

أنواع الرعة والقربك العقلية وطقها بطورية الوضية الملمية في لعبة التنس
لأضي للطلاب

لبنى نعمة كطلم

لورق. جمعة لكوفة. كلية لتربية للبنك. قم لتربية للبنية وعلوم لريضة
Evan88@yahoo.com

للمخص

بعد لتقم العلي من ممزك صرنا الطور ذتل جوب لحيه لاختفة بما
فيها لجب لريبي لتي تفلل مع لعلوم الطبيعية ولنسائية بنية لحد لود
لحد أشلماً مونا تهبداً لوصول لى لسويق لعليا في لعللية لريبية
للمختلرة ولمان لحد لود لا يتحق من عر هذه لعلوم قلبد من وضع لورق
ولسالي حديية تسهم في طور للعب لريبية كفتو لولسما لعبة لتس لأضي
لتي تلخ لى تهبة بنية ومهابة وعقلية عالية ، ومن خلل مللظة لللحة
لسترة للروس لعلي و لطلاع على لصور لعلية و لتزيت فيما يخص
لعبة لتس لأضي طلعت لى أنواع لرة وعليك للحد لعلي لها حر
كبر في هذه للعبة لك لتحت لبع للمكلى في نكرة لكثو من لحره
ولبلحن لعلان في لجل لريبي. ومما لتقم توز لانا لعية مشكة طلقة
أنواع لرة ووض لقربك العقلية وطقها بطورية الوضية الملمية ولخافية
في لعبة لتس لأضي. وبع لبع لى :

1- لتعرف على أنواع لرة والقربك العقلية.

2- لتعرف على لطقة لواع لرة والقربك العقلية وطقها بطورية
الوضية الملمية في لعبة لتس لأضي للطلاب.

لكلك لمقلية : لقربك العقلية ، بطورية الوضية الملمية ، لتس

Types of speed and mental abilities and their relation with the frontal ground shoot in tennis among female students

Evan Neamaa Kazem

Iraq. University of Kufa. College of Education for Girls. Department of Physical Education and Sports Sciences

Evan88@yahoo.com

Abstract

Scientific progress is one of the characteristics of our time, including the various aspects of life, including the sports aspect, which interacted with the natural and human sciences in order to prepare the individual in a comprehensive and balanced manner in order to reach the highest levels in the selected sports activity. Since the individual's preparation is not achieved other than these sciences, Modern methods and approaches have been set up to contribute to the development of all sports, especially tennis, which needs physical, professional and high mentality. Based on the researcher's continuous observation of scientific lessons and access to scientific resources and the Internet in relation to tennis ground, it has been shown that the types of speed and mental preparation processes have a large space in this game, so the experts of sports field took it into consideration a great deal. Based on what has been mentioned above, the importance of the relationship problem between the types of speed and some mental abilities and their relation to the front and back ground shoot and back in tennis game is highlighted. The research aims to:

1. Identify types of speed and mental abilities .
2. Identify the relationship the types of speed and mental abilities and their relationship to the frontal ground shoot tennis among students.

Keywords: mental abilities, front ground shoot, tennis

1- لقمة :

تعد لعبة التنس الرياضي من الألعاب التي يتميز لها بالحد من التفكير العقلية وطرفك البدنية لذلك كل يجب الارتفاع والتكامل بمستوى هذه التفكير من أجل تحقيق أفضل للجوارك من خلال تطور طرفك البدنية بشكل علم والروعة بشكل خاص وذلك لتطبيق الواجب التكتيكية والتكتيكية المطلوبة من اللاعبين خلال اللعبة، لما بالنسبة التفكير العقلية تقطعت لمة لمرة لكافة اللاعبين لتتطلب تصرف حركية من اللاعبين على الساحة وخطة في هذه اللعبة التي زلت من الأهمية للتفكير العقلية بغير تطور العقل في اللعبة على حسابها عن التفكير والتعبير التي شمتت للعبة التي زلت من أهمية التفكير العقلية بكفاءة عالية زيد من فرص تحقيق للجوارك الجيدة والتفكير العقلية لها دور أساسي في المجال الرياضي فضلاً عن التفكير العقلية مهمة في تفعيل الرياضي حيث تلعب للنقل في نقل طريقة الأضية وتعد لصلة لنهاية الأداء للعب كما وتدمجها للسؤال (طريقة الملوية) من المهارة الأساسية والحيوية للعب لما لها دور فاعلي في عملية تحول النقل بنجاح وبالتالي تحقق الفوز تضع للعب في حالة تصرف حركي يبقى ظهور المثر وذلك فهو يبقى بلستجبة للعب تجاه المثر. ومن هنا تكمن أهمية البحث في التعرف على أنواع الروعة ووضع التفكير العقلية وطاقها بطريقة الأضية للمليتي لعبة التنس الرياضي للطلاب من خلال معرفة نوع الطلاقة بينهما وبالتالي تضمن وتطور وارتفاع مستوى الأداء.

وتعد كل من الروعة والتفكير العقلية عضون مهمين في المجال الرياضي وللعلماء ليطية مختلفة وهناك أكثر من اللعب ليطية التي تحتاج إلى الروعة والتفكير عالية ومن ضمنها لعبة التنس الرياضي ومن خلال هذه العلمان المهين يكون الارتفاع بالمستوى البدني والمهارة والخطي والتقني. وغيرها ومن خلال ومن خلال ملاحظة الباحثة لمستوى التروس العلمي والاطلاع على لصور العلمية والتدريب فيما يخص لعبة التنس الرياضي أظهرت أن أنواع الروعة وعملك الحد العقلي لها حركية في هذه اللعبة لذلك لخت البعد المتكامل في نكرة أكثر من الخبراء والباحثين العلمان في المجال الرياضي. ومما تقدم نوز لنا أهمية مشكلة طلاقة أنواع الروعة ووضع التفكير العقلية وطاقها بطريقة الأضية للملية في لعبة التنس الرياضي..

ويهدف البحث إلى :

- 1- التعرف على أنواع الروع والفرق العقلية.
- 2- التعرف على العلاقة لأنواع الروع والفرق العقلية وعلاقتها بطبوية الأندية المملية في لعبة التنس للطلاب.

2- إجراءات البحث :

- 2-2 منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لمانته طبيعة لشكالة .
- 2-2 مجتمع وعينة البحث: ان اختيار عينة البحث مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالأهداف والبرامج التي سوف تستخدمها لتحديد طبيعة العينة التي سيختارها وتم اختيارهم لتجري عليهم للدراسة ، وتكون مجتمع البحث من طلابك للوحلة لثلاثة قم التربية الرياضية جامعة لوفرة للعلم للولي 2016-2017 و لبالغ عددن (28) طلبة لماعينة البحث تتكون من (20) طلبة تم اختيارهن بطريقة عشوائية.

2-3 الأجهزة والمواد المستخدمة:

- مسطرة بلاستيكية.

- أقراص (CD) كوريق طبع نوع (sks).

- ثريمتري أقيل للسافة.

- كريك تنس عدد 4

- ملعب التنس الوضي

- نترطة ملققة ملونة.

- ساعة وقت إلكترونية نوع (Casio) عدد (2)

2-4 تجربة للمظلمية:

تعد التجربة للمظلمية تريباً عملياً للوقت على السديك التي تقبله أثناء لجرايك والختبوك أنفانيا مستقبلاً ناك قلت البلحة لجراء التجربة للمظلمية على عينة من خراج مجتمع البحث والبلغ عديني (5) طالبك في تليخ (2016/10/3) لوقي يوم اللثن لصول على النتجظنورية لوض لتباع السيق لطي لجرايك لبحث. ولعت لولبة للمظلمية بعد بلوع بتليخ 2016/10/10 للثن ووجت البلحة من ظنوري لجراء التجربة للمظلمية للستولج متعربك لولبة وقد هتقت لتجربة:

1- تهيئة لكو لسلو ووزيع لمهام على كى ولحد منهم.

2- لتأكد من سلامة الأجهزة لستخدمة لالوك.

52 لختيل للختبوك:

1-52 لختبوك أواع الوعة والقرنك لعلية:

1- لسم للختيل نركن (20) موز من بديلة متحركة.

- لهن من للختيل: قيل الوعة لوكية.

- لالوك لستخدمة نسلطة ووقت، ملج، شريط لطق.

- لريقة للاء: يق للاب عذخ لبلية، وعذسماع بثولة لباء يقوم للاب بلوكن بموعة الى خط لنهلية،

شروط للاء:

* ل يدا للاب للختيل من وضع لباء لعلية.

* يدا للاب بلوكن عذسماع بثولة لباء.

- لتلجى: يلى للاب لومن لني يستوقه لقطع لسلقة لالوية من خط لباء الى خط لنهلية ولقب 10/1 ثلنية

- عذ لحوالك: للاب لحوالتن تحتب لحوالة للقل

2-لمم الختيل: لوكس لي الملم ثم لوكس عكى لثيلة لوكية.

- لغ من الختيل: قيل سورة للمتجيلة.

- اللوك المستخدمة تسلة وقت، ملب، ثويط لطق.

لويقة للاء: بسم خطوله (10) لمتل، يق لللب في مقف لظ

(نقطة لبدية)، وضع ثويط لطق لمم لللب على بعد (5) لمتل، يقم مسلي للختيل بلطلاء ثيلة لبد بالختيل ليقم لللب بلوكس لي الملم، وعد ول لللب لي لثويط للطق يقم لسلي بلطلاء لعل لطي لوكس لي لحد للجلين (من و ييل) ليقم لللب بلوكس لي للجاه لعلكي لي خط لنهليمة من لجهة للطلوية.

- ثويط للاء: ل يبدأ لللب للختيل من وضع لبد لعلي.

* على لللب لبد للختيل عتسماع ثيلة لبد.

* على لللب تصحيح مسوله ذا لخطأ في تحديد للجاه للطلب منه.

- لتجلي: ييل لللب لوكس لي يبتوقه في لاء للختيل ولقب 10/1

ثنية.

- عدد لحوالك: لللب لحوالك لحتتب لحوالة للقل.

3- سلم الاختبار :- اختبار الحوي لمكي وسبق المكعب 94م

-غرض الاختبار : قياس السرعة التنافسية وسرعة تغير الاتجاه

- اللوك للزامة : مظقة قضاء مساحتها 10x10 وعدد 4 مكعب عدد 2 مسلة
يقبل لعب لمن.

- وصف الاختبار : يتخذ المختبر وضع اللتعداد خط البداية (ضع لوق) وعند إعطاء إشارة البدء يطلق ببقى سرعة نحو المكعب بحيث ينقل احد المكعب ويعد به ببقى بسرعة لينع المكعب خط البداية ثم يطلق مرة أخرى لينقل المكعب لثاني ويعد به ليقطع خط البداية ببقى سرعة ممكنة.

- حساب الدرجات : تحسب نتائج كل محاولة لوق $1/10$ من الثانية وتحسب المختبر نتائج لمن محاولة.

4- اختبار شبكة تركيز التنبيه:

يستخدم هذا الاختبار التي يطلق عليه اختبار (شبكة التركيز)

(Grid concentration test) تقيس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه.

ومدة هذا الاختبار دقيقة واحدة تقطو يطلب من اللاعب ان يضع شريطة (/) على كل عدد من الأرقام التي تلي رقم المعن التي يجده لاقلم بالاختبار فمثلاً عند تحديد رقم البدء بل رقم (17) على سبيل المثال فينبغي على الشخص المختبر ان يقوم وضع شريطة (/) على رقم (18) ومن ثم رقم (19) وهكذا وعدم محاولة وضع شريطة (/) على رقم (19) ولأتم (18) ثانية. ويمكن لاستخدام هذا الاختبار مبرك عدة مع تغير رقم اللبائي المحدد لكل مرة تالية كما يمكن تغير ارقام شبكة التركيز وعلى نسخ متعددة منها مع تغير مكل ارقامها حتى لا يتعود المختبر على خطوط مكل الأرقام وراعي ان تكون الأرقام جميعها مكونة من عدد من 01 ، 02 ، (23) وهكذا... كما يمكن لجراء الاختبار في العديد من المواقف التجريبية متى الأداء لم لم لاملء و طيلة بعض المتعربك المشتمة للنتباه

- التصحيح : يتم التصحيح بإصاء الأ قلم التي قلم الرطبي بتطبيها بطريقة صحيحة في ضمن مدة لاقية لحددة للجاء للختل ويتم منح درجة واحدة لكل رقم مشطوب بطريقة صحيحة وكلما ارتفعت درجة الرطبي إلى ذلك على قوته العالية على تذكر التتبع كما في التالي التي :

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	95	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	10
50	9	64	8	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

5- اختبار للورك الحس-حركي :

- رسم للاختبار : لورك الحس - الحركي بتقدير موقع لملي (يون الخطر)

- الهدف من الاختبار : تقييم الأداء (تقديراته) لليون الخطر

- الأدوات :

* حبل مللي

* كرات

* كرات يد عد (5)

* صلبة عن فك لوزن كل عد (5) من لقتل لنظم

* بسقولة لتجلي تظلو لمحوك لخترو (للعب)

* لو تظوي على الحظ مسومة يكون ق 05 م عد (4)

- الطريقة للأداء : يق للعب خط لخط لتنفذ التي بعد (9) م ويبدأ ربي ربي
كرات لولحة لو التي بعد وضع صلبة تجب لوية على لو الأربعة
للمسومة على الحظ لو التي يكون ق 05 م.

6- اختبار روبروملو :-

- الهدف من الاختبار : قياس قوة ودقة ضربك المضية للملية والخافية في
التي المضية.

تحديد على : يقوم لسلي بملاحظة وتجلي لمحوك طحيجة التي تنو بين
الشبكة والي ويحدد مظقة سقوطها.

- يق لخص لسلعة بجمع لكرات ووضعها في صندوق مجاور لاخترو.

- الطريقة : يق لاخترو خل القلم وتويق لكرة في لوس انفسه ثم يوزنها
محولاً لصلها ل مظقة ال ل لقم الخافية من اللعب لمقلي.

يجب لاختبار كرتن للملحة وكرتن ضربية خلفية الولي لا تكون موهوبة في
التجبي يسمح لكى مختر بءاء (K) محاولة ظنرية للملحة و (K) ظنرية
الخلفية.

- التجبي :

1- يطي لقيم المذكورة في التكي للوك التي تو بين لحظة العليا للشبكة
والطي وتظفي لمظقة المحددة لها.

2- لوك التي تقط على الخط تصل على لقيمة للطي للمظقة.

3- لوك التي ترفق لطي تصل على ضف لقيمة للمظقة التي تقط لورة
فيها.

4- المتو لني يقبل في محاولة ضرب لورة تختب عليه محاولة.

5- لوك التي يجب لطنها تطل وتختب لها لورة لخطها بها.

62 لورلة لرئيسية :

قلت البلحة بلجوا لورليك لرئيسية على عينة البحث وابلغ عنها (20) طلبة
بتاريخ 2016/12/5 وتمت للجوامك البحث لمستخدمة في لورلة لرئيسية
بلجوا لختبل لورة للتقالية ولورة لوكية وسورة للمتجبة ولعليك
لعقلية (وكو للتباه/ للوك - لى لوكي) ولختبل ووروملو لقبل قرة
ظنريك للضية للملحة وتم تجهت للبلحة لى لجوا لمعالجة للصائية.

2-7 لسك للصائية :

تم بلتحلم للقيمة لتعليمية spss

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3.1 عرض نتائج أنواع اللوحة وخص الفروق لعقلية وعلقتها بطورية الضحية للملية في لعبة التنس الوضي لأود عينة البحث وتحليلها ومناقشتها: -
 بعد كمال لإتمام البحث على عينة البحث تم الوصول على ليك الطوية وعدم معالجتها إحصائياً ظهرت النتائج كما في الجدول (1) .

الجدول (1)

بين لوسط الحلي وللحرف المعيارى وقيمة معالى الارتباط واللالة لإحصائية لأواع اللوحة وخص الفروق لعقلية وعلقتها بطورية الضحية للملية في لعبة التنس الوضي للطلاب

ت	معالم إحصائية لاختبارك	وسط حلي	لحرف معيارى	قيمة الارتباط لعموية	القيمة الجولية لإحصائية	لالة
1	اللوحة للتقالية	596	1.24	079	042	معنوي
	اللوحة لحوكية	325	2.13	089	042	معنوي
	لوحة للمتجبة	1.95	0054	099	042	معنوي
2	تكو للفتاه	1025	1.05	079	042	معنوي
	للواك الحلي	8291	533	072	042	معنوي

عد درجة حرية (19) وبستوى دلالة (005)

بين الجدول (1) أظهار لوسط الحلي لأواع اللوحة منها اللوحة للتقالية هو (596) وللحرف المعيارى (1.24) ومعلى الارتباط بين اللوحة للتقالية وطرورية الضحية للملية هو (079) ل لوسط الحلي لأواع اللوحة منها اللوحة للتقالية هو (596) وللحرف المعيارى (1.24) ومعلى الارتباط بين اللوحة للتقالية وطرورية الضحية للملية هو (079) ول لوسط الحلي للوحة لحوكية هو (3425) وللحرف المعيارى (2.13) ومعلى الارتباط بين اللوحة لحوكية وطرورية الضحية للملية هو (089)، ول لوسط الحلي للوحة للمتجبة هو (1.95) وللحرف المعيارى (0054) ومعلى الارتباط بين اللوحة لحوكية وطرورية الضحية للملية هو (099-) والقيمة الجولية قيمتها (042) وماسق عضة من النتائج تبين ل القيمة لعموية لمعربك لأواع اللوحة لكو من القيمة الجولية () وهذا بين له وجود علاقة لارتباط

معوية بين أنواع الرعدة ووظيفة الوضعية للملمية في لعبة التنس للوضي لأول عينة. وطباً لاجول بين لعلك لعقلية منها تركز للنتباه قد بلغ لموسط لصللي له (1025) وللحرف المعباري (1.05) ومعلل للارتباط بين تركز للنتباه ووظيفة الوضعية للملمية هو (079) والقيمة لاجولية قيمتها (04) ومماسق عضة من للنتائج تين ل القيمة لمحوبة لمتعرك أنواع الرعدة لكر من لقيمة لاجولية () وهذا بين له وجود علاقة ل تبطلمعوية بين أنواع الرعدة ووظيفة الوضعية للملمية في لعبة التنس للوضي لأول عينة. وطباً للورك - الص حركي بلغ لمسط لصللي له (8291) وللحرف المعباري (53) ومعلل للارتباط بين للورك - الص حركي ووظيفة الوضعية للملمية هو (072) والقيمة لاجولية قيمتها (04) ومماسق عضة من للنتائج تين ل القيمة لمحوبة لمتعرك أنواع الرعدة لكر من لقيمة لاجولية () وهذا بين له وجود علاقة ل تبطلمعوية بين أنواع الرعدة ووظيفة الوضعية للملمية في لعبة التنس للوضي لأول عينة.

23 مناقشة للنتائج :

ظلمت للنتائج لصللية على وجود علاقة ل تبطلمعوي بين لختبارك أنواع الرعدة ووظيفة الوضعية للملمية في لعبة التنس للوضي لأول عينة وكما ظهر بل لاجول (1) وكنت قيمة معلل للارتباط بين للختبارك ووظيفة الوضعية للملمية هي لكر من لقيمة لاجولية وهذه لعلاقة لك دلالة لصللية معوية وهي نتجة عن علاقة قوية للنتائج لأولية لعينة لبت في هذه للختبارك مع لختبار ووظيفة الوضعية للملمية وكلك لعلك لعقلية وهو لكر من لقيمة لاجولية للباغة (04) ول لختبارك الرعدة لعقد بور كور جاً على لجهل لصللي في علية راسل للعبارك لصلية الربعة لى لصلك لعلملة وفي هذا لخص وبتبوعاً الرعدة لركية وللنقلية فسولوجياً في لجهل لصللي لركي لني عليه ل يقوم وظيفته لمهمة من خلال للبتلك للربعة وللمكرة لصلك للسنثرة ولك للخليا لصلية وكلك للختبار لائق وللتظيم للسطر لعل للركية ومن خلال لك فقط يمكن تحقق سرعة علية سواء كل ذلك بالنسبة للرعدة لركية و للنقلية، ومن جلب لخر وتب الرعدة لركية بلعل لصللي لني هو نتاج تنفيذ ووجهك لجهل لصللي لركي

4- للمنتجك والتضيق:

4-1 للمنتجك :

1- ظهرت النتائج الإحصائية على وجود علاقة ارتباط معنوي بين اختبارك أنواع الرعة وطريقة الأضية الملمية في لعبة التنس لأضي لؤد العينة.

2- ظهرت النتائج الإحصائية على وجود علاقة ارتباط معنوي بين اختبارك لعليك لعقلية (تكرز للتباه / للورك - لص حوكي) وطريقة الأضية الملمية في لعبة التنس لأضي لؤد العينة.

4 2 لتضيق :

1- يجب التأكيد على التدريب لي يحق تطبيقاً صحيحاً للمتغيرك قيد الدراسة بما يشجم مع لؤاق بين التفريرك لمستخدمة (ابنية و لعقلية) فك لنسب للؤر في تحقق مستويك عالية من مستوى الطالب.

2- اعتمد للختبارك في اللوم اعلي تحقق لمستوى الجيد للطلاب وتطورهن.

الصادر

- يعقوب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مطبعة الطلبة 2000
- عبد الاحمن للمي: بسلييك للتعلم الحركي، العراق، لافسفةة طءا، مءوءة مؤفء الفففة للوءرفء، 2004.
- علف سسهل: الوقق واللسءءة لءركفة وءظفها بءقة ذاء لءهرك لاففة للءب لءر بلكرة الطءرة، رسالة مءءءر كفة للرففة لوففة، ءلمعة بءءا، 2005.
- وءبفه مءرب: ءرفف البء العلف ومناءبفه لءول، ءل لءب للءبلة و الشء، 1988.
- رفسل ءرفط: مئءء البء فف للرففة البءفة، ءلمعة لءول، مءوفة ءول لءب للءبلة، 1988.
- ءلم ءن لءءلوف و آءون: للءءبارك و لءفل و للءفم فف للرففة لوففة، لءول، طءبعة للءفم العلف، 1988.
- رفبع ءء ءملف: ءمفم و بئاء لءءبارك لءفل بءس عظو للفة البءفة العطفة للءف ءصلف كرة لءم، 2009.
- علف سلوم ءوءا: لءب لءرة و لءرب للءف الوءف، ءلمعة لافسفةة طءب بءطبع اللءب، 2002.
- مءءءن علوف: موءعة للءءبارك للرففة لوففلن، لافءرة ءول لءب للشء، 1988.
- لمءءء لءرفم، علف صطفف طءه، نالف لءوفن بلكرة الطءرة ءول لءب، لءب للءبلة، 19.
- علف سلوم ءوءا: لءب لءرة و لءرب للءف الوءف، ءلمعة لافسفةة طءب بءطبع اللءب، 2002.
- أو لءاء لمءءء لءءءء لمءءءو لائن، فسولءبفا للفة البءفة، لافءرة ءول لءر لءوف، 1993.