



وَقُلْ أَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ
وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ

[Type a quote from the
document or the summary of
an interesting point. You can
position the text box anywhere

Alexandria University
Faculty of Physical Education for Girls
Department of Sports Training and
Movement sciences

Factor Analysis for Agility Dynamics in Selecting Tennis Distinguished Students in Faculty of Physical Education for Girls

A thesis presented by

Mai Saied Ahmed Ahmed Faied

Demonstrator, Department of Sports Training and Movement Sciences

Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
Master degree in Physical Education

Supervisors

Prof. Dr. Soad Mohamed Ahmed Gabr

Hand ball Emeritus Professor

Department of Sports Training and Movement
Sciences, Faculty of Physical Education for Girls ,
Alexandria University

Prof. Dr. Hala Youssef Mandour

Tests and Measurements Professor

Department of Sports Training and Movement
Sciences, Faculty of Physical Education for
Girls , Alexandria University

Asst. Prof. Dr. Sohair Talaat Ibrahim

Asst. Professor, Department of Sports Training and Movement Sciences,
Faculty of Physical Education for Girls , Alexandria University

2009

شكر وتقدير

(عبدى لن تشكرنى ما لم تشكر من قدمت لك الخير على يديه)

حديث قدسى

الحمد لله الذى وفقني لهذا وما توفيقى إلا بالله والصلاة والسلام على أشرف خلق الله أجمعين رسولنا المصطفى صلى الله عليه وسلم .. وأستله بالسجود لله عز وجل حمداً وشكراً وإجلالاً وتقديساً لصفاته بأسمائه الحسنى فمن خلالها كان العون والتوفيق فى الخروج بهذا البحث إلى حيز الوجود ، فليس لى من شىء إلا أن أحمد الله فى كل خطوة أخطوها فى هذه الدنيا وأشكره فى حياتى حتى مماتى .

وفى هذا المقام أتقدم بخالص شكرى وتقديرى وعرفانى إلى من علمتنى كيف يكون البحث ، ودعمتنى لأستوعب التوصيف الأمثل لطالب العلم والمعرفة ، إلى من كان لإرشاداتها وتوجيهاتها الفضل فى إنجاز هذا البحث إلى الأستاذ الدكتور / سعاد محمد أحمد جبر أستاذ كرة اليد المتفرغ بقسم التدريب الرياضى وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية لها الشكر والتقدير ، فقد بذلت قصارى جهدها ولم تبخل بالوقت والجهد والعطاء ، وفقها الله وجزاها عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور / هالة يوسف مندور أستاذ اختبارات ومقاييس بقسم التدريب الرياضى وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية ، والدكتور / سهير طلعت إبراهيم أستاذ مساعد بقسم التدريب وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية لتوجيهاتهما المستمرة والواضحة للخروج بالبحث بهذه الصورة ، وفقهما الله وجزاهما عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير والامتنان إلى الأستاذ الدكتور / إيلين وديع فرج أستاذ الكرة الطائرة المتفرغ بقسم التدريب الرياضى وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية ، والأستاذ الدكتور / فوزى السيد قادوس أستاذ ألعاب المضرب بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية على كرم تفضلهما وترحابهما بقبول مناقشة هذه الرسالة فلهما منى كل التقدير والاعتزاز .

والى من قال فيهما الحق : " وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا " إلى أبى - رحمه الله - والى أمى مقبلةً على يديها فلها الفضل كل الفضل فى تنشئتي وتقويمى وتهذيبى ، فهى الشمعة التى أضاءت لى الحياة بالنور والأمل والتفاؤل بمستقبل باهر ؛ لذا فلن أستطيع أن أوفيهما ولو بجزء ضئيل من هذا الجهد العظيم ، وكذلك أشقائى الأعزاء .

ولا يفوتنى أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير وأسمى وأرق معانى الحب والوفاء والإخلاص وعرفاناً بالجميل إلى زوجي الأستاذ / أحمد محمد مصطفى عبد الرازق حسن الذى دلى لى كل الصعوبات وضحى بالكثير من الوقت والجهد فى سبيل إتمام إجراءات البحث فلولوا الوفاء والعطاء الذى غمرنى به ومساعدته لى بكل صدق ما كان لهذا البحث أن يخرج للنور فله منى كل التقدير والاعتزاز .

واخيرا وليس بآخر أتقدم إلى ثمة حياتى ابنتى مايا بكل الحب والحنان والمعانى الحميلة لما تحملته من بعد ومشقة وعناء .

وأدعو الله أن يوفقنا جميعاً ، إنه نعم المولى ونعم النصير .

الباحثة

قائمة المحتويات

| رقم الصفحة | الموضوع |
|------------|--|
| ج | قائمة الجداول |
| د | قائمة الأشكال |
| د | قائمة المرفقات |
| ٢ | الفصل الأول |
| ٤ | مشكلة البحث |
| ٤ | أولاً : المقدمة ومشكلة البحث وأهميته . |
| ٤ | ثانياً : أهداف البحث . |
| ٤ | ثالثاً : مصطلحات البحث . |
| | رابعاً : حدود البحث . |
| | الفصل الثاني |
| | الدراسات النظرية المرجعية |
| ٦ | أولاً : الدراسات النظرية المرجعية |
| ٦ | • مفهوم الرشاقة . |
| ٧ | • أهمية الرشاقة في الأنشطة الرياضية . |
| ٨ | • علاقة الرشاقة بعناصر اللياقة البدنية . |
| ٩ | • مكونات الرشاقة . |
| ٩ | • أهمية الرشاقة ومكوناتها في التنس . |
| ١٢ | ثانياً : الدراسات السابقة المرتبطة |
| ١٣ | • الدراسات العربية . |
| ١٥ | • الدراسات الأجنبية . |
| ١٧ | • التعليق على الدراسات السابقة . |
| ١٨ | ثالثاً : تساؤلات البحث |
| | الفصل الثالث |
| | إجراءات البحث |
| ٢٠ | أولاً : منهج البحث . |
| ٢٠ | ثانياً : مجتمع وعينة البحث . |
| ٢١ | ثالثاً : مجالات البحث . |
| ٢١ | رابعاً : أدوات البحث . |
| ٢١ | خامساً : الدراسات الاستطلاعية . |
| ٢٢ | سادساً : الدراسة الأساسية . |
| ٣٠ | سابعاً : المعالجات الإحصائية . |
| | الفصل الرابع |
| | عرض ومناقشة النتائج |
| ٣٢ | أولاً : عرض النتائج . |
| ٤٧ | ثانياً : مناقشة النتائج . |
| | الفصل الخامس |
| | الاستخلاصات والتوصيات |
| ٦٨ | أولاً : الاستخلاصات |
| ٦٨ | ثانياً : التوصيات |

رقم
الصفحة

٧٠
٧٤

الموضوع
المراجع

أولاً: المراجع العربية
ثانياً: المراجع الأجنبية
المرفقات
ملخص البحث باللغة العربية
مستخلص البحث باللغة العربية
مستخلص البحث باللغة الإنجليزية
ملخص البحث باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

| رقم الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
|---------------|---|---------------|
| ٢٠ | تصنيف مجتمع البحث | ١. |
| ٢٠ | المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم معاملات الالتواء لمتغيرات (الطول (سم) - الوزن (كجم) - العمر السنوي (سنة)) | ٢. |
| ٢٥ | المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم "ت" للإرباعي الأعلى والأدنى للاختبارات | ٣. |
| ٢٦ | معامل الارتباط بين القياس الأول والقياس الثاني للاختبارات قيد البحث | ٤. |
| ٢٧ | الاختبارات التي تم استبعادها بسبب عدم حصولها على معامل ثبات مقبول | ٥. |
| ٢٨ | معامل الموضوعية للاختبارات | ٦. |
| ٢٩ | الاختبارات التي تم استبعادها لعدم حصولها على الحد الأدنى من الموضوعية | ٧. |
| ٢٩ | الاختبارات المستخلصة للتحليل العاملي | ٨. |
| ٣٣ | مصفوفة الارتباطات البينية | ٩. |
| ٣٤ | عدد ومستوى الدلالة والنسبة المئوية لمعاملات ارتباط المصفوفة البينية | ١٠. |
| ٣٥ | مصفوفة العوامل المستخلصة قبل التدوير والجذر الكامن ونسبة التباين وقيم الشيوخ | ١١. |
| ٣٧ | مصفوفة العوامل بعد تدويرها تدويراً متعامداً بطريقة الفاريماكس للاختبارات قيد البحث | ١٢. |
| ٣٨ | مصفوفة العوامل بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس | ١٣. |
| ٣٩ | مصفوفة العوامل بعد التدوير المائل وقبل حذف الغير دال إحصائياً | ١٤. |
| ٤٠ | مصفوفة العوامل بعد التدوير المائل والدالة إحصائياً | ١٥. |
| ٤٠ | تحليل تباين الانحدار لاختبار شافيز ونايدر لقوة الضربات الأمامية الأرضية | ١٦. |
| ٤١ | معاملات الانحدار لاختبار شافيز ونايدر لقوة الضربات الأمامية الأرضية | ١٧. |
| ٤٢ | تحليل تباين الانحدار لاختبار شافيز ونايدر لقوة الضربات الخلفية الأرضية | ١٨. |
| ٤٢ | معاملات الانحدار لاختبار شافيز ونايدر لقوة الضربات الخلفية الأرضية | ١٩. |
| ٤٣ | تحليل تباين الانحدار لاختبار ضرب الكرة المتكرر على الحائط $\times 30$ ث | ٢٠. |
| ٤٣ | معاملات الانحدار لاختبار ضرب الكرة المتكرر على الحائط $\times 30$ ث | ٢١. |
| ٤٤ | تحليل تباين الانحدار لاختبار دقة الإرسال من الجانب الأيمن | ٢٢. |
| ٤٤ | معاملات الانحدار لاختبار دقة الإرسال من الجانب الأيمن | ٢٣. |
| ٤٥ | تحليل تباين الانحدار لاختبار دقة الإرسال من الجانب الأيسر | ٢٤. |
| ٤٥ | معاملات الانحدار لاختبار دقة الإرسال من الجانب الأيسر | ٢٥. |
| ٤٦ | تحليل تباين الانحدار لاختبار لمستوى الأداء في التنس | ٢٦. |
| ٤٦ | معاملات الانحدار لاختبار لمستوى الأداء في التنس | ٢٧. |
| ٤٧ | الاختبارات المتشعبة على العامل الأول | ٢٨. |
| ٥٠ | تشبعات العامل الثاني | ٢٩. |
| ٥١ | تشبعات العامل الثالث | ٣٠. |
| ٥٣ | تشبعات العامل الرابع | ٣١. |
| ٥٦ | تشبعات العامل الخامس | ٣٢. |
| ٥٨ | تشبعات العامل السادس | ٣٣. |
| ٥٩ | تشبعات وحدات الاختبارات على العوامل المستخلصة باستخدام أسلوب التدوير المتعامد والمائل | ٣٤. |
| ٦٠ | الارتباطات البينية ومعامل الثبات لاختبارات الاختبارات | ٣٥. |
| ٦٠ | بطارية الاختبارات المستخلصة | ٣٦. |

قائمة الأشكال

| رقم الصفحة | عنوان الشكل | رقم الشكل |
|---------------|-------------------------------|--------------|
| ٣٦ | اختبار التراكم (SCREE Plot) | ١ |

قائمة المرفقات

- مرفق (١) التوزيع الزمني التطبيقي للقياسات والاختبارات قيد البحث
- مرفق (٢) اختبارات بدنية للرشاقة ومكوناتها.
- مرفق (٣) اختبارات الأداء المهارى فى التنس

جدول (٩) مصفوفة الارتباطات البينية

| ٢٩ | ٢٨ | ٢٧ | ٢٦ | ٢٥ | ٢٤ | ٢٣ | ٢٢ | ٢١ | ٢٠ | ١٩ | ١٨ | ١٧ | ١٦ | ١٥ | ١٤ | ١٣ | ١٢ | ١١ | ١٠ | ٩ | ٨ | ٧ | ٦ | ٥ | ٤ | ٣ | ٢ | ١ | |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 1 | ١ |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٢٩٣ | ٢ |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٠٤٩ | ٠.١٧٤ | ٣ |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٣٣٨ | ٠.٠٣٦ | ٠.١١٢ | ٤ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٢٩٥ | ٠.٣٣٣ | ٠.٠٢٢ | ٠.٠٤٦ | ٥ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٤٦٥ | ٠.٣٩٣ | ٠.٢٦٤ | ٠.١٠٦ | ٠.٠٣٥ | ٦ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٢٥٣ | ٠.٤٠٢ | ٠.٢٥٩ | ٠.٢٧٩ | ٠.١٢٢ | ٠.١٦١ | ٧ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٣٤٩ | ٠.٣١٣ | ٠.٣٩٧ | ٠.١٦٧ | ٠.٠٧٤ | ٠.٢٦٧ | ٠.٢٢٥ | ٨ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٣٨٧ | ٠.١٣٩ | ٠.١٥١ | ٠.٢٥٢ | ٠.١٦٤ | ٠.١٢٢ | ٠.١٠٠ | ٠.٠٤٤ | ٩ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٣٠٤ | ٠.٥٥٧ | ٠.٢٠٨ | ٠.٢٧١ | ٠.٣٦٢ | ٠.٢١٧ | ٠.٠٧١ | ٠.٢٠٥ | ٠.١٥٨ | ١٠ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٣٦٠ | ٠.١٧٤ | ٠.٣٤٢ | ٠.٣٥٧ | ٠.٣٩٢ | ٠.٣٠٥ | ٠.٢٥٨ | ٠.٣١٧ | ٠.١٣٤ | ٠.٢٧٩ | ١١ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.١٨٢ | ٠.٣٤٨ | ٠.٢٦٩ | ٠.٤٢٢ | ٠.١٨٤ | ٠.٣٤٨ | ٠.٣٥٣ | ٠.١٥٨ | ٠.٠٣٨ | ٠.٢٢٨ | ٠.٠٨٧ | ١٢ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٢٩٧ | ٠.١٧٩ | ٠.١٨٦ | ٠.١٦٦ | ٠.١٥٤ | ٠.١٣٤ | ٠.١٧٠ | ٠.١٥٦ | ٠.١٥٦ | ٠.١٣٢ | ٠.١٣٩ | ٠.٠٦٢ | ١٣ | |
| | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٠٨١ | ٠.٣٢٥ | ٠.٢٠٠ | ٠.٣١٤ | ٠.٤٠١ | ٠.٣١٠ | ٠.١٩٥ | ٠.١٩١ | ٠.٢١٠ | ٠.١٦٩ | ٠.٠٢٠ | ٠.١٤٣ | ٠.٠٨٢ | ١٤ | |
| | | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٥٢٠ | ٠.١٢٦ | ٠.٣١٤ | ٠.١٩٦ | ٠.٣٥١ | ٠.٥٥٦ | ٠.٤٥٥ | ٠.١٦٥ | ٠.١٣٨ | ٠.٢٢٢ | ٠.٢٤٨ | ٠.٠٩٦ | ٠.٣٢١ | ٠.٢٨٦ | ١٥ |
| | | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٠٢٣ | ٠.٠٤٣ | ٠.٠٠٢ | ٠.٠٨٩ | ٠.٠٢٨ | ٠.١٧٤ | ٠.١١٣ | ٠.١٣١ | ٠.٠٩٣ | ٠.١١١ | ٠.٠٦٧ | ٠.٠١٤ | ٠.٠٧٩ | ٠.٠٤٣ | ٠.٣٤٣ | ١٦ |
| | | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٠٥٥ | ٠.٢٦٢ | ٠.٠٩٣ | ٠.٥٩٢ | ٠.٣٨٥ | ٠.١٣٦ | ٠.٣٢٨ | ٠.٢٢٥ | ٠.٣٢٤ | ٠.١٩١ | ٠.١٠٥ | ٠.١٧٥ | ٠.٠٨٨ | ٠.٠٧٧ | ٠.٢٢٧ | ٠.٢٥٠ | ١٧ |
| | | | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٠٧٣ | ٠.٠٢١ | ٠.٦٣٥ | ٠.٤٨٤ | ٠.٠٨١ | ٠.٢٥٠ | ٠.١٣٥ | ٠.١٧٧ | ٠.٤٨٦ | ٠.٣٥١ | ٠.١١٤ | ٠.٠٦٧ | ٠.١٦٦ | ٠.١٥٩ | ٠.٠٣٤ | ٠.١٣٨ | ٠.١٤٢ | ١٨ |
| | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٥٧٦ | ٠.٢١٠ | ٠.٠٩٢ | ٠.٨٠٠ | ٠.٤٩٠ | ٠.١٢٥ | ٠.٢٩٥ | ٠.١٤١ | ٠.٣٣٣ | ٠.٣٩١ | ٠.٣٩٨ | ٠.١٦٥ | ٠.٢١٩ | ٠.٢٥٣ | ٠.٢٨١ | ٠.٠٦٧ | ٠.٢١٧ | ٠.١٤٦ | ١٩ | |
| | | | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.١٣٨ | ٠.٠٥٧ | ٠.٨٢٤ | ٠.٠٢٤ | ٠.٢١٩ | ٠.٠٧١ | ٠.٦٦٥ | ٠.٣٥٦ | ٠.٢١٦ | ٠.٢٤٢ | ٠.٢٤٢ | ٠.٢٤٧ | ٠.٢٤٣ | ٠.٢٠٧ | ٠.٢٢١ | ٠.١٧٨ | ٠.١٧٣ | ٠.١٩٥ | ٠.٢٢٧ | ٢٠ |
| | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٠١٨ | ٠.٠٠٤ | ٠.٢٧٠ | ٠.٠٥٧ | ٠.٠٣٠ | ٠.١٢٢ | ٠.١٠٦ | ٠.٠١٢ | ٠.٢٢٨ | ٠.٠٦١ | ٠.١٣٩ | ٠.١٥٢ | ٠.٣٠٣ | ٠.٠٢٣ | ٠.٠٥١ | ٠.٠٩٠ | ٠.١٠٠ | ٠.٠٢٦ | ٠.١٣٩ | ٠.٠٠٨ | ٢١ | |
| | | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٠٧٧ | ٠.٠٤٦ | ٠.٠٠١ | ٠.٠٠٠ | ٠.١٢٥ | ٠.٦٥٣ | ٠.١١٣ | ٠.٠٨٣ | ٠.٠٩١ | ٠.١٦٩ | ٠.٠٩٥ | ٠.٢٣٥ | ٠.١٨٤ | ٠.٢٤٩ | ٠.٠٠٤ | ٠.١٣٢ | ٠.١٢٤ | ٠.٠٩١ | ٠.١٢٠ | ٠.٠١٩ | ٠.٣١٣ | ٢٢ |
| | | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٦٩٣ | ٠.٠٢٧ | ٠.٠٠١ | ٠.١٠٣ | ٠.١٠٥ | ٠.٠١٤ | ٠.٦٣٦ | ٠.٠٨٧ | ٠.٠٢٤ | ٠.٠١٧ | ٠.٠٦٥ | ٠.٠٨٣ | ٠.٠٧٦ | ٠.٠٣١ | ٠.٠٥٥ | ٠.٠٩٢ | ٠.٠٤١ | ٠.٠١٩ | ٠.٠٥٤ | ٠.٠٦٦ | ٠.٢٩٠ | ٠.٤٢٥ | ٢٣ |
| | | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٥٥٤ | ٠.١٤٠ | ٠.٠٥٩ | ٠.٨٠٩ | ٠.١٦٣ | ٠.١٣٣ | ٠.٧٥٢ | ٠.٦٠٠ | ٠.٢٧٢ | ٠.١٢٨ | ٠.٦٦٣ | ٠.٣٣٧ | ٠.٢٤١ | ٠.٢٦٦ | ٠.٢٩١ | ٠.٢٢٠ | ٠.٢١٩ | ٠.١٩٥ | ٠.١٣٧ | ٠.١٤٠ | ٠.١٥٣ | ٠.٢٣٢ | ٠.١٦٧ | ٢٤ |
| | | | | ١.٠٠٠ | ٠.٤٧٩ | ٠.٠٧٩ | ٠.٠٧٤ | ٠.٠٣٩ | ٠.٤٠٦ | ٠.١٠٤ | ٠.١٤١ | ٠.٤٥٤ | ٠.٠٩٥ | ٠.٠٤٥ | ٠.١١٣ | ٠.٤٨٤ | ٠.١٧٣ | ٠.١٣٥ | ٠.٠٦٢ | ٠.١٣٨ | ٠.٠٠٥ | ٠.٠٧٦ | ٠.٠٢٢ | ٠.٠٤٣ | ٠.١١٣ | ٠.١٤٨ | ٠.٠٥٣ | ٠.١١٦ | ٢٥ |
| | | | ١.٠٠٠ | ٠.٧١١ | ٠.٧٠٥ | ٠.١٠١ | ٠.٠٨٩ | ٠.٠٥٠ | ٠.٦٠٥ | ٠.٠٧٧ | ٠.١٦١ | ٠.٥٩١ | ٠.١٣٢ | ٠.١٥٧ | ٠.٠٨٠ | ٠.٦٢٦ | ٠.٢٢٧ | ٠.٠٥٦ | ٠.٠٨٠ | ٠.٢٠٠ | ٠.٠٢٤ | ٠.٠٠٩ | ٠.٠١٤ | ٠.٠٢٣ | ٠.٠٤٦ | ٠.٠٧١ | ٠.١٠٦ | ٠.٠١٥ | ٢٦ |
| | | ١.٠٠٠ | ٠.١٥٩ | ٠.١٣٦ | ٠.١٨٠ | ٠.٠٣٦ | ٠.٠٢٢ | ٠.٠٣٥ | ٠.٠٧٦ | ٠.٤٧٣ | ٠.٥١١ | ٠.١١٦ | ٠.٠١١ | ٠.٥٧٣ | ٠.٤٨٩ | ٠.١١٥ | ٠.١٥٥ | ٠.٠٨٤ | ٠.١٠٠ | ٠.٤٨٩ | ٠.٢١١ | ٠.١٢٦ | ٠.٠١٠ | ٠.١٣٢ | ٠.١٢٤ | ٠.٠٩٩ | ٠.١٦٧ | ٠.١٢٤ | ٢٧ |
| | ١.٠٠٠ | ٠.٦٣٧ | ٠.٠٥٥ | ٠.٠٦٣ | ٠.٠٥٢ | ٠.٠١٩ | ٠.٠٢١ | ٠.٠٢٤ | ٠.٠٢٣ | ٠.٤٣٦ | ٠.٤٩٣ | ٠.٥٥٨ | ٠.٠١٠ | ٠.٤٥٨ | ٠.٤١٧ | ٠.٠١٧ | ٠.١٧٣ | ٠.٥٠٠ | ٠.٢١٠ | ٠.٤٠٩ | ٠.٢٨٥ | ٠.١١٨ | ٠.٠٧٤ | ٠.١٨٨ | ٠.١٨٠ | ٠.٠٥١ | ٠.٠٥٣ | ٠.٠٣٥ | ٢٨ |
| ١.٠ | ٠.٢٤٦ | ٠.٢٣٧ | ٠.٠٦٨ | ٠.٠٢٠ | ٠.٣٠٥ | ٠.٠٤٥ | ٠.١٠٩ | ٠.٢٢٨ | ٠.٣٥٩ | ٠.٣٤٤ | ٠.٢٧٤ | ٠.٣٦٦ | ٠.٠٤٥ | ٠.٣٨٥ | ٠.٣١٣ | ٠.٣٠٠ | ٠.٦٧٨ | ٠.٤٠٣ | ٠.٦٣٨ | ٠.٤٢٥ | ٠.٧١٣ | ٠.٣١٢ | ٠.٤٢٨ | ٠.٤٢٠ | ٠.٢٣٥ | ٠.١٥٦ | ٠.٣٢٤ | ٠.٢٥٢ | ٢٩ |

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.١٦١

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٢١٠

الفصل الأول

مشكلة البحث

- أولاً : المقدمة ومشكلة البحث وأهميته.
- ثانياً : أهداف البحث .
- ثالثاً: مصطلحات البحث .
- رابعاً: حدود البحث .

أولاً : المقدمة ومشكلة البحث وأهميته :

المقدمة

إن تحقيق المستويات الرياضية العليا من أهم مظاهر التقدم العلمى لأى دولة ودليل على رقيها ولم يعد الوصول إلى هذه المستويات يعتمد على الموهبة الرياضية فقط ، ولكنه أصبح علماً قائماً على أسس الانتقاء الجيد والتدريب المستمر ، وتعد كليات التربية الرياضية من أهم المؤسسات التربوية التى تمتد المجتمع بالمتخصصين المؤهلين على مستوى عالٍ من الكفاءة للعمل فى مجالات الأنشطة الرياضية المختلفة ، والذي يقع على عاتقهم مسؤولية النهوض بهذا المجال الحيوى الأمر الذى يستوجب أن يلقى من العناية والاهتمام والبحث بما يساير هذا التقدم العلمى والتطور فى شتى المجالات ، مما يستوجب بذل أقصى جهد لإعداد الفرد اللائق لياقة شاملة .

وقد توصل المتخصصون فى التربية الرياضية إلى أن لكل مادة علمية تخصصية متطلباتها الخاصة والتى ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالقدرات الحركية المختلفة التى تعتبر الدعامية الأساسية للوصول للأداء الأمثل ، لذلك اتجه المتخصصون فى الأنشطة الرياضية المختلفة بتحديد المواصفات الخاصة بكل نشاط على حده والتى تساعد على انتقاء الناشئ الرياضى وفقاً لأسس علمية محددة للوصول إلى المستويات العالية .

ويعتبر انتقاء الفرد المناسب لنوع النشاط هو الخطوة الأولى نحو الوصول إلى مستوى البطولة ، لذلك اهتم الكثير من الباحثين فى مجال التربية الرياضية بمحاولة التعرف على أهم الأسباب التى تؤدى إلى الوصول لأعلى المستويات الرياضية ، فمنهم من يرى أن المدربين المؤهلين الذين يستطيعون تدريب وإعداد الموهوبين رياضياً يعتبر من أهم أسباب الارتقاء بالمستوى الرياضى ، بينما يركز البعض الآخر على أهمية وجود قاعدة عريضة من الموهوبين الذين يتوفر لديهم الاستعداد الرياضى حتى يتم إعدادهم إعداداً متكاملأ ، لكنه وجد أهمية تواجد العنصرين المدرب الكفاء من جانب ومن الجانب الآخر توافر القاعدة العريضة من الموهوبين واختيارهم على أسس علمية سليمة للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية . (٧١ : ١٧٨ ، ١٧٧)

ويؤكد كل من "محمد صبحى حسنين" (٢٠٠٤) ، "عصام عبد الخالق" (٢٠٠٥) أن اختيار الخامة المناسبة لممارسة نشاط رياضى معين هى أولى خطوات النجاح فى هذا النشاط ، وهى التى تتيح فرصة أكبر للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية ، لذا يجب تواجد المدرب الكفاء مع توافر قاعدة عريضة من الموهوبين يتم انتقاؤهم على أسس علمية موضعية سليمة . (٦٠ : ٨٨) (٣٩ : ٤٠)

ويتفق كل من "مجدي شوقي" (٢٠٠٢) ، "محمد أحمد إبراهيم" (٢٠٠٧) أن عملية انتقاء الفرد الرياضى لأى نشاط رياضى تعتبر عملية ديناميكية مستمرة ، تساعد على توظيف الجهود البشرية بشكل منتج فى النشاط الرياضى التخصصى من خلال العناصر المميزة بدنئاً ونفسياً وفسيولوجياً حتى يمكن إحراز أفضل المستويات الرياضية العالية . (٢٦٧ - ٢٦٩) (٤٩ : ١٦٧)

وتلعب اللياقة البدنية دوراً أساسياً فى انتقاء الفرد الرياضى لجميع الأنشطة الرياضية ، ويختلف هذا الدور وأهميته طبقاً لنوع النشاط الرياضى التخصصى ، كما يختلف نوع اللياقة البدنية من رياضة إلى أخرى وهذا ما يعرف باللياقة البدنية الخاصة فهى تهدف إلى إبراز صفات بدنية معينة وتفضيلها على صفات بدنية أخرى فى ضوء طبيعة النشاط الرياضى التخصصى . (٦٨ : ٤٤)

ويضيف "محمد صبحى حسنين" (٢٠٠٠) أن الصفات البدنية الخاصة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتنمية المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضى التخصصى ، لذا يجب الاهتمام بتنمية الصفات البدنية الخاصة بالأنشطة الرياضية المختلفة تبعاً لمتطلبات أدائها . (٦٢ : ٣١٧ - ٣١٨)

وتعد رياضة التنس من الرياضات التى تساهم فى رفع مستوى اللياقة البدنية لممارسيها ولا تقل شأنًا عن أى رياضة تنافسية أخرى لما تحتاجه من متطلبات بدنية ومهارية وخطوية وإنفعالية ، وتساعد فى ذلك عملية الانتقاء فى اكتشاف الطاقات الفردية وكذلك وضع هذه الطاقات فى الحركة واستغلالها وتوزيعها لأن من أهم واجباتها تحديد إمكانات الفرد الرياضى التى تمكننا من التنبؤ بالمستوى الذى يمكن أن يحققه ، وذلك من خلال استخدام الأسلوب العلمى المتمثل فى بعض القياسات والاختبارات بما يتلاءم مع متطلبات رياضة التنس . (٣٨ : ١ ، ٤) (٣ : ٥٢)

وتعتبر الاختبارات من أهم الأدوات التى يجب الاهتمام بها فى محاولة تقييم الأداء فى جميع المجالات التطبيقية ، كما أصبحت هى السبيل الأساسى للتقدم والارتقاء ، ويشير "أحمد خاطر & على البيك" (١٩٩٦) إلى الاختبار "بأنه أسلوب للتقدير يمدنا بتقديرات أو درجات لتطبيق طرق توصف بدقة" ، وهو وسيلة تستلزم استخدام

طرق البحث كالمقاييس ، والملاحظة ، والتجريب ، والاستقصاء ، والتحديد ، والتفسير ، والاستنتاج ، والتعميم ، ويضيف " محمد حسن علاوى & نصر الدين رضوان " (٢٠٠٨) أن الاختبار هو "قياس مقنن وطريقة للامتحان". (١١ : ٥٧) (٢٤ : ٤)

وقد تناولت العديد من الدراسات الصفات البدنية المؤثرة في الأداء الحركى للاعبين في المهارات الحركية المرتبطة بالأنشطة الرياضية المختلفة ، وذلك لترشيد العملية التدريبية والتحكم فيها وتطوير الأداء الحركى لإنجاز أفضل النتائج الرياضية .

مشكلة البحث وأهميته :

تهدف العملية التدريبية إلى الوصول لأعلى المستويات الرياضية مما يدفع إلى القيام بالأداء الحركى الصحيح وتنفيذ المهارات الحركية بإتقان فى النشاط الرياضى التخصصى والتي تتطلب قدرًا كبيرًا من الرشاقة أى أن هناك صلاحيات بدنية وبها يمكن توجيه وضبط النشاط الحركى للاعب وتنفيذه للواجبات الحركية بصورة منسقة وهادفة .

ويؤكد كل من " عصام عبد الخالق " (٢٠٠٥) ، "كمال عبد الحميد & محمد صبحى حساتين " (١٩٩٧) أن الرشاقة قدرة مطلوبة للفرد عامة وللشخص خاصة ، حيث إن معظم الأنشطة الرياضية تتطلب قدرًا من الرشاقة على اعتبار إنها قدرة بدنية مركبة فإن نماء هذه القدرة يتطلب ويعكس فى نفس الوقت نماء مجموعة من الصفات البدنية الأخرى لها ، ومن هنا اجتذبت الرشاقة الاهتمام العلمى لكثير من العلماء والخبراء أمثال العالم " وليامز " Williams أن وضع أهمية الرشاقة كهدف عام من أهداف التربية البدنية . (٣٩ : ١٤٢) (٤٤ : ٨٦)

ويرى " عادل عبد البصير " (١٩٩٩) أن اللاعب يحتاج للرشاقة فى محاولة إدماج عدة مهارات حركية فى نسق واحد أو فى محاولة التغيير من مهارة مركبة إلى أخرى ناجحة أو سرعة تغيير اللاعب لاتجاهه تبعًا لظروف اللعب المتغيرة والمتباينة وذلك بقدر كبير من الدقة كما يحدث فى رياضة التنس وأساسها اكتساب صفات بدنية لأداء متناسق ومتسلسل وبكفاءة عالية وسرعة رد فعل كبير . (٣٢ : ١٤٧)

ويذكر " محمد صبحى حساتين & أحمد كسرى معاتى " (١٩٩٨) أن الرشاقة تعتبر أحد القدرات الأساسية فى ممارسة رياضة التنس نظرًا لما تتطلبه من تغير سريع لمواقف اللعب والتي تحتاج إلى متطلبات عالية من التوافق الحركى ، وهناك شبه اتفاق بين العلماء على أن الرشاقة مرتبطة بدرجة عالية بمكونات بدنية أخرى (القوة ، التوازن ، سرعة رد الفعل الحركى ، التوافق) وإنها من أكثر القدرات البدنية المطلوبة فى الحركات التوافقية المعقدة والتي تتطلب قدرًا عاليًا من التحكم بالإضافة إلى السرعة فى الأداء . (٦١ : ١٣)

وتذكر " إيلين وديع " (٢٠٠٧) أن الرشاقة هى " القدرة على البدء والتوقف وتغيير الاتجاه بسرعة وفاعلية أثناء التحرك وهى مركب من التسارع المتفجر والسرعة والاتزان " . فلاعب التنس يحتاج إلى الجرى للأمام وللخلف وفى خط مائل وإلى الجانب ، فهى مفتاح اتخاذ الوضع المناسب لأداء الضرب الفعال وحجر الزاوية لكل لاعبى رياضة التنس فى برنامج إعدادهم البدنى . (١٢ : ٢٨٢)

وترى الباحثة أن طبيعة الأداء المهارى فى رياضة التنس يتم من خلال مواقف اللعب المتنوعة وتحت ظروف صعبة متغيرة ، ومن خلال مساحة الملعب الفردى يتطلب أن يكون الأداء على درجة عالية من (السرعة ، القدرة ، سرعة الاستجابة ، التوازن الديناميكي ، التحمل العضلى المرونة ، الدقة ، التوافق ، القوة) أى توافر درجة عالية من الرشاقة ومكوناتها البدنية حتى يتسنى للاعبين بتغيير الوضع والاتجاه لتشمل التحركات كل أجزاء الملعب لاعتبارات خطئية وظروف رد الكرة ، وذلك يتطلب أن يكون هناك تعاون كامل بين الجهازين العضلى والعصبى لإمكان أداء المهارات الحركية على أفضل صورة خاصة المعقد منها .

وفى هذا الصدد تحدد مشكلة البحث فى آن اختبارات القبول بكليات التربية الرياضية هى نوع من أنواع الاختبارات المهنية التى تستهدف انتقاء أصلح العناصر للدراسة بتلك الكليات ، لذا وجدت الباحثة ضرورة وضع بطارية اختبارات كمعيار للقياس داخل الأقسام التخصصية بالكليات حتى يتم الانتقاء على أسس علمية وموضوعية تتصف بالدقة ، والقدرة على التنبؤ بالمستوى البدنى والمهارى للطالبات المتقدمات لقسم التدريب الرياضى وعلوم الحركة لما يحتاجه هذا القسم لنوعية معينة من الطالبات المتميزات من بين طالبات الصف الدراسى الثانى بالكليات .

وهذا الأمر أثار انتباه الباحثة لإجراء مثل هذه الدراسة فى النشاط التخصصى (التنس) ، والتي لم يتطرق إليها باحث من قبل فى حدود علم الباحثة وتأمل الباحثة أن هذه الدراسة تضيف إضافة علمية جديدة فى مجال البحث العلمى وبناء على ذلك يمكن تحديد مشكلة البحث فى التساؤل التالى : ما هى مجموعة العوامل المستخلصة من نتائج التحليل العاملى لديناميكية الرشاقة وبعض المهارات الأساسية فى التنس للانتقاء من بين طالبات الفرقة الثانية بكليات التربية

الرياضية ، وما مدى مساهمة مجموعة الاختبارات المستخلصة لوضعها كمعيار موضوعي يتم على أساسه انتقاء الطالبات المتميزات للالتحاق بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة (تخصص تنس) ؟

ثانياً : أهداف البحث : Objectives of Research

يهدف هذا البحث إلى التعرف على مجموعة العوامل المستخلصة من نتائج التحليل العاملي لديناميكية الرشاقة لانتقاء المتميزات في التنس من طالبات الفرقة الثانية للالتحاق بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة (تخصص تنس) من خلال :

١- تحديد مجموعة الاختبارات التي تقيس مكونات الرشاقة البدنية ، ومجموعة الاختبارات التي تقيس بعض المهارات الأساسية في التنس (الضربات الأمامية الأرضية - الضربات الخلفية الأرضية - الإرسال) .

٢- التنبؤ بمدى مساهمة الاختبارات المستخلصة في انتقاء الطالبات المتميزات للالتحاق بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة (تخصص تنس) .

ثالثاً : مصطلحات البحث : Research Definition

- التحليل العاملي Factor Analysis

هو تصنيف للمتغيرات الكثيرة المتعددة في هيئة مجموعات محددة يعبر عن كل مجموعة عامل يجمع حوله طائفة من تلك المتغيرات يقع في أعلاها الأكثر ارتباطاً أو بمعنى آخر الأكثر تشبّعاً به يليه الأقل فالأقل وهكذا . (٩٧ : ٤٢)

- الطالبات المتميزات Distinguished Students

يقصد به الطالبات ذوات الأداء العال في الاختبارات قيد البحث البدنية والمهارية من طالبات الفرقة الثانية بالكلية والذي يتمثل في حصول الطالبة على ٨٥% من مجموع الدرجات التي تحصل عليها . (تعريف إجرائي)

- الرشاقة Agility

هي القدرة على البدء والتوقف وتغيير الاتجاه بسرعة وفعالية أثناء التحرك وهي مركب من التسارع المتفجر والسرعة والتوازن . (١٢ : ٢٨٣)

رابعاً : حدود البحث :

تحدد هذه الدراسة بالعينة المستخدمة في البحث والتي تتكون من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية للعام الجامعي (٢٠٠٥ / ٢٠٠٦) وعددهن (١٦٠) طالبة ، وتشتمل على عدد من المتغيرات وهي الرشاقة ومكوناتها ، والمهارات الأساسية في التنس (الضربات الأمامية والخلفية الأرضية ، الإرسال) ، وطبقت الدراسة الأساسية في الفترة من ٢٠٠٦/١١/١٨ إلى ٢٠٠٦/١١/٢٣ .

الفصل الثاني

الدراسات النظرية المرجعية

أولاً: الدراسات النظرية المرجعية

- مفهوم الرشاقة .
- أهمية الرشاقة فى الأنشطة الرياضية .
- علاقة الرشاقة بعناصر اللياقة البدنية .
- مكونات الرشاقة .
- أهمية الرشاقة ومكوناتها فى التنس .

ثانياً: الدراسات السابقة المرتبطة

- الدراسات العربية .
- الدراسات الأجنبية .
- التعليق على الدراسات السابقة .

ثالثاً: تساؤلات البحث