21                       | 53.80            | 57.60            | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 48.48%            | 110                      | 49.80            | 54.65            | 33.33%             | 75                       | 50.00            | 53.80            | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 25.76%            | 58                       | 44.95            | 49.80            | 36.36%             | 83                       | 46.20            | 50.00            | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 06.06%            | 14                       | 40.10            | 44.95            | 18.18%             | 41                       | 42.40            | 46.20            | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 09.09%            | 21                       | 35.25            | 36.60            | 00.00%             | 00                       | 38.60            | 42.40            | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%           | 227                      | المجموع          |                  | %100               | 227                      | المجموع          |                  |                   |                     |



بعد ما تم تحويل القيم الخام إلى درجات معيارية ذات معنى ليسهل التعامل معها من خلال جمعها، حيث النتيجة المتحصل عليها تمثل الأداء الكلي للاختبار حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى عينة المدينة 50.00 و الانحراف المعياري 03.80 ، أما عينة الريف فكان المتوسط الحسابي مساوي عينة المدينة حيث سجلت 50.00 وانحراف معياري 04.84 و لمعرفة مدى إعتدالية نتائج عينة البحث من حيث التوزيع تم حساب معامل الالتواء حيث بلغت قيمته عند عينة المدينة (0.55) أما لدى عينة الريف فكانت (-0.42) و بما أن كلتي القيمتين محصورتين بين  $\pm 3$  فإن هذا يعني أن البيانات تتوزع توزيعاً إعتدالياً.

من خلال المعالجة الإحصائية تبين أن أعلى نسبة عينة المدينة في الأداء الكلي للاختبار سجل في المستوى مقبول بـ 83 تلميذ تمثل 36.36% ثم يليها المستوى جيد بـ 75 تلميذ تمثل 33.33% أما في المستوى ضعيف فتمثل في 18.18% أي 41 تلميذ بينما 21 تلميذ ذو مستوى جيد جداً بنسبة

09.09% في حين سجلت نسبة 03.03% في المستوى ممتاز بـ 07 تلميذ ولم يتم تسجيل أي حالة في المستوى ضعيف جدا.

أما عن عينة الريف فكانت أعلى نسبة في المستوى جيد بـ 110 تلميذ تمثل 48.48% ثم يليها المستوى مقبول بـ 58 تلميذ تمثل 25.76% أما عن ضعيف جدا فتمثل في 09.09% أي 21 تلميذ، أما المستوى جيد فكانت النسبة 07.52% بـ 17 تلميذ أما عن المستوى ضعيف فتمثل في 06.06% أي 14 تلميذ ويليها في الأخير المستوى ممتاز بـ 07 تلاميذ أي 03.03%.

## 1-5- عرض و تحليل نتائج الفرضية الخامسة:

تتضمن الفرضية الجزئية الخامسة التعرف على مستوى اللياقة البدنية لدى الطور المتوسط ( 14-

15) سنة في المدينة والريف لتأكد من هذه الفرضية قمنا بإجراء الإختبار التالي : اختبار الجري 6

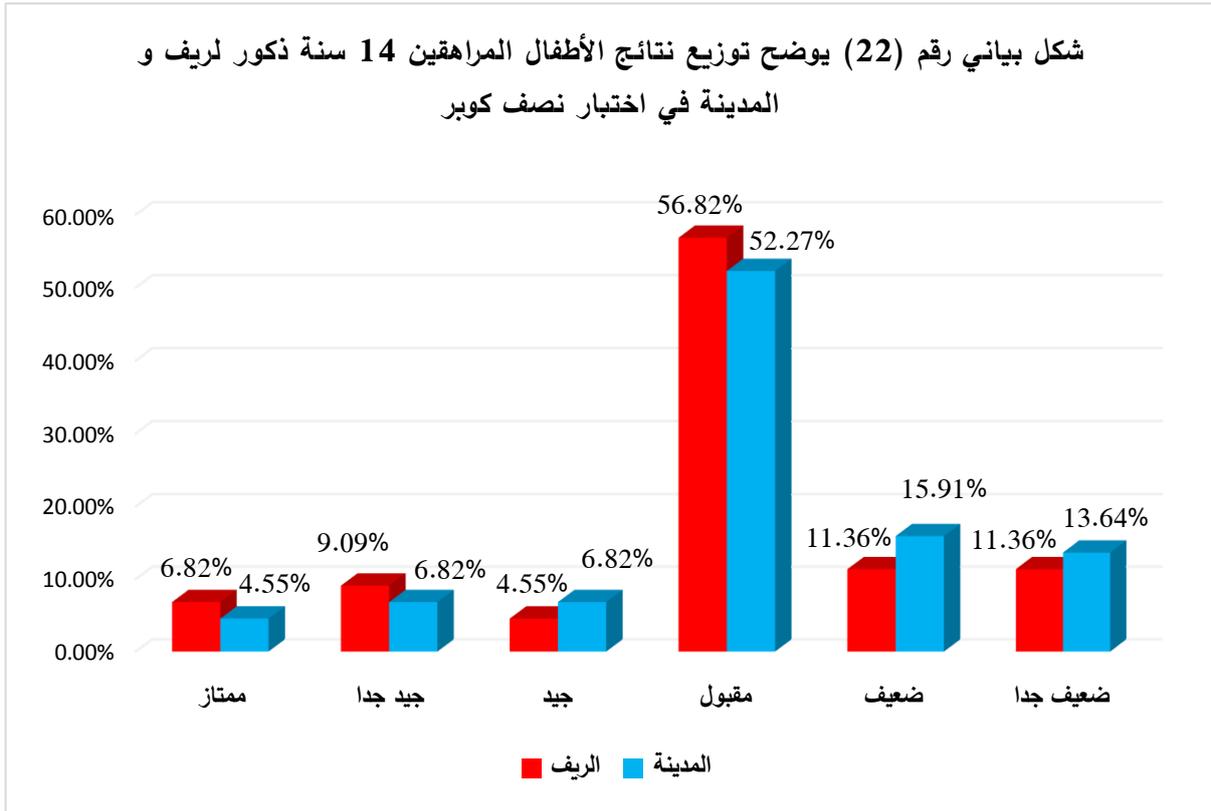
دقائق.والتي أسفرت على النتائج التالية:

## 1. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبارنصف كوبر بالنسبة للأطفال المراهقين 14 سنة

جدول (33) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة ذكور في اختبار نصف كوبر حسب المستويات

المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الذكور الريف |                          |                  |                  | نتائج عينة الذكور المدينة |                          |                  |                  | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------------|------------------|------------------|---------------------------|--------------------------|------------------|------------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري       |                          | متوسط الحسابي    |                  | الإنحراف المعياري         |                          | متوسط الحسابي    |                  |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (م) | الدرجة الخام (م) | النسبة المئوية            | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة الخام (م) | الدرجة الخام (م) |                   |                     |
| 02.14                             | 06.82%                  | 03                       | أكثر             | 2344.90          | 04.55%                    | 02                       | أكثر             | 1857.55          | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 09.09%                  | 04                       | 2344.90          | 1808.98          | 06.82%                    | 03                       | 1857.55          | 1501.77          | - 84<br>67        | جيد جدا             |
| 34.13                             | 04.55%                  | 02                       | 1808.98          | 1273.07          | 06.82%                    | 03                       | 1501.77          | 1145.99          | - 67<br>50        | جيد                 |
| 34.13                             | 56.82%                  | 25                       | 1273.07          | 737.15           | 52.27%                    | 23                       | 1145.99          | 790.21           | - 50<br>33        | مقبول               |
| 13.59                             | 11.36%                  | 05                       | 737.15           | 201.24           | 15.91%                    | 07                       | 790.21           | 434.43           | - 33<br>16        | ضعيف                |
| 02.14                             | 11.36%                  | 05                       | 201.24           | 100.67           | 13.64%                    | 06                       | 434.43           | 78.65            | - 16<br>00        | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%                 | 44                       | المجموع          |                  | %100                      | 44                       | المجموع          |                  |                   |                     |



عند تعريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار نصف كوبر (جري 6 دقائق):

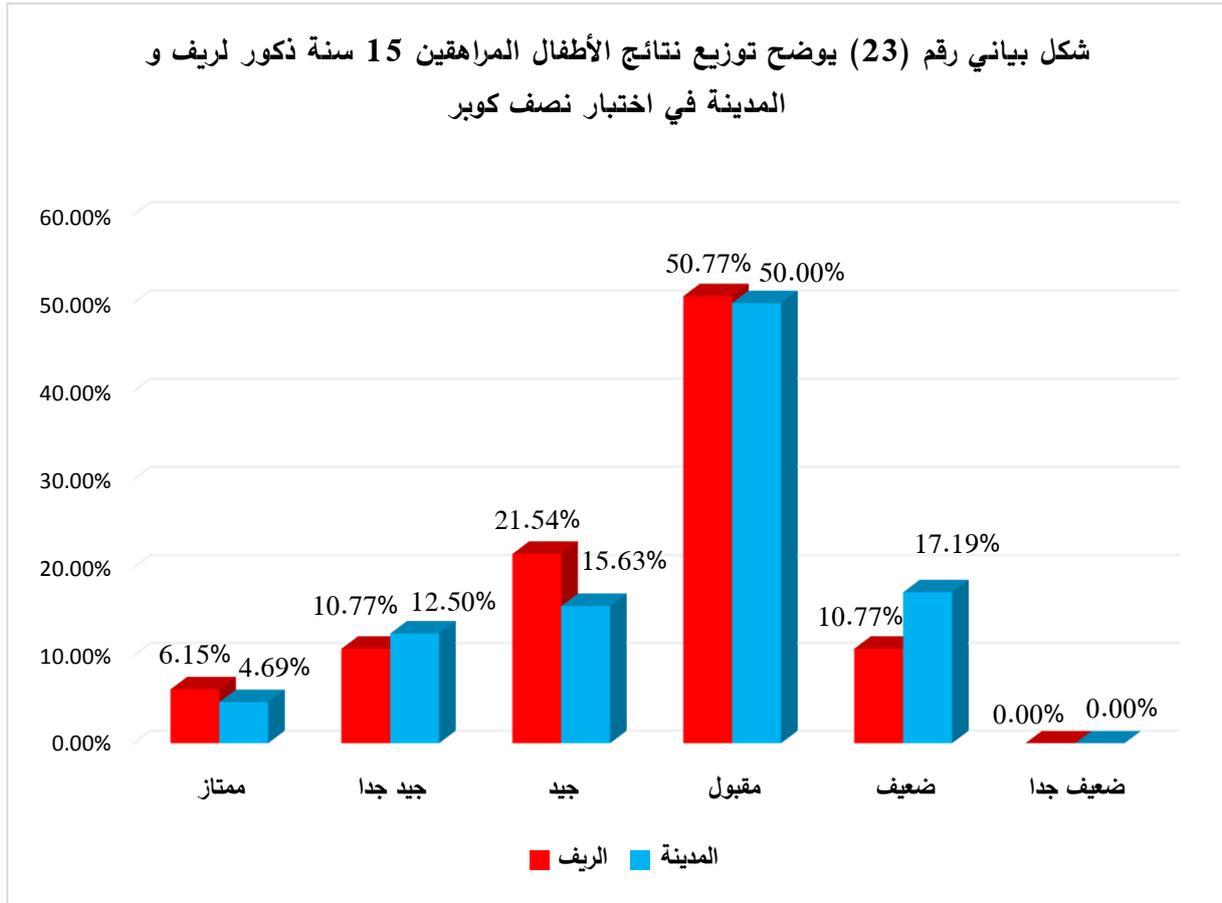
بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 1109.29 بانحراف معياري 357.96 أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 1273.07 بانحراف معياري 535.91 أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى مقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في مستوى مقبول بـ 52.27% مما يعادل 23 تلميذ ثم يليها المستوى ضعيف بنسبة 15.91% مما يعادل 07 تلاميذ، ثم المستوى ضعيف جدا بنسبة 13.64% تمثل 06 تلاميذ يليه المستوى جيد و جيد جدا بنسبة 6.82% ما يعادل 03 تلاميذ في الأخير يأتي المستوى ممتاز بنسبة 04.55 أي 02 تلميذ. أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 56.82% في المستوى مقبول ما يعادل 25 تلميذ ثم يليها المستوى ضعيف و ضعيف جدا بنسبة 11.36% بواقع 05 تلاميذ ثم المستوى جيد بنسبة 9.09% بـ 04 تلاميذ يليهما المستوى ممتاز بنسبة 6.82% ما يعادل 03 تلاميذ.

## 2. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبار نصف كوبر بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة

جدول (34) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة في ذكور اختبار نصف كوبر حسب المستويات

المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحذى الطبيعى | نتائج عينة الذكور الريف |                            |                  |         | نتائج عينة الذكور المدينة |                            |                  |         | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------------|----------------------------|------------------|---------|---------------------------|----------------------------|------------------|---------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري       |                            | متوسط الحسابي    |         | الإنحراف المعياري         |                            | متوسط الحسابي    |         |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية          | عدد التلاميذ ذ في كل مستوى | الدرجة الخام (م) |         | النسبة المئوية            | عدد التلاميذ ذ في كل مستوى | الدرجة الخام (م) |         |                   |                     |
| 02.14                             | 06.15 %                 | 04                         | أكثر             | 2479.09 | 04.69 %                   | 03                         | أكثر             | 1763.40 | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 10.77 %                 | 07                         | 2479.09          | 2002.41 | 12.50 %                   | 08                         | 1763.40          | 1456.64 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 21.54 %                 | 14                         | 2002.41          | 1525.72 | 15.63 %                   | 10                         | 1456.64          | 1149.88 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 50.77 %                 | 33                         | 1525.72          | 1049.04 | 50.00 %                   | 32                         | 1149.88          | 843.12  | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 10.77 %                 | 07                         | 1049.04          | 572.35  | 17.19 %                   | 11                         | 843.12           | 536.36  | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 00.00 %                 | 00                         | 572.35           | 95.67   | 00.00 %                   | 00                         | 536.36           | 229.60  | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                    | 65                         | المجموع          |         | %100                      | 65                         | المجموع          |         |                   |                     |



عند تفريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار نصف كوبر (جري 6 دقائق):

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 1149.88 بنحراف معياري 306.76 أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 1525.72 بنحراف معياري 476.68 أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى مقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لذكور المدينة كان في مستوى مقبول بـ 50.00% مما يعادل 32 تلميذ ثم يليها المستوى ضعيف بنسبة 17.19% مما يعادل 11 تلميذ، ثم المستوى جيد بنسبة 15.63% تمثل 10 تلاميذ يليه المستوى جيد جدا بنسبة 12.50% ما يعادل 8 تلاميذ في الأخير يأتي المستوى ممتاز بنسبة 4.69% أي 3 تلميذ في حين لم يتم تسجيل أي حالة في المستوى ضعيف جدا.

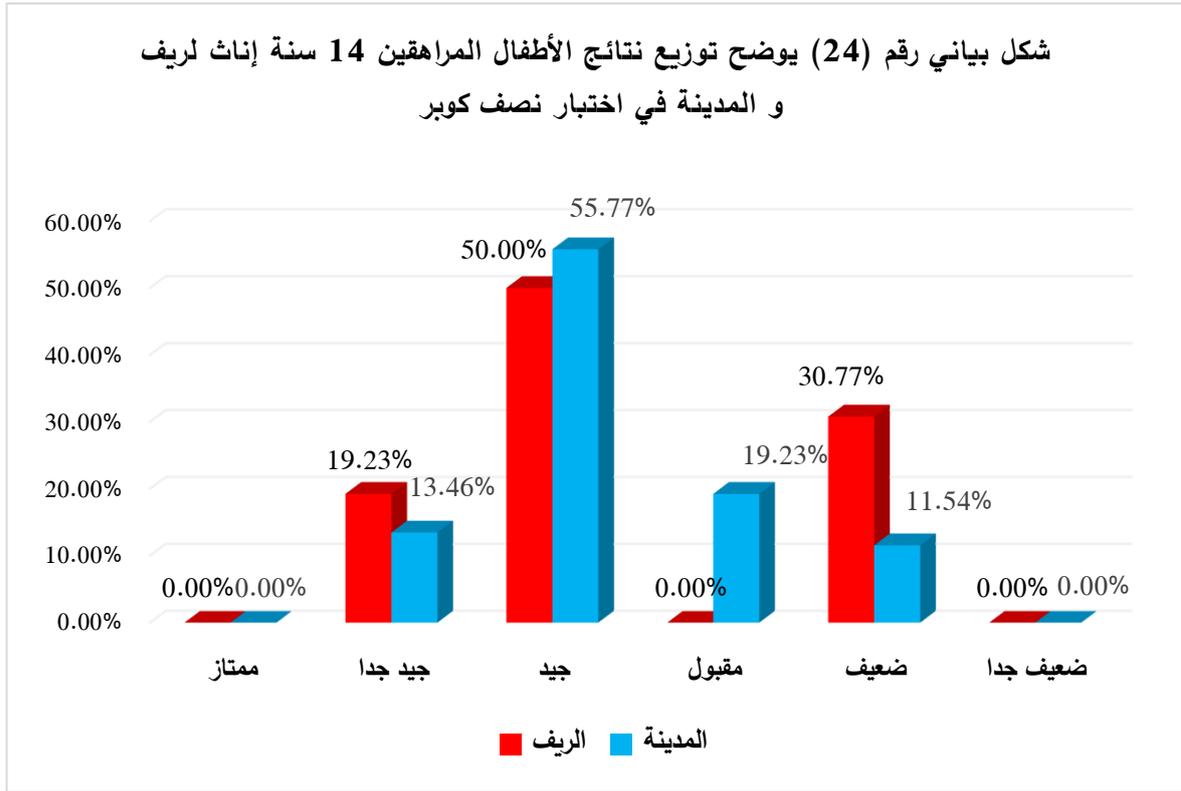
أما عن توزيع مجموعة ذكور الريف فأعلى نسبة مئوية كانت 50.77 % في المستوى مقبول ما يعادل 33 تلميذ ثم يليها المستوى جيد بنسبة 21.54 % بواقع 14 تلميذ ثم المستوى جيد جدا وضعيف بنسبة 10.77 % بـ 07 تلاميذ ويليهما المستوى ممتاز بنسبة 06.14% ما يعادل 04 تلاميذ في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ضعيف جدا.

### 3. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبار نصف كوبر بالنسبة للأطفال المراهقين 14 سنة إناث

جدول (35) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14 سنة إناث في اختبار نصف كوبر حسب المستويات

المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف    |                |                  |               | نتائج عينة إناث المدينة  |                |                  |               | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|--------------------------|----------------|------------------|---------------|--------------------------|----------------|------------------|---------------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري        |                | متوسط الحسابي    |               | الإنحراف المعياري        |                | متوسط الحسابي    |               |                   |                     |
|                                   | عدد التلاميذ في كل مستوى | النسبة المئوية | الدرجة الخام (م) | متوسط الحسابي | عدد التلاميذ في كل مستوى | النسبة المئوية | الدرجة الخام (م) | متوسط الحسابي |                   |                     |
| 02.14                             | 00.00%                   | 00             | أكثر             | 879.69        | 00.00%                   | 00             | أكثر             | 1187.81       | - 84<br>100       | ممتاز               |
| 13.59                             | 19.23%                   | 10             | 879.69           | 794.94        | 13.46%                   | 07             | 1187.81          | 1039.04       | - 84<br>67        | جيد جدا             |
| 34.13                             | 50.00%                   | 26             | 794.94           | 710.19        | 55.77%                   | 29             | 1039.04          | 890.28        | - 67<br>50        | جيد                 |
| 34.13                             | 00.00%                   | 00             | 710.19           | 625.44        | 19.23%                   | 10             | 890.28           | 741.51        | - 50<br>33        | مقبول               |
| 13.59                             | 30.77%                   | 16             | 625.44           | 540.70        | 11.54%                   | 06             | 741.51           | 592.74        | - 33<br>16        | ضعيف                |
| 02.14                             | 00.00%                   | 00             | 540.70           | 455.95        | 00.00%                   | 00             | 592.74           | 443.97        | - 16<br>00        | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100%                     | 52             | المجموع          |               | %100                     | 52             | المجموع          |               |                   |                     |



عند تفريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار نصف كوبر (جري 6 دقائق):

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 890.28 بانحراف معياري 148.77، أما عينة

الريف فكان متوسطها الحسابي أكبر مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 710.19 بانحراف معياري

84.75. أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى جيد. تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة

كان في مستوى جيد بـ 55.77% مما يعادل 29 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 19.23% مما

يعادل 10 تلميذات، أما المستوى جيد جدا فسجلت نسبة 13.46% بـ 07 تلميذات ثم المستوى ضعيف

بنسبة 11.54% تمثل 06 في حين لم تسجل أي حالة في كل من المستوى ممتاز وضعيف جدا.

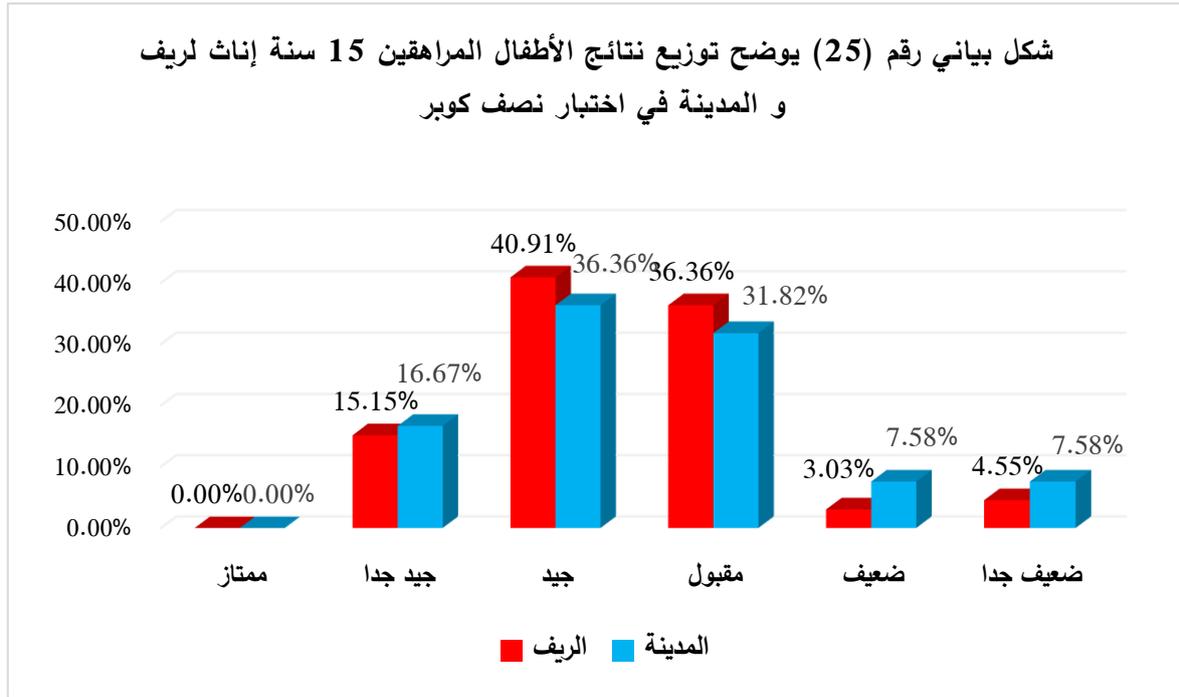
بينما أعلى نسبة مئوية لإناث الريف كان في مستوى جيد بـ 50.00% مما يعادل 26 تلميذة ثم يليها المستوى ضعيف بنسبة 30.77% مما يعادل 16 تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 19.23% تمثل 10 تلميذات في حين لم تسجل أي حالة في باقي المستويات.

#### 4. عرض و تحليل نتائج اختبار اختبار نصف كوبر بالنسبة للأطفال المراهقين 15 سنة إناث

جدول (36) : توزيع نتائج الأطفال المراهقين 15 سنة إناث في اختبار نصف كوبر حسب المستويات

#### المعيارية.

| النسبة المقررة في المنحى الطبيعي | نتائج عينة إناث الريف    |                |                  |               | نتائج عينة إناث المدينة  |                |                  |               | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|----------------------------------|--------------------------|----------------|------------------|---------------|--------------------------|----------------|------------------|---------------|-------------------|---------------------|
|                                  | الانحراف المعياري        |                | متوسط الحسابي    |               | الانحراف المعياري        |                | متوسط الحسابي    |               |                   |                     |
|                                  | عدد التلاميذ في كل مستوى | النسبة المئوية | الدرجة الخام (م) | متوسط الحسابي | عدد التلاميذ في كل مستوى | النسبة المئوية | الدرجة الخام (م) | متوسط الحسابي |                   |                     |
| 02.14                            | 00.00%                   | 00             | أكثر             | 1175.49       | 00.00%                   | 00             | أكثر             | 1124.34       | 84 - 100          | ممتاز               |
| 13.59                            | 15.15%                   | 10             | 1175.49          | 1027.63       | 16.67%                   | 11             | 1124.34          | 1002.28       | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                            | 40.91%                   | 27             | 1027.63          | 879.77        | 36.36%                   | 24             | 1002.28          | 880.22        | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                            | 36.36%                   | 24             | 879.77           | 731.91        | 31.82%                   | 21             | 880.22           | 758.16        | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                            | 03.03%                   | 02             | 731.91           | 584.05        | 07.58%                   | 05             | 758.16           | 636.10        | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                            | 04.55%                   | 03             | 584.05           | 436.19        | 07.58%                   | 05             | 636.10           | 514.04        | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                            | 100%                     | 66             | المجموع          |               | %100                     | 66             | المجموع          |               |                   |                     |



عند تفريغ البيانات المتحصل عليها من تطبيق الاختبارات على عينة البحث تم الحصول على

النتائج التالية في اختبار نصف كوبر (جري 6 دقائق):

بالنسبة لعينة المدينة حققوا متوسط حسابي قدره 880.22 بانحراف معياري 122.06، أما عينة الريف فكان متوسطها الحسابي أقل مقارنة بعينة المدينة حيث سجلت 879.77 بانحراف معياري 147.86. أما عن مستوى المجموعتان انحصرت في المستوى جيد و مقبول. تمثل أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى جيد بـ 36.36% مما يعادل 24 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 31.82% مما يعادل 21 تلميذة، أما المستوى جيد جدا فسجلت نسبة 16.67 بـ 11 تلميذة ثم المستوى ضعيف وضعيف جدا بنسبة 7.58% تمثل 05 تلميذات في حين لم تسجل لأي حالة في المستوى ممتاز. بينما أعلى نسبة مئوية لإناث المدينة كان في مستوى جيد بـ 40.91% مما يعادل 27 تلميذة ثم يليها المستوى مقبول بنسبة 36.36% مما يعادل 24 تلميذة، ثم المستوى جيد جدا بنسبة 15.15% تمثل 10 تلميذات يليه المستوى ضعيف جدا بنسبة 4.55% ما يعادل 03 تلميذات بينما المستوى ضعيف سجلت فيه نسبة 3.03% أي تلميذتان في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ممتاز.

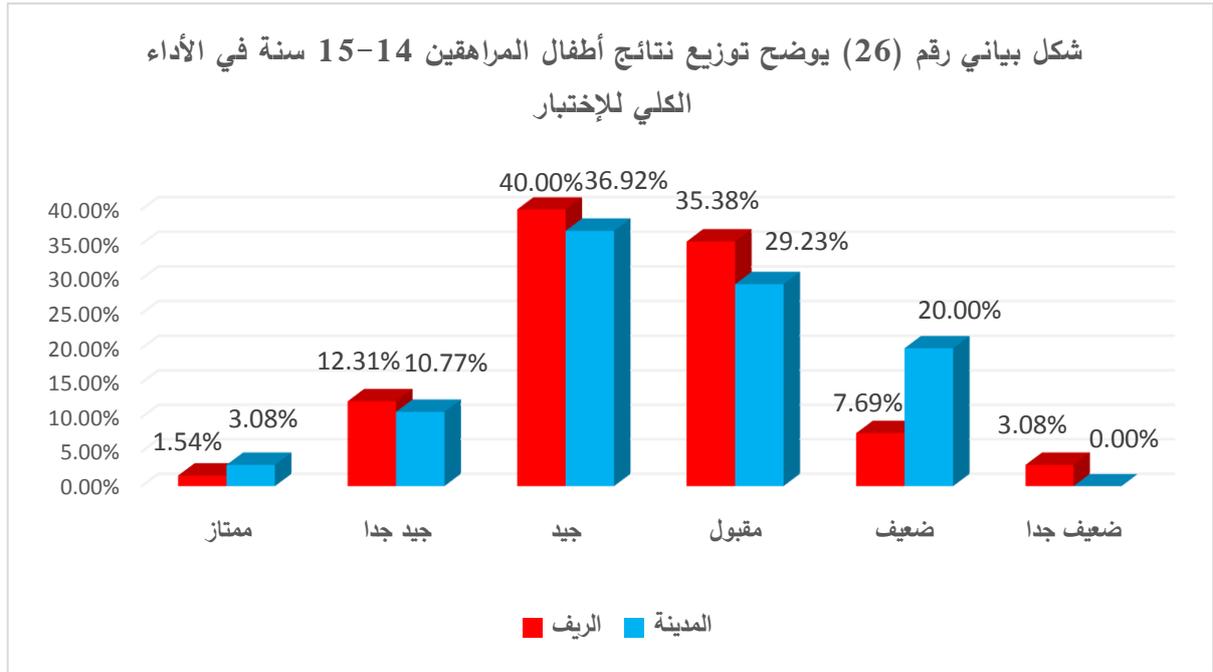
5. عرض و تحليل نتائج الأداء الكلي للاختبار اختبار الجري 6 دقائق بالنسبة للأطفال المراهقين

- 15 14 سنة

جدول رقم (37) يبين: توزيع نتائج الأطفال المراهقين 14-15 سنة في مجموع الدرجات المعيارية حسب المستويات المعيارية.

( الأداء الكلي للاختبار 14-15 سنة )

| النسبة المقررة في المنحنى الطبيعي | نتائج عينة الريف  |                          |                  |                | نتائج عينة المدينة       |                  |               |       | الدرجات المعيارية | المستويات المعيارية |
|-----------------------------------|-------------------|--------------------------|------------------|----------------|--------------------------|------------------|---------------|-------|-------------------|---------------------|
|                                   | الإنحراف المعياري |                          | متوسط الحسابي    |                | الإنحراف المعياري        |                  | متوسط الحسابي |       |                   |                     |
|                                   | النسبة المئوية    | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية | النسبة المئوية | عدد التلاميذ في كل مستوى | الدرجة المعيارية |               |       |                   |                     |
| 02.14                             | 04.45             | 49.94                    | 05.14            | 50.00          | 84 - 100                 | ممتاز            |               |       |                   |                     |
| 13.59                             | 12.31%            | 28                       | 54.40            | 58.85          | 10.77%                   | 24               | 55.14         | 60.28 | 67 - 84           | جيد جدا             |
| 34.13                             | 40.00%            | 91                       | 49.94            | 54.40          | 36.92%                   | 84               | 50.00         | 55.14 | 50 - 67           | جيد                 |
| 34.13                             | 35.38%            | 81                       | 45.49            | 49.94          | 29.23%                   | 67               | 44.86         | 50.00 | 33 - 50           | مقبول               |
| 13.59                             | 07.69%            | 17                       | 41.04            | 45.49          | 20.00%                   | 45               | 39.72         | 44.86 | 16 - 33           | ضعيف                |
| 02.14                             | 03.08%            | 07                       | 36.59            | 36.60          | 00.00%                   | 00               | 34.58         | 39.72 | 00 - 16           | ضعيف جدا            |
| 99.72                             | 100.00%           | 227                      | المجموع          |                | %100                     | 227              | المجموع       |       |                   |                     |



بعد ما تم تحويل القيم الخام إلى درجات معيارية ذات معنى ليسهل التعامل معها من خلال جمعها، حيث النتيجة المتحصل عليها تمثل الأداء الكلي للاختبار حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى عينة المدينة 50.00 و الانحراف المعياري 05.14، أما عينة الريف فكان المتوسط الحسابي 49.94 و انحراف معياري 04.45 و لمعرفة مدى إعتدالية نتائج عينة البحث من حيث التوزيع تم حساب معامل الالتواء حيث بلغت قيمته عند عينة المدينة (0.70) أما لدى عينة الريف فكانت (-0.28) و بما أن كلتي القيمتين محصورتين بين  $\pm 3$  فإن هذا يعني أن البيانات تتوزع توزيعاً إعتدالياً.

من خلال المعالجة الإحصائية تبين أن أعلى نسبة عينة المدينة في الأداء الكلي للاختبار سجل في المستوى جيد 84 تلميذ تمثل 36.92% ثم يليها المستوى مقبول بـ 67 تلميذ تمثل 29.23% أما عن ضعيف فتمثل في 20.00% أي 45 تلميذ بينما 24 تلميذ ذو مستوى جيد جدا بـ 10.77% وممتاز بنسبة 3.08% تقدر بـ 07 تلاميذ في حين لم تسجل أي حالة في المستوى ضعيف جدا.

أما عن عينة الريف فكانت أعلى نسبة في المستوى جيد بـ 91 تلميذ تمثل 40.00% ثم يليها المستوى مقبول بـ 81 تلميذ تمثل 35.38% و يأتي بعدها المستوى جيد جدا بنسبة 12.31% بـ 28

تلاميذ ثم المستوى ضعيف بـ 07.69% أي 17 تلميذ، أما المستوى ضعيف جدا فتقدر نسبته بـ 3.08% أي 07 تلميذ في حين سجل نسبة 1.54% في المستوى ممتاز كانت 03 تلاميذ.

### 1-6- عرض و تحليل نتائج الفرضية السادسة :

تتضمن الفرضية الجزئية السادسة التعرف على الفروق الموجودة في مستوى اللياقة البدنية بين تلاميذ المدينة و الريف (14-15) سنة و لتأكد من هذه الفرضية قمنا باستخدام إختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين ( T-test ) لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات عينة الريف والمدينة ونتائج الجداول توضح ذلك.

### 1- عرض و تحليل نتائج الاختبارات بالنسبة للأطفال المراهقين (14) سنة ذكور.

جدول رقم (38) يبين نتائج حساب الفروق بين ذكور الريف والمدينة في الإختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 14 سنة

| إختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين |              |              |             | الإنحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الإختبارات |  |
|-------------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------------|-----------------|------------|--|
| مستوى الدلالة<br>0.05         | "ت" الجدولية | "ت" المحسوبة | درجة الحرية |                   |                 | المدينة    | الريف  |
| غيردال                        | 1.987        | 1.186        | 86          | 00.59             | 06.10           | المدينة    | إختبار تقييم السرعة 30متر                                  |
|                               |              |              |             | 00.48             | 05.97           | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.987        | 0.025        | 86          | 03.71             | 08.70           | المدينة    | إختبار ثني ومد الدراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني |
|                               |              |              |             | 02.25             | 09.05           | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.987        | 1.380        | 86          | 26.69             | 145.16          | المدينة    | القفز العريض من الثبات                                     |
|                               |              |              |             | 24.42             | 152.70          | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.987        | 1.023        | 86          | 09.86             | 00.59           | المدينة    | إختبار قياس مرونة الجذع                                    |
|                               |              |              |             | 07.76             | -01.84          | الريف      |  |
| دال                           | 1.987        | 3.686        | 86          | 357.96            | 1109.29         | المدينة    | إختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر)                            |
|                               |              |              |             | 535.91            | 1473.07         | الريف      |  |

على إثر النتائج المتحصل عليها و بمقارنة قيمة " ت " المحسوبة مع قيمة " ت " الجدولية وعند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 86 تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات : اختبار تقييم السرعة 30متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، اختبار القفز العريض من الثبات، و اختبار قياس مرونة الجذع، و وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) لصالح ذكور الريف.

## 2- عرض وتحليل نتائج الاختبارات بالنسبة للأطفال المراهقين (15) سنة ذكور.

جدول رقم (39) يبين نتائج حساب الفروق بين ذكور الريف والمدينة في الإختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 15 سنة

| اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين |              |              |             | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الإختبارات |  |
|-------------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------------|-----------------|------------|--|
| مستوى الدلالة<br>0.05         | "ت" الجدولية | "ت" المحسوبة | درجة الحرية |                   |                 | المدينة    | الريف  |
| غيردال                        | 1.987        | -2.341       | 128         | 00.64             | 05.92           | المدينة    | اختبار تقييم السرعة 30متر                                  |
|                               |              |              |             | 00.67             | 05.72           | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.987        | -5.202       | 128         | 03.81             | 08.83           | المدينة    | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني |
|                               |              |              |             | 02.00             | 08.94           | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.987        | 1.123        | 128         | 33.82             | 167.15          | المدينة    | القفز العريض من الثبات                                     |
|                               |              |              |             | 28.44             | 167.83          | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.987        | -1.401       | 128         | 09.24             | -01.22          | المدينة    | اختبار قياس مرونة الجذع                                    |
|                               |              |              |             | 07.75             | -00.62          | الريف      |  |
| دال                           | 1.987        | 2.345        | 128         | 306.76            | 1149.88         | المدينة    | اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر)                            |
|                               |              |              |             | 476.68            | 1525.72         | الريف      |  |

على إثر النتائج المتحصل عليها و بمقارنة قيمة " ت " المحسوبة مع قيمة " ت " الجدولية وعند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 128 تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات : اختبار تقييم السرعة 30متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، اختبار القفز العريض من الثبات، اختبار قياس مرونة الجذع، و وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) لصالح ذكور الريف.

### 3- عرض وتحليل نتائج الاختبارات بالنسبة للأطفال المراهقين (14) سنة إناث

جدول رقم (40) يبين نتائج حساب الفروق بين إناث الريف والمدينة في الاختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 14 سنة.

| اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين |              |              |             | الإنحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الاختبارات |  |
|-------------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------------|-----------------|------------|--|
| مستوى الدلالة 0.05            | "ت" الجدولية | "ت" المحسوبة | درجة الحرية |                   |                 | المدينة    | الريف  |
| غيردال                        | 1.983        | 1.150        | 102         | 00.50             | 06.58           | المدينة    | اختبار تقييم السرعة 30 متر                                 |
|                               |              |              |             | 00.87             | 05.95           | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.983        | -1.256       | 102         | 03.15             | 04.42           | المدينة    | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني |
|                               |              |              |             | 00.70             | 8.50            | الريف      |  |
| دال                           | 1.983        | 2.856        | 102         | 219.46            | 161.62          | المدينة    | القفز العريض من الثبات                                     |
|                               |              |              |             | 243.51            | 183.58          | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.983        | 1.014        | 102         | 06.61             | -01.33          | المدينة    | اختبار قياس مرونة الجذع                                    |
|                               |              |              |             | 05.31             | 01.63           | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.983        | 1.145        | 102         | 149.22            | 879.77          | المدينة    | اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر)                            |
|                               |              |              |             | 84.75             | 873.71          | الريف      |  |

على إثر النتائج المتحصل عليها و بمقارنة قيمة " ت " المحسوبة مع قيمة " ت " الجدولية وعند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 102 تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات : اختبار تقييم السرعة 30متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، اختبار قياس مرونة الجذع، اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القفز العريض من الثبات لصالح إناث الريف.

#### 4- عرض وتحليل نتائج الاختبارات بالنسبة للأطفال المراهقين (15) سنة إناث

جدول رقم (41) يبين نتائج حساب الفروق بين إناث الريف والمدينة في الإختبارات المطبقة للأطفال المراهقين بعمر 15 سنة.

| اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين |              |              |             | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الإختبارات |  |
|-------------------------------|--------------|--------------|-------------|-----------------|-------------------|------------|--|
| مستوى الدلالة 0.05            | "ت" الجدولية | "ت" المحسوبة | درجة الحرية |                 |                   | المدينة    | الريف  |
| غيردال                        | 1.978        | -2.447       | 130         | 00.69           | 06.59             | المدينة    | اختبار تقييم السرعة 30 متر                                 |
|                               |              |              |             | 00.81           | 06.27             | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.978        | -4.850       | 130         | 03.37           | 04.15             | المدينة    | اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني |
|                               |              |              |             | 00.95           | 04.73             | الريف      |  |
| دال                           | 1.978        | 3.046        | 130         | 23.03           | 118.85            | المدينة    | القفز العريض من الثبات                                     |
|                               |              |              |             | 17.30           | 153.94            | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.978        | 1.596        | 130         | 09.79           | -02.14            | المدينة    | اختبار قياس مرونة الجذع                                    |
|                               |              |              |             | 07.18           | 00.55             | الريف      |  |
| غيردال                        | 1.978        | -3.986       | 130         | 122.06          | 880.22            | المدينة    | اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر)                            |
|                               |              |              |             | 161.50          | 882.50            | الريف      |  |



على إثر النتائج المتحصل عليها و بمقارنة قيمة " ت " المحسوبة مع قيمة " ت " الجدولية وعند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 130 تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات: اختبار تقييم السرعة 30متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، إختبار قياس مرونة الجذع، اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القفز العريض من الثبات لصالح إناث الريف.

## مناقشة عامة للنتائج و مقارنتها بالفرضيات:

## (1) مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

يوجد اختلاف في مستوى عنصر السرعة بين تلاميذ الريف والمدينة.

في إطار موضوع بحثنا و الذي يتطرق إلى دراسة مستوى اللياقة البدنية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ( 14-15 ) سنة حيث بعد معالجة النتائج إحصائيا في اختبار السرعة تبين أن معظم أفراد عينة المدينة لديهم مستوى مقبول إلى جيد حيث تجاوزت النسبة المقررة في التوزيع الإعتدالي و هذا مؤشر على وجود صفة سرعة جيدة لديهم، وكانت نتائج عينة الريف كذلك موزعة في المستويين المقبول والجيد .

وهذا ما أكدته دراسة F.B.Ortega في المرحلة العمرية 12-17 سنة و التي اتفقت مع دراستنا هذه في المرحلة العمرية 14-15 سنة و في بعض الاختبارات البدنية المطبقة و الاستناد على قيم معيارية يمكن بموجبها التقييم و التفسير الصحيح لوضع اللياقة البدنية لدى الأطفال المراهقين

قد يكون سبب هذه النتائج راجع إلى التغيرات الجسمية التي تكون في هذه المرحلة و هذا ما أكد عليه ( مروان عبد المجيد إبراهيم، 2002، 66 ) و أشار أيضا صالح أبو محمد جادو أن السبب هو طفرة النمو التي تحدث في هذه المرحلة حيث يزداد طول الذراعين بالنسبة للجذع و هذا يفقد المراهق القدرة على التحكم في جسمه ( أبو حامد جادو، 2004، 410 ) و يرى كذلك ثائر أحمد غباري أن فقدان الطفل المراهق للطاقة و الحماسة للنشاط البدني الذي كانوا يملكونه في الطفولة؛ بين المدرسة ، والأصدقاء لكن المراهقين الذين اعتادوا على الاستمتاع بالرياضة منذ الصغر عادة ما يحافظون على نفس النشاط طوال حياتهم. لذلك فهم يحتاجون فقط لبعض التشجيع من اجل المحافظة على هذا السلوك الايجابي ( ثائر أحمد غباري، 2015، 235 ) و أشار أيضا صلاح الدين العمري أن المراهق يواجه العديد من الضغوط

الاجتماعية والأكاديمية الجديدة بالإضافة إلى التعامل مع التغيرات العاطفية والجسدية ينفقون في المتوسط أكثر من 7 ساعات في اليوم على وسائل الإعلام المختلفة، بما في ذلك مشاهدة التلفزيون، والاستماع إلى الموسيقى، وتصفح الإنترنت، ولعب ألعاب الفيديو. ومنه ليس من المفاجئ أن لا يجد المراهقون وقتا للنشاط البدني (صلاح الدين العمري، 2011، 211). و لهذا نقول أن مستوى تلاميذ المدينة والريف في صفة السرعة مقبول إلى جيد ومنه لا يوجد اختلاف بينهم وفي نظرنا يعود إلى التشابه في السلوك المعيشي للأطفال حيث أصبحت هناك عدة وسائل للترفيه منتشرة سواء في المدينة أو الريف.

## (2) مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

يوجد اختلاف في مستوى عنصر التحمل بين تلاميذ الريف والمدينة.

حيث بعد معالجة النتائج إحصائيا في اختبار القوة (ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل) تبين أن معظم أفراد عينة المدينة لديهم مستوى مقبول إلى جيد حيث تجاوزت النسبة المقررة في التوزيع الإعتدالي و هذا مؤشر على وجود صفة قوة جيدة لديهم، وكانت نتائج عينة الريف كذلك موزعة في المستويين المقبول والجيد

حيث أشار حسانين محمد صبحي حسنين أن من يملك مثل هذه اللياقة البدنية و خاصة في الأنشطة التي تستخدم فيها المجموعات العضلية الكبيرة انه قادر على الممارسة دون تعب ( حسانين محمد صبحي، 2003، 310 )

ومنه نقول انه لا يوجد اختلاف في صفة التحمل بين عينة المدينة والريف وفي نظرنا أصبح الطفل في الريف يميل إلي الراحة أكثر من النشاط حيث كان في السابق يزاول في حياته اليومية عدة أنشطة تتطلب درجة من التحمل العضلي مثل مساعدة أبويه في الأعمال اليومية التي تتميز بقساوتها.

## 3 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

يوجد اختلاف في مستوى عنصر القوة العضلية بين تلاميذ الريف والمدينة.

بعد معالجة النتائج إحصائياً في اختبار القوة العضلية (القفر العريض من الثبات) تبين أن معظم أفراد عينة المدينة لديهم مستوى مقبول إلى جيد حيث تجاوزت النسبة المقررة في التوزيع الإعتدالي و هذا مؤشر على وجود صفة قوة جيدة لديهم، وكانت نتائج عينة الريف كذلك موزعة في المستويين المقبول والجيد

وهذا ما أكده بسيوطي احمد إلى أن خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص ، و انسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه، و بشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساساً من الناحية العرضية ، وعلية نلاحظ زيادة في حجم العضلات مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية.

ومنه نقول انه لا يوجد اختلاف في صفة القوة العضلية بين عينة المدينة والريف و نظرنا يعود إلي تشابه البنية المرفولوجية بين تلاميذ الريف و المدينة و كذا تشابه الأنشطة اليومية.

## 4 مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

يوجد اختلاف في مستوى عنصر المرونة بين تلاميذ الريف والمدينة.

بعد معالجة النتائج إحصائياً في اختبار المرونة (ثني الجذع من الجلوس) تبين أن معظم أفراد عينة المدينة لديهم مستوى مقبول إلى جيد حيث تجاوزت النسبة المقررة في التوزيع الإعتدالي و هذا مؤشر على وجود صفة مرونة جيدة لديهم، وكانت نتائج عينة الريف كذلك موزعة في المستويين المقبول والجيد

حيث أشار أبو العلا احمد عبد الفتاح أن من العوامل التي تؤثر في المرونة هي العمر حيث تكون عالية عند الأطفال و المراهقين و تنخفض كلما تقدم الإنسان في العمر .

وهذا ما اكده YergenWrinek أن هذه المرحلة تتميز بتحسن نسبي في المستوى حيث يظهر ذلك واضحا من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات الجمباز ، والحركات الدقيقة الأخرى ، والتي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة حيث نري تحسنا ملحوظا في كل من ديناميكية، و ثبات، و مرونة الحركات مع مستوى متميز من التكيف

ومنه نقول انه لا يوجد اختلاف في صفة المرونة بين عينة المدينة والريف و في نظرنا يعود إلي تشابه الألعاب الممارسة المتعلقة بصفة المرونة في هذه المرحلة العمرية .

#### 5 مناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

يوجد اختلاف في مستوى عنصر المداومة بين تلاميذ الريف والمدينة.

بعد معالجة النتائج إحصائيا في اختبار المداومة (الجري لمدة 6 دقائق) تبين أن معظم أفراد عينة المدينة لديهم مستوى مقبول إلى جيد حيث تجاوزت النسبة المقررة في التوزيع الإعتدالي ، وكانت نتائج عينة الريف كذلك موزعة في المستويين المقبول والجيد

هذا ما جاءت به دراسة ( المرضي نجم الدين محمد، 2005) أن الأطفال إذا توافرت لديهم أهم المثيرات والدوافع للمشاركة في النشاطات البدنية و توفر المنافسة المنظمة و الغذاء الصحي الجيد فسيقبل على الممارسة للمتعة ، الترويح ، خفض التوترات النفسية وزيادة الصحة الجيدة و أهم أسباب عدم مشاركة أفراد العينة في النشاطات البدنية و الرياضية فبعدم توفر الإمكانيات المادية و المرافق الرياضية و دائما ما

تعاني المناطق الريفية من هذا المشكل و كذلك يعود إلى عدم وجود الوعي بأهمية ممارسة الرياضة في اكتساب المراهق للصحة و قوام سليم خالي من العيوب.

ومنه نقول انه لا يوجد اختلاف في صفة المداومة بين عينة المدينة والريف و يعود سبب ذلك في نظر الباحث إلى قلة النشاط البدني حيث أصبح محصور في الرياضة المدرسية رغم وجود قلة من التلاميذ منخرطة في النوادي الرياضية سواء في الريف أو المدينة.

### (6) مناقشة نتائج الفرضية السادسة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية بين تلاميذ الريف والمدينة.

حيث بعد تدقيق البيانات وفي ضوء النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن:

في المرحلة العمرية ( 14 و 15 سنة ) كانت النتيجة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، اختبار القفز العريض من الثبات، و اختبار قياس مرونة الجذع ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) لصالح ذكور الريف.

أما بالنسبة للإناث في المرحلة العمرية ( 14 سنة ) كانت النتيجة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات : اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، ، اختبار قياس مرونة الجذع، اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القفز العريض من الثبات لصالح إناث الريف. في حين المرحلة العمرية ( 15 سنة ) كانت النتيجة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات: اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10

ثواني، اختبار قياس مرونة الجذع، اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القفز العريض من الثبات لصالح إناث الريف. و هذا ما أكده هاني محمد زكرياء 2012 في دراسة عن وجود انخفاض في اللياقة البدنية لدى المراهقين الذين يسكنون المدينة مقارنة بأقرانهم في الريف و أشار كذلك عبد العزيز عبد الكريم مصطفى 2010 في دراسته عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار ثني و مد الذراعين. و أشار كذلك (berner, joel David,2003) في دراسته المقارنة بين اللياقة البدنية بين أطفال المدينة و الريف حيث تميز أطفال الريف في اختبار قوة الذراعية و تميز أطفال المدينة في اختبار المرونة و عدم وجود فروق في بقية الإختبارات، كما أشار عباس عبد الفتاح الرملي إلى أن ما تتميز به المناطق الريفية لا يعتمد على وسائل الترفيه التي تؤثر بالسلب على اللياقة البدنية و كذلك أسلوب الحياة و مستوى المعيشة و مدى ترفيه الوالدين قد يؤثر على مستوى اللياقة البدنية (عباس عبد الفتاح الرملي ، 2007 ، 154)

إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الريف و المدينة في اختبار الجري 6 دقائق واختبار القفز العريض من الثبات.

**(1) الاستنتاجات:**

من خلال النتائج المتحصل عليها و بعد الدراسة الإحصائية و تحليل ومناقشة النتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- معظم أفراد عينة المدينة توزعت في المستوى المقبول و الجيد في الفئة العمرية 14 سنة.
- معظم أفراد عينة المدينة توزعت في المستوى المقبول و الجيد في الفئة العمرية 15 سنة.
- معظم أفراد عينة الريف توزعت في المستوى المقبول و الجيد في الفئة العمرية 14 سنة.
- معظم أفراد عينة الريف توزعت في المستوى المقبول و الجيد في الفئة العمرية 15 سنة.

بالنسبة للذكور:

**14 سنة:**

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إختبار اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني ، إختبار القفز العريض من الثبات، إختبار قياس مرونة الجذع

- ووجود فرق ذات دلالة إحصائية في اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر) ولصالح ذكور الريف.

**15 سنة:**

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات: اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، إختبار قياس مرونة الجذع، اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر).

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إختبار القفز العريض من الثبات لصالح ذكور الريف.

بالنسبة للإناث:

**14 سنة:**

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات : اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، اختبار القفز العريض من الثبات، اختبار قياس مرونة الجذع

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الجري 6 دقائق لصالح إناث الريف.

**15 سنة:**

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات: اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، اختبار قياس مرونة الجذع، اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار القفز العريض من الثبات لصالح إناث الريف.

## (2) اقتراحات:

من خلال مناقشة النتائج و الاستنتاجات يقترح الطالب الباحثة ما يلي:

- ❖ تقييم التلاميذ دوريا من أجل التعرف على مستوى اللياقة البدنية لديهم.
- ❖ ضرورة الاعتماد ووضع مستويات معيارية لمراحل السنية المختلفة.
- ❖ الاهتمام بتصميم برامج تدريبية لتنمية اللياقة البدنية للأطفال المراهقين ( 14-15 ) سنة حيث سجلت النتائج ضعف.
- ❖ توفير الملاعب و الأجهزة و الأدوات اللازمة لممارسة الأطفال للأنشطة اللياقة البدنية في المدارس و دور الشباب.
- ❖ نشر الوعي و الثقافة الرياضية بين وأولياء أمورهم لتشجيع أبنائهم على ممارسة الرياضة.
- ❖ ضرورة وضع بحوث مشابهة لمتوسطات أخرى حتى نتمكن من وضع معايير تخص المنطقة.
- ❖ تعميم الدراسة على عدد كبير من العينات.
- ❖ إجراء مثل هذه الدراسة على مناطق أكثر بدواة .

## خاتمة:

من خلال جمع المعطيات النظرية التي تم توضيحها في مختلف جوانب هذا البحث، وانطلاقاً من المشكلة المطروحة حول تحديد و معرفة مستوى اللياقة البدنية لدى التلاميذ المراهقين (14-15) سنة من خلال تطبيق مجموعة من الاختبارات البدنية لقياس عناصر اللياقة البدنية. لذا وجب الإجابة على هذا بوضع فرضيات البحث التي هي عبارة عن حلول جزئية مؤقتة للإشكالية المطروحة.

و لما كانت الرياضة تهدف إلى تحسين مستوى اللياقة البدنية فقد بات من الواضح أن عملية التقييم تسعى إلى معرفة مستوى التلاميذ و مدى تأثير النشاط البدني على الجانب الصحي لهم و معرفة مدى تقدمهم نحو الأهداف المدروسة و بذلك يتعرف التلاميذ على مستواهم فدراستنا هذه تكاد تجمع كل البحوث و الدراسات التي تهتم بتقييم مستوى اللياقة البدنية في بيئة الريف و المدينة.

نوضح أنه لا يجب أن نستغني عن الرياضة أبداً لأنها أساس الحياة وتمنع الإصابة بالكثير من الأمراض المختلفة التي تصيب الجسم بسبب تقوية المناعة بدرجة كبيرة، ومن خلالها نستطيع المحافظة على جسمنا في كل وقت وهي غذاء للعقل والقلب والروح لذلك تعتبر مهمة للغاية للكثير من الأشخاص، فهي تبعدهم عن العادات السيئة وتقربهم من العادات الصحية والجيدة.

و في الأخير فإن النتائج المتوصل إليها في البحث عبارة معلومات بسيطة قابلة للإثراء و المناقشة و تتطلب دراسات أخرى قصد التعميم على هذا المجال الحيوي الهام.

# قائمة المراجع



## المراجع:

- (1) أبو العلاء أحمد عبد الفتاح. التدريب الرياضي المعاصر. 2012. دار الفكر العربي. القاهرة.
- (2) أبو علاء أحمد عبد الفتاح. التدريب الرياضي. 1998. مطبعة الأنجلو المصرية. القاهرة.
- (3) بسطوسي أحمد. أسس و نظريات التدريب الرياضي. 1999. دار الفكر العربي. القاهرة.
- (4) بسطوسي أحمد. أسس و نظريات الحركة. 1996. دار الفكر العربي. القاهرة.
- (5) جابر عبد الحميد جابر، أحمد خيرى كاظم. منهجية البحث العلمي. 1996. دار الفكر العربي. القاهرة.
- (6) حامى. عبد القادر. مدخل في الإحصاء. 2009. ط6. ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر.
- (7) حسين جمعة الطائي. مطبوعة وزارة التعليم العالي و البحث العلمي. 2012. جامعة بابل. كلية التربية الرياضية. الدراسات العليا / الدكتوراه.
- (8) ريسان خريط مجيد. التدريب الرياضي. 1988. دار الكتب للطباعة والنشر، العراق.
- (9) صلاح الدين العمرية. علم نفس النمو. 2001. ط1، ، الأردن. مكتبة المجتمع العربي. عمان.
- (10) عباس عبد الفتاح الرملي. اللياقة البدنية و الصحة. 2007. دار الفكر العربي. القاهرة.
- (11) عبد الرحمان محمد العيسوي. دراسات تغير السلوك الإنساني. 1999. دار الكتاب الجامعية. بيروت.
- (12) عبد العلي نصيف. قاسم حسن حسين. تدريب القوة. 1978. ط1، دار العربية للطباعة. بغداد.



- 13) العساف فتحي أحمد. التدريب العلمي الحديث في كرة اليد. 2011. ط1. مؤسسة فورس الدولية للنشر. الإسكندرية.
- 14) علي سلوم جواد. الإختبارات و القياس و الإحصاء في المجال الرياضي. 2004. جامعة القادسية.
- 15) كاظم جابر أمير. الإختبارات و القياسات الفيسيولوجية في المجال الرياضي. 1999. ط2. منشورات ذات السلاسل. الكويت.
- 16) كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين. اللياقة البدنية و مكوناتها. 2008. ط1، دار الفكر العربي. القاهرة.
- 17) كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين (1997) اللياقة البدنية و مكونات الأسس النظرية الإعداد البدني طرق القياس. 1997.. دار الفكر العربي. القاهرة.
- 18) لؤي غانم الصميدعي ، آخرون. التوافق العصبي العضلي وعلاقته بدقة الإرسال بالنتس بالكرة الطائرة. 2002. مجلة ديالى الرياضية. جامعة ديالى. كلية التربية الرياضية.
- 19) محمد حسن علاوي، محمد نصرالدين رضوان. اختبارات الأداء الحركي. 1982. دار الفكر العربي. القاهرة.
- 20) محمد صبحي حسانين. التقويم والقياس في التربية البدنية. 1987. ج2 . ط2. دار الفكر العربي.
- 21) محمد صبحي حسانين. التقويم والقياس في التربية البدنية. 2001. ج1. ط4. دار الفكر العربي. القاهرة.



- (22) مروان عبد المجيد إبراهيم. النمو البدني والتعلم الحركي. 2002. ط1. دار العلمية الدولية ودار الثقافة. عمان.
- (23) المسني. عبد الجواد. الإحصاء وقياسه في التربية و علم النفس. 1989. دار المعرفة الجامعية. القاهرة.
- (24) مصطفى السايح محمد ، صلاح انس محمد. الاختبار الأوربي للياقة البدنية-يوروفيت. 2009. : مكتبة الإشعاع الفنية. مصر.
- (25) مصطفى باهي، صبري عمران. الإختبارات و المقاييس في التربية الرياضية. 2007. ط1. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.
- (26) مفتي ابراهيم حماد. التدريب الرياضي الحديث. 2001. دار الفكر العربي. القاهرة.
- (27) منى فياض. الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسرس و الثقافي. 2004. المركز الثقافي العربي. لبنان.
- (28) ناهدة عبد زيد الديلمي. أساسيات في التعلم الحركي. 2008. ط1. دار الضياء للطباعة والتصميم. النجف.
- (29) نوال مهدي العبيدي و آخرون. التدريب الرياضي. 2009. دار الأرقم للطباعة. بغداد.
- (30) وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد. الأسس العلمية لتدريب الرياضي للاعب و المدرب 2002. دار الهدى للنشر والتوزيع. مصر.
- (31) وجيه محبوب. التعلم وجدولة التدريب الرياضي. 2001. دار الطباعة والنشر. عمان
- (32) وجيه محبوب. التعلم وجدولة التدريب الرياضي. 2001. دار طباعة والنشر. عمان.



(33) وديع ياسين، ياسين طه محمد. الإعداد البدني للنساء. 1986. مطبعة التعلية العالي. جامعة الموصل.

(34) المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل ( العلوم الإنسانية و الإدارية )، المجلد الأول ، العدد الأول، 2000.

(35) مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد 40، الماحق 04.

الملاحق

## ملحق رقم (01)

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

استمارة ترشيح اختبارات

نحن بصدد إجراء مذكرة التخرج بعنوان ((دراسة مستوى اللياقة البدنية لدى التلاميذ المراهقين (14-15 سنة) بمدينة باتنة)) مقدمة لنيل لشهادة الماستر في التدريب الرياضي وقد اخترنا مجموعة من الاختبارات من اجل تقييم كل من القوة ، السرعة ، المرونة ، المداومة ، ولكونكم من ذوي الخبرة والاختصاص في هذا المجال كان من الضروري العودة إلى آرائكم القيمة في الأدلال بأرائكم القيمة اذا ما كانت هذه الاختبارات تلائم البحث .

شاكرين تعاونكم مع التقدير

الأسم و اللقب :

الدرجة العلمية :

الإمضاء

| اسم الأختبار  | الهدف من الاختبار                                |
|---|--|
| اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر)                             | قياس التحمل (المداومة).                          |
| اختبار قياس مرونة الجذع                                     | قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي       |
| اختبار تقييم السرعة 30متر                                   | قياس السرعة                                      |
| اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني. | قياس القوة المميزة للسرعة لعضلات الذراعين        |
| القفز العريض من الثبات                                      | قياس القدرة العضلية للرجلين (القدرة الانفجارية). |
| أوافق   | لا أوافق   |
|   |  |

هل هناك اختبارات أخرى تراها أنسب ؟

.....

## 1) اختبار قياس المداومة :

### اختبار الجري 6 دقائق (نصف كوبر)

الغرض من الاختبار : قياس التحمل (المداومة).

الأدوات المستخدمة : الملعب الموجود في المؤسسة أو ساحة المؤسسة ، صفارة ، ديكامتر ، ميقاتي ، أقماع لتحديد الملعب.

وصف الأداء : يؤدي الاختبار أكثر من مختبر دفعة واحدة من البدء العالي ، عند سماع إشارة البدء ينطلق لمختبرون بالجري ولا يشترط على المختبرين الجري فقط إنما يستطيع المشي عند الشعور بالتعب ، بحيث يتم تسجيل المسافة المقطوعة لكل واحد وذلك بعد سماع إشارة الانتهاء ، ويقف كل مختبر في مكانه لتحديد المسافة بينه و بين نقطة البداية .

التسجيل : تسجيل عدد الدورات التي يقطعها في 6 دقائق ثم تضرب عدد الدورات في مساحة الملعب وكذا إضافة الأمتار الأخيرة التي وقف عندها المختبر . ( . C.Achok, 2008, P 101 ).

## 2) اختبار قياس مرونة الجذع :

الهدف من الاختبار : قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي.

الأدوات : مقعد بدون ظهر ارتفاعه ، مسطرة غير مرنة مقسمة من الصفر الى مائة سم مثبتة عموديا على المقعد بحيث يكون رقم 50 سم موازيا لسطح المقعد و رقم 100 موازيا للحافة السفلى للمقعد ، مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة.

مواصفات الاختبار : يتم باستخدام جهاز مرقم أو باستخدام الأرض المرقمة بالطباشير ، يقوم اللاعب بالجلوس طولا مع استقامة الظهر ، يحاول اللاعب دم ذراعين أماما على استقامة وثني الجذع للأمام

للأمام للوصول إلى أبعد مدى ممكن ، تقاس المسافة من بداية العقبين للمدى الذي يستطيع اللاعب أن يصل إليه بأطراف أصابعه و تسجيل مرونة اللاعب .

### توجيهات :

- يجب عدم ثني الركبتين أثناء الأداء .
- للمختبر محاولتين تسجل له أفضلهما .
- يجب أن يتم ثني الجذع ببطء .
- يجب الثبات عند أخرى مسافة يصل إليها المختبر لمدة ثانيتين . (مصطفى السايح محمد و صلاح

انس محمد ، 2009 ، ص78)

وصف الإجراء الأول: يجلس المختبر على الأرض وقدميه للأمام والركبتين مستوية على الأرض.



### 3) اختبار تقييم السرعة :

اسم الاختبار: اختبار الجري 30 متر:

الهدف من الاختبار : قياس السرعة.

الأدوات : ساعة إيقاف.

المواصفات : يرسم خطان متوازيان المسافة بينهما 30 متر.

طريقة الأداء :من وضع الانطلاق الحالي يقوم المختبر بالجري فور سماع إشارة البدء من خط الانطلاق إلى خط الوصول على 30 م.

التسجيل : يسجل الزمن المستغرق من إشارة البدء حتى وصول التلميذ إلى خط النهاية.

(كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسنين 1997 ، ص312 )

### 4) اختبارات تقييم القوة

4-1 اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني.

غرض الاختبار : قياس القوة المميزة للسرعة لعضلات الذراعين

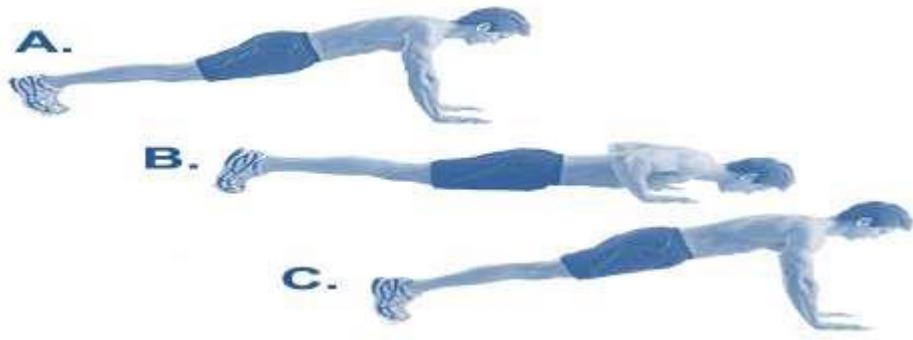
الإمكانيات و الأجهزة : زميل لحساب عدد مرات الثني و المد ، ساعة توقيت ، صفارة.

وصف الأداء : من وضع الانبطاح المائل مع ملاحظة اخذ الجسم الوضع الجيد و الصحيح ،

ملامسة الصدر أثناء ثني الذراعين كاملا ثم مد الذراعين كاملا.

حساب الدرجات : عدد مرات الثني و المد في عشر ثواني مؤشر للقدرة العضلية للذراعين.

(. C.Achok, 2008, P 146 .)



## 5) القفز العريض من الثبات

**الهدف من الاختبار:** قياس القدرة العضلية للرجلين (القدرة الانفجارية).

**الأدوات:** مكان مناسب للوثب، شريط قياس، قطع ملونة من الطباشير.

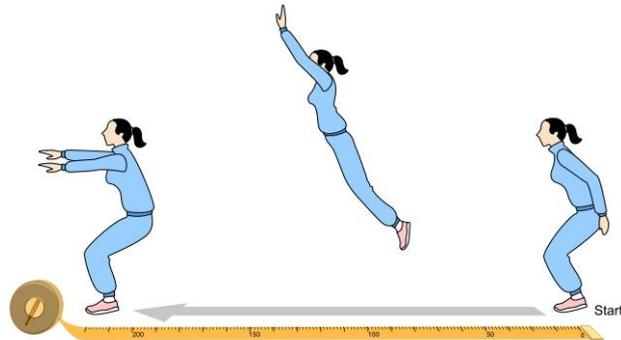
**وصف الاختبار:** يقف المختبر خلف خط البداية، يبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين

والميل للإمام قليلاً ثم يقوم بالوثب للأمام لأقصى مسافة ممكنة، عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين

مع مرجحة الذراعين للإمام.

**التسجيل:** يؤخذ القياس من نقطة البدء إلى اقرب نقطة تركها المختبر بأي جزء من جسمه على أن يكون

عمودياً على خط الارتقاء. (محمد حسن علاوي، محمد نصرالدين رضوان؛ 1982 ، 93 )



العنوان: دراسة مستوى اللياقة البدنية لدى التلاميذ المراهقين (14-15) سنة

دراسة: مقارنة بين تلاميذ الريف والمدينة بولاية باتنة

ملخص الدراسة:

الهدف الرئيسي من الدراسة كان معرفة مستوى اللياقة البدنية لدى التلاميذ المراهقين (14-15) سنة و المقارنة بين تلاميذ الريف و المدينة و لقد تم البحث على عينة قوامها 454 تلميذ و تلميذة بمعدل 227 من الريف و 227 من المدينة.

وبما أنه تم استخدام المنهج الوصفي و قد تم الاعتماد على مجموعة من الاختبارات البدنية(اختبار الجري 6 دقائق اختبار، قياس مرونة الجذع، اختبار تقييم السرعة 30 متر، اختبار ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في 10 ثواني، القفز العريض من الثبات، لجمع البيانات و تصنيفها و ذلك باستخدام الحقيبة الإحصائية ( spss ) و برنامج ( Excel ) حيث تم تحليلها تحليلًا كافيًا و دقيقًا لاستخلاص دلالتها و الوصول إلى النتائج التي تمثلت في: معظم أفراد العينة توزعت في المستوى المقبول و الجيد لدى تلاميذ الريف و المدينة ( 14-15) سنة . أما الفروق في مستوى اللياقة البدنية بين ذكور الريف و المدينة فكانت ذات دلالة إحصائية في اختبار الجري 06 دقائق لصالح تلاميذ الريف 14 سنة ذكور و ذات دلالة إحصائية في اختبار القفز العريض من الثبات في فئة 15 سنة ذكور لصالح تلاميذ الريف و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بقية الاختبارات أما الفروق لدى الإناث فكانت ذات دلالة إحصائية في اختبار الجري 06 دقائق لصالح تلاميذ الريف 14 سنة إناث و ذات دلالة إحصائية في اختبار القفز العريض من الثبات لدى فئة 15 سنة لصالح إناث الريف و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بقية الاختبارات.

**Title: Study of fitness level to middle school students(14- 15 years).  
Comparison between the countryside and the city in Batna**

**Abstract:**

The main objective of the study was to know fitness level to middle school students (14 to 15 years), and comparison between rural and city students for each category of age groups. It has been researched on a sample of 454 male and female students; in which 227 rural students and 227 from the city.

Since the descriptive method have been used, we relied on a set of physical tests ( running test for 6 minutes, stem flexibility test, speed test 30m, bend and stretch arms test from oblique position in 10 seconds, broad jumping from stability). In the process of data collection classification, the statistical pouch (spss) was used, in addition to excel, where it has been well analyzed to extract it's significance and access to results which is represented in: most sample members, who were distributed between acceptable and good levels for both rural and city students (14-15 years). In the other hand, the differences in fitness level between city and rural males there was a statistical significance in running test 6 minutes in favor of rural students 14 years and of statistical significance in broad jumping from stability in 15 years old category in favor of rural students and there was no differences of statistical significance in the other tests. Female differences had statistical significance in running test 6 minutes in favor of rural students 14 years and broad jumping from stability for 15 years old age category in favor of female rural students and there was no statistical significant differences in the rest of the tests.