



### ملخص البحث

تقنين اختبار أليوس للرشاقة على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ا.د عبد المنعم أحمد جاسم الجنابي\*

[Dr.aljunapy@tu.edu.iq](mailto:Dr.aljunapy@tu.edu.iq)

تكمن أهمية البحث في تقنين أحد اختبارات الرشاقة ( اختبار الينوس للرشاقة ) محاولة من الباحث تقديم وسيلة تقييمية جديدة لهذا الاختبار من خلال وضع الدرجات والمستويات المعيارية على طلاب الصفوف ( الاولى ، الثانية ، الثالثة والرابعة ) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت للاستفادة منها في التقويم الدوري لهذه القدرة الحركية المهمة خدمة للبحث العلمي للعملية التعليمية والتدريبية في هذه الكلية وللمجال الرياضي بصورة عامة، يهدف البحث الى وضع درجات ومستويات معيارية لاختبار أليوس للرشاقة على طلاب الصفوف (الاولى ، الثانية ، الثالثة والرابعة ) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت ، استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح ، وتكونت عينة البحث من ( ٥٨٨ ) طالباً موزعين على الصفوف الاربعة

( الاولى ، الثانية ، الثالثة والرابعة ) وبواقع (١٦٢، ١٦٧ ، ١٠٤ ، ١٥٥) على التوالي واستخدم الباحث تحليل محتوى المصادر والمراجع العلمية والاختبار وسيلتين لجمع البيانات، استخدم الباحث اختبار الينوس للرشاقة وتم ايجاد صدق للاختبار بالانواع الاتية ( صدق المحتوى والمضمون ، صدق التميز ، الصدق الذاتي ) وتم ايجاد الثبات بطريقة اعادة الاختبار وكذلك تم ايجاد الموضوعية للاختبار .

وتم التوصل للنتائج الاتية .

- تم بناء الدرجات والمستويات المعيارية لطلاب (الصف الاول ، الثاني ، الثالث ، الرابع).

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة واهمية البحث :

\* جمهورية العراق - جامعة تكريت - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مع تطور مجالات الحياة وعلى مختلف الاصعدة ومنها على وجه الخصوص المجال الرياضي اصبح لزاما على المهتمين في المجال الرياضي البحث والتقصي عن كل ما ن شأنه ان يخدم هذ المجال الذي يكتسب أهميته من كونه المجال الذي يرتبط بشكل مباشر بتحقيق الانجازات الرياضية من جهة ومن جهة ثانية يهتم بإكساب الفرد مقومات الصحة واللياقة البدنية لذا داب الباحثون في هذا المجال الى تقنين عدد كبير من الاختبارات البدنية نظراً لأهميتها الكبيرة في تقويم المستوى البدني والمهاري والخططي للرياضيين وعلى مختلف مستوياتهم إذا أن " (محمود واخرون ، ٢٠١٦ ، ٢٤) استخدام التقويم يبدو أمراً حتماً اذا اردنا أن نعرف مدى فائدة أو فاعلية البرامج التدريبية التي تقدم وهل تحقق الاغراض الموضوعه من اجلها ومدى التقدم الذي تم التوصل اليه ، ويعد الجانب البدني أحد الجوانب المهمة التي يتأسس عليها نجاح أداء المهارات الحركية على مختلف أنواعها وفي جميع الالعاب الرياضية ، ولما كان طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة هم من الاشخاص المعنيين بدرجة كبيرة بالجانب الرياضي لصلتهم المتينة فيه متعلمين وممارسين للأنشطة الرياضية وأن أعدادهم المهاري يتوقف بدرجة كبيرة على تقدمهم في الجوانب مهارية والتي تحتاج بطبيعة الحال الى قياس وتقويم .

تعد الرشاقة من القدرات الحركية ذات الاهمية الكبيرة في المجال الرياضي وترتبط ارتباطاً وثيقاً بتعلم وإتقان المهارات الحركية وعلى مختلف أنواعها إذا أن " الرشاقة هي العامل الاكثر أهمية الذي يتعلق به أداء الفرد أثناء ممارسته الرياضة والنشاط البدني( أسماعيل ، ٢٠١٦ ، ٢١٧) ولقد دعت الحاجة في الوقت الحاضر الى تبني اختبارات جديدة يمكن أن نقيس بها هذه القدرة الحركية المهمة وبالتالي القيام بعملية التقويم لها ن ومن هنا جاءت أهمية البحث في تقنين أحد اختبارات الرشاقة ( اختبار الينوس للرشاقة ) محاولة من الباحثين تقديم وسيلة تقويمية جديدة لهذا الاختبار من خلال وضع الدرجات والمستويات المعيارية على طلاب الصفوف ( الاولى ، الثانية ، الثالثة والرابعة ) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت للاستفادة منها في التقويم الدوري لهذه القدرة الحركية المهمة خدمة للبحث العلمي للعملية التعليمية والتدريبية في هذه الكلية وللمجال الرياضي بصورة عامة.

٢-١ مشكلة البحث :



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

من خلال تحليل الباحث للأدبيات والبحوث والرسائل والاطاريح العلمية الخاصة والتي كتبت في مجال القياس البدني الرياضي واختباراته وجدوا ان هناك أعداد كبيرة من الاختبارات البدنية التي تقيس الرشاقة وهي اختبارات ذات طابع نمطي متكرر في هذه الادبيات مثل ( اختبار الركض المتعرج ، الركض المكوكي واختبار بارو) وغيرها من الاختبارات الاخرى مع اغفال الباحثين لعدد آخر من الاختبارات تزرخ فيها المصادر والمراجع العلمية ذات الطابع الحديث هذا من جهة ومن جهة آخر تقنيين اختبار للرشاقة جديد على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ليكون أداة تقييمية ابتعاداً عن النمطية والتكرار وهو اختبار الينوس للرشاقة والذي تتنوع فيه الحركات من النهوض من الرقود ثم الحركة السريعة والدوران حول الشواخص والركض المتعرج بمختلف الاتجاهات .

١-١ أهداف البحث :

- وضع درجات ومستويات معيارية لأختبار ألينوس للرشاقة على طلاب الصفوف (الاولى ، الثانية ، الثالثة والرابعة ) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت .

٢-١ مجالات البحث:

- المجال البشري : طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للصفوف الاربعة) للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩)
- المجال الزمني : للمدة من ٢٠١٨/١٢/١٣ ولغاية ٢٠١٩/٣/٣١
- المجال المكاني :القاعة الداخلية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت.

٢-الدراسات النظرية والسابقة :

١-٢ الدراسات النظرية :

١-١-٢ التقنيين:

يعد" التقنين المرحلة الاخيرة من مرتحل بناء الاختبار ، وهو يقضي ان تكون تعليمات الاختبار واضحة ، وصياغة بنودة وطريقة تصحيحه موحدة في كل المواقف ، وبما يسمح

بالحصول على النتائج نفسها تقريباً في حالة إعادة إجراء الاختبار، كمت تستخرج له معايير معينة تحدد معنى الدرجة الخام التي يحصل عليها الفرد في ضوء تمرکز وتشتت درجات أفراد عينة التقنيين

ان "الاختبار المقنن هو ذلك الاختبار الذي تكون طريقة احتساب النتائج تتضمن إجراءات منتظمة وثابتة وبصورة موضوعية وثابتة كما ان هذه الاختبارات قد تم تطبيقها على مجموعة معيارية حتى يمكن تفسير اداء الفرد في ضوء تلك المعايير " (علاوي ورضوان، ٢٠٠٨، ٢١٧) أن عملية التقنيين يشمل نقطتين مهمتين هما:

-تقنيين طريقة إجراء الاختبار : وتعني وضع الاختبار بمفردات واجراءات و فقرات محددة بشكل لا يقبل التغير او التأويل سواء من حيث أجراءها او من حيث الادوات المستخدمة في إجراء الاختبار وغيرها من النقاط .

- المعايير : ونعني بها وضع درجات ومستويات معيارية يمكن من خلالها تقدير موقع الفرد مقارنة بمجموعته. (الجنابي، ٢٠١٩، ٦٢)

#### ٢-١-٢ الرشاقة :

تعد "الرشاقة واحدة من الصفات البدنية المهمة فهي "قدرة مركبة تعطي للرياضي القدرة على تصحيح وتعديل البرنامج الحركي له في أي وضع كان وخلال أي فترة زمنية قصيرة" (الربيعي والمولى، ١٩٨٨، ٣٧٦) كما أنها واحد من الصفات البدنية التي تلعب دوراً كبيراً عند ممارسة الأنشطة الرياضية وتعني " قدرة الفرد على تغيير اوضاع جسمه أو تغيير اتجاهه بتوقيت سليم سواء كان ذلك بالجسم كله وبجزء منه على الارض او في الهواء " (عبد الحميد وحسانين ، ١٩٩٧، ٨٥) والرشاقة تضم خليط من المكونات الهامة للأنشطة الرياضية كرد الفعل والتوجه والتوازن والربط بين الحركات وخفة الحركة ( حلمي وبريقع، ١٩٩٧، ١٢١) كما يرتبط عنصر الرشاقة بشكل أساسي مع باقي عناصر اللياقة البدنية وبأشكال وصور متنوعة بالإضافة الى ما تضيفه على الاداء الحركي من انسيابية وتوافق ومقدرة على الاسترخاء والاقتصاد بالجهد والاحساس السليم بالاتجاهات والمسافات

#### ٢-٢ الدراسات السابقة :

- دراسة ( الجنابي ، عبد المنعم أحمد جاسم، ٢٠١٣ )

(تقنيين اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية لمانان وجوتن عل لاعبي كرة القدم للصالات)

هدف البحث الى :

- تقنين اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية لمانان وجوتن عل لاعبي كرة القدم للصالات)
- وضع درجات ومستويات معيارية لاختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية لمانان وجوتن عل لاعبي كرة القدم للصالات).

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمة وطبيعة مشكلة البحث ، وتكون مجتمع البحث من لاعبي دوري النخبة العراقي بكرة القدم للصالات للموسم الرياضي ٢٠١٢-٢٠١٣) وتم اختيار عينة للبحث قوامها (٨٠) لاعبا يمثلون مانسته (٧٢.٧٢%) من مجتمع البحث .

واستخدم الباحث الاختبار والقياس كوسيلة لجمع البيانات ، اذا تم استخدام اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية لمانان وجوتن، واستخدم الباحث البرنامج الاحصائي SPSS ) لتوصل الى نتائج البحث .

-تقنيين اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية لمانان وجوتن على لاعبي كرة القدم للصالات من خلال وضع المستويات والدرجات المعيارية للاختبار .

٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمته و وطبيعة مشكلة البحث:

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

حدد مجتمع البحث بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩) وللصفوف الاربعة والبلغ عددهم ( ٦٢٤ ) طالبا أختيرت منهم عينة بصورة



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

عشوائية بلغ عددها (٤٢٨) طالباً وبلغ عدد عينة التجربة الاستطلاعية الاولى (٨) طلاب ، وعينة الاسس العلمية (٣٢) طالباً ، وبلغت عينة التجربة الرئيسية (٥٨٨) طالباً موزعين على الصفوف الاربع وكالاتي الصف الاول (١٦٢) طالباً ، الصف الثاني ( ١٦٧) طالباً ، الصف الثالث (١٠٤) طالباً ، الصف الرابع ( ١٥٥) طالباً . والجدول ( ١ ) يبين ذلك

### الجدول ( ١ )

#### عينات البحث

ت	العينات	العدد	النسبة المئوية
١	التجربة الرئيسية	٥٨٨	%٩٢.٦٣
٢	التجربة الاستطلاعية الاولى	٨	%١.٢٧٣
٣	تجربة الاسس العلمية	٣٢	%٥.٠٩٥
٤	المجموع الكلي	٦٢٨	%١٠٠

### ٣-٣ وسائل جمع البيانات :

استخدم الباحث وسائل جمع البيانات الاتية :

- تحليل محتوى المصادر العلمية
- الاختبار

### ٣-٣-١ تحليل محتوى المصادر العلمية:

أذا قام الباحث بالاطلاع على المصادر العلمية المختصة ومنها : ( اسماعيل ، ٢٠١٦ ) ، ( علاوي ورضوان، ٢٠٠٨ ) لغرض تحديد اختبار الرشاقة الذي ينوي تقنيه والاطلاع على تعليمات أجرائه وكذلك التعرف على خطوات التقنيين.

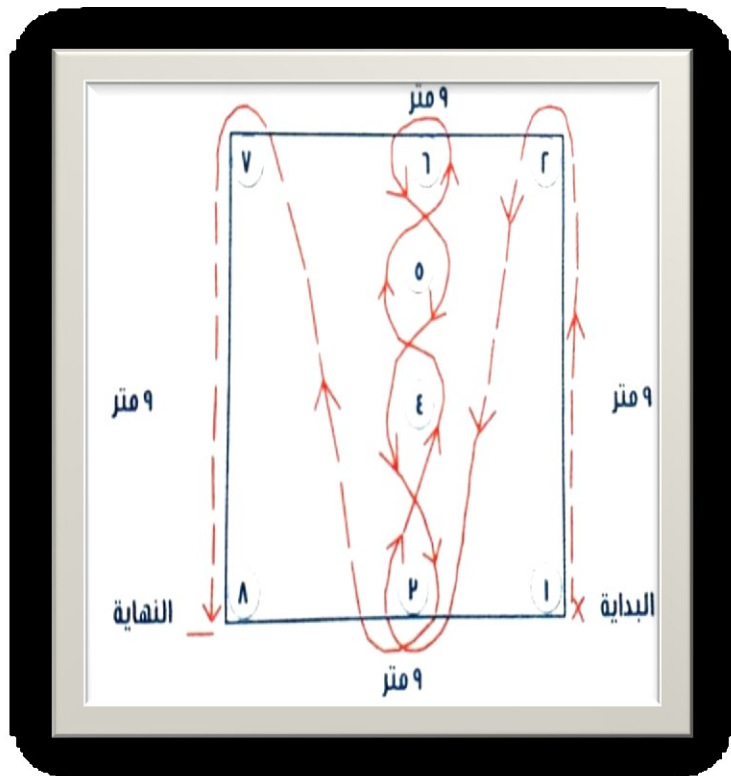
٣-٣-٢ الاختبار :

استكمالاً لإجراءات البحث استخدم الباحث اختبار الينوس للرشاقة ( اسماعيل ، ٢٠١٦ ،  
٢٠١٢-٢١٣) لجمع البيانات .

٣-٣-٢-١ اختبار أليينوس للرشاقة

- أسم الاختبار : اختبار أليينوس للرشاقة .
- الهدف من الاختبار : قياس رشاقة الركض أثناء القطع والتحرك المتعرج .
- الادوات المستخدمة في الاختبار : ساعة توقيت ، أقماع عدد (٨) ، ملعب مستوي
- اجراءات الاختبار :

يتم إنشاء مستطيل بأبعاد ١٠×٥ م باستخدام (٤) اقماع ، يتم وضع الاقماع (٤) المتبقية  
على مسافة (١.٦) في خط مستقيم أسفل المستطيل وكما في الشكل (١)



الشكل (١)

مخطط اختبار الينوس للرشاقة



### ٣-٤ الادوات المستخدمة في البحث:

- شريط قياس متري بطول ١٥ م
- صافرة عدد (١)
- ساعة توقيت الكترونية عدد (١)
- شواخص عدد ( ٨ )

### ٣-٥ التجارب الاستطلاعية :

#### ٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية الاولى:

قام الباحث بتطبيق هذه التجربة على عينة قوامها ( ٨ ) طلاب من الصفوف الاربعة وبواقع (٢ ) طالب من كل صف يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٣/٧ وعلى القاعة الداخلية المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت وكان الغرض منها :

- التأكد من الابعاد والمسافات للاختبار.
- التأكد من كفاءة الادوات المستخدمة في البحث.
- تحديد المدة الزمنية اللازمة لأداء الاختبار.

#### ٣-٥-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية ( تجربة الاسس العلمية ) :

قام الباحث بتطبيق هذه التجربة على عينة قوامها ( ٣٢ ) طلاب من الصفوف الاربعة وبواقع (٨ ) طالب من كل صف يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٣/١٢ وعلى ملعب الكلية بالكرة الطائرة وكان الغرض منها ايجاد الاسس العلمية للاختبار .

#### ٣-٦ الاسس العلمية لاختبار الينوس للرشاقة .

#### ٣-٦-١ صدق الاختبار :

تم ايجاد صدق الاختبار عن طريق :

- صدق المنطق او المضمون:



تحقق الباحثون من هذا النوع من الصدق من خلال توضيح مفهوم الظاهرة المقيسة (الرشاقة) من خلال تحليل محتوى المصادر العلمية .

- صدق التميز :

- من خلال نتائج التجربة الاستطلاعية الثانية تم ايجاد الصدق بالتميز بين المجموعتين المتضادتين فمن خلال تطبيق الاختبار على (٢٨) طالب والحصول على نتائج الاختبار بعد ذلك تم ترتيب نتائج الاختبار تنازلياً ثم تم تقسيم النتائج الى نصفين (٥٠%) للمجموعة العليا و(٥٠%) للمجموعة الدنيا وتم حساب واعتماد قيمة (ت) لاختبار دلالة الفروق بين المتوسطات لنتائج المجموعتين والجدول (٢) يبين ذلك.

الجدول ( ٢ )

قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ( ت ) وقيمة (sig) لاختبار أليوس للرشاقة على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة sig
١	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	٣.٨٧١	*٠.٠٠١
	١٧.٦٠٤	١.٨٧٨	٢٠.١١٢	١.٨٧٥		

\*معنوي اذا كانت قيمة  $sig > ٠.٠٥$

من خلال الجدول (٢) يتبين ان قيمة (sig) هي أصغر ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج المجموعتين وهذا دليل على أن الاختبار قادر على التميز بين المجموعتين ( الاختبار يتمتع بصدق تميز)

٣-٦-٢ الثبات :



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ /المجلد الرابع

تم ايجاد الثبات اعتمادا على نتائج التجربة الاستطلاعية الثانية حيث تم تطبيق الاختبار على عينة قوامها (٣٢) طالباً يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٣/١٢ وتم إعادة تطبيق الاختبار يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٣/١٤ والجدول (٣) يبين ذلك

الجدول (٣)

معاملات الثبات والصدق الذاتي والموضوعية لاختبار أليونس للرشاقة على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت

ت	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			
١	ثا	١٨.٤٤٨	١.١٠٩	١٨.٥٩١	١.٢٧٤	٠.٨٦٨	٠.٩٣١	٠.٩٤

٣-٧ التطبيق النهائي :

تم تطبيق التجربة الرئيسية للبحث للمدة من يوم الاحد الموافق ٢٠١٩/٣/١٧ ولغاية يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٤/١٥ على عينة قوامها ( ٥٨٨ ) طالبا من مجتمع البحث يمثلن ( الصفوف الاول ، الثاني ، الثالث ، الرابع ) وقد روعي اثناء التطبيق :

-تجهيز الاستمارات الخاصة بالتسجيل .

-اعطاء فترة زمنية للأحماء .

-التأكيد على الطلاب لاجراء الاختبار بجدية .

٣-٨ الوسائل الاحصائية :

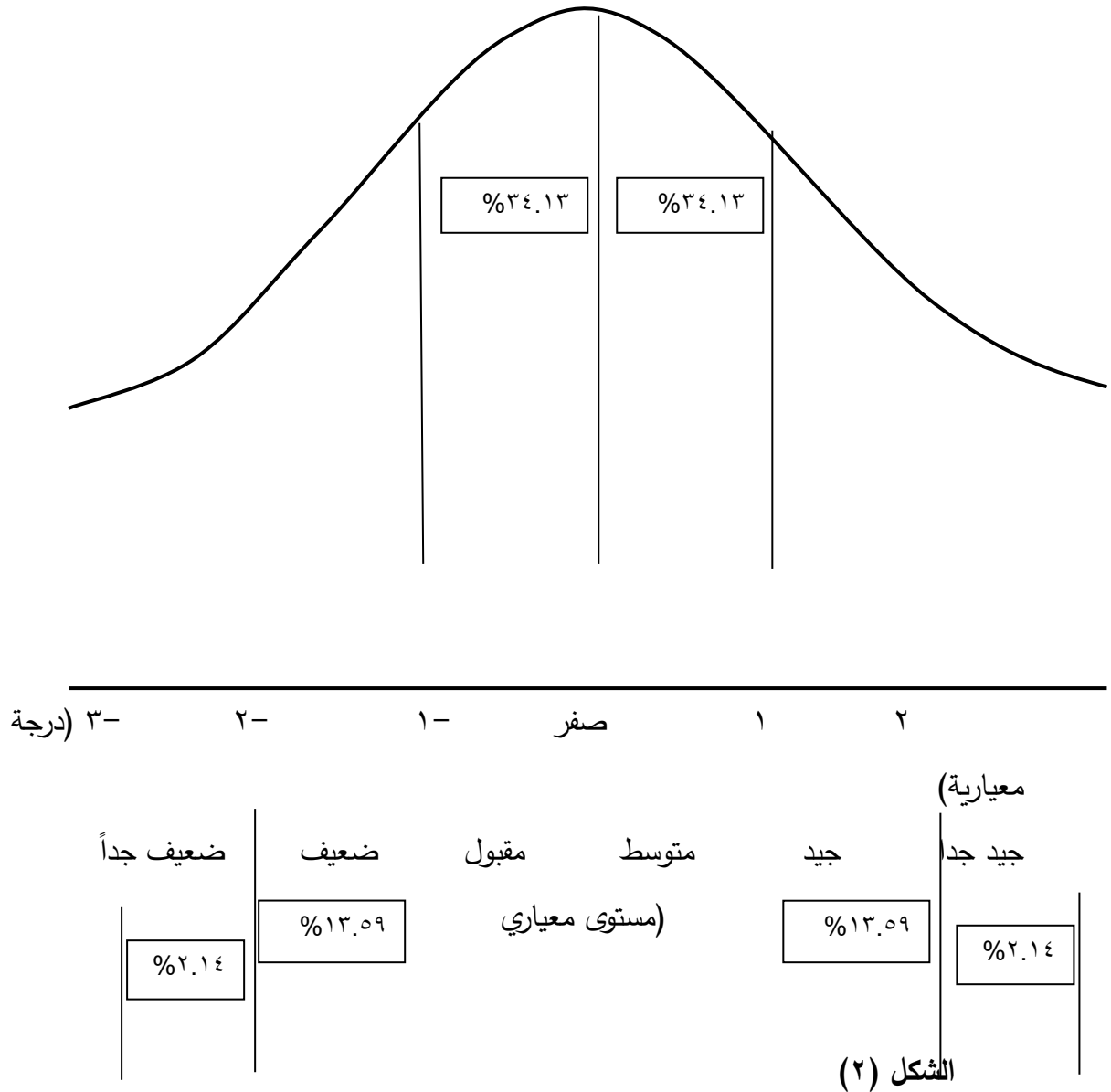


- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- المنوال .
- معامل الالتواء
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- اختبار (ت) لدلالة الفروق بين وسطين حسابيين غير مرتبطين.
- الدرجة المعيارية (٦ سيكما).
- ٤- عرض ومناقشة النتائج:
- ٤-١ المستويات المعيارية والدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب  
الصف الاول-

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت:

٤-١-١ الوصف الاحصائي لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الاول- كلية التربية  
البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت"

سيتناول هذا المبحث تقنين اختبار الرشاقة أليوس للرشاقة لطلاب الصف الاول- كلية  
التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت بالوسائل الاحصائية المناسبة بالاستناد الى  
النسب المئوية للتوزيع الطبيعي( رضوان ، ٢٠٠٢ ، ٢٢٨) الموضحة في الشكل ( ٢ )



نسب التكرارات للتوزيع الطبيعي التي استعان بها الباحثون

الجدول ( )

الوصف الاحصائي لاختبار لاختبار أليينوس للرشاقة لطلاب الصف الاول- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

ت	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء	أعلى قيمة	أوطئ قيمة
١	ثانية	١٨.٢٧٣	٠.٩٥٠	١٧	١.٣٤-	٢١.٥٨	١٦.٥٨

٤-١-٢ المستويات المعيارية لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الاول- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

الجدول (٤)

المستويات المعيارية لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الاول- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

المستويات	أعلى قيمة	اقل قيمة	التكرار	النسبة المئوية
ممتاز	15.42	فما دون	صفر	صفر %
جيد جدا	16.38	15.43	١٧	١٠.٤٩٣ %
جيد	17.34	16.39	٦٥	٤٠.١٢٣ %
متوسط	18.3	17.35	٥٥	٣٣.٩٥٠ %
ضعيف	19.26	18.31	٢٥	١٥.٤٣٢ %
ضعيف جدا	فما فوق	19.27	صفر	صفر %

٤-١-٣ الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الاول- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

الجدول ( ٥ )



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الاول- كلية التربية  
البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام
20	19.975	40	18.835	60	17.695	80	16.555	100	15.415
19	20.032	39	18.892	59	17.752	79	16.612	99	15.472
18	20.089	38	18.949	58	17.809	78	16.669	98	15.529
17	20.146	37	19.006	57	17.866	77	16.726	97	15.586
16	20.203	36	19.063	56	17.923	76	16.783	96	15.643
15	20.26	35	19.12	55	17.98	75	16.84	95	15.7
14	20.317	34	19.177	54	18.037	74	16.897	94	15.757
13	20.374	33	19.234	53	18.094	73	16.954	93	15.814
12	20.431	32	19.291	52	18.151	72	17.011	92	15.871
11	20.488	31	19.348	51	18.208	71	17.068	91	15.928
10	20.545	30	19.405	50	18.265	70	17.125	90	15.985
9	20.602	29	19.462	49	18.322	69	17.182	89	16.042
8	20.659	28	19.519	48	18.379	68	17.239	88	16.099
7	20.716	27	19.576	47	18.436	67	17.296	87	16.156
6	20.773	26	19.633	46	18.493	66	17.353	86	16.213
5	20.83	25	19.69	45	18.55	65	17.41	85	16.27
4	20.887	24	19.747	44	18.607	64	17.467	84	16.327



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

3	20.944	23	19.804	43	18.664	63	17.524	83	16.384
2	21.001	22	19.861	42	18.721	62	17.581	82	16.441
1	21.058	21	19.918	41	18.778	61	17.638	81	16.498

٤-٢ المستويات المعيارية والدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب

الصف الثاني- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

٤-٢-١ الوصف الاحصائي لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثاني- كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الجدول (٦)

الوصف الاحصائي لاختبار لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثاني- كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

ت	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء	أعلى قيمة	أوطى قيمة
١	ثانية	١٨.٥٢٧	١.٠٣٨	٠.٤٥٥	١٩	٢٠.٤٩	١٦.٣٨

٤-٢-٢ المستويات المعيارية لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثاني- كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

الجدول (٧)

المستويات المعيارية لاختبار لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثاني- كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

المستويات	أعلى قيمة	أقل قيمة	التكرار	النسبة المئوية
ممتاز	15.42	فما دون	صفر	صفر%
جيد جدا	16.38	15.43	١٤	٨.٣٨٣%
جيد	17.34	16.39	٥١	٣٠.٥٣٨%
متوسط	18.3	17.35	٦١	٣٦.٥٢٦%
ضعيف	19.26	18.31	٤٠	٢٣.٩٥٢%
ضعيف جدا	فما فوق	19.27	١	٠.٥٩٨%

٤-٢-٣ الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثالث-  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الجدول ( ٨ )

الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثالث- كلية التربية  
البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما
20	20.373	40	19.133	60	17.893	80	16.653	100	15.413
19	20.435	39	19.195	59	17.955	79	16.715	99	15.475
18	20.497	38	19.257	58	18.017	78	16.777	98	15.537
17	20.559	37	19.319	57	18.079	77	16.839	97	15.599
16	20.621	36	19.381	56	18.141	76	16.901	96	15.661





وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

15	20.683	35	19.443	55	18.203	75	16.963	95	15.723
14	20.745	34	19.505	54	18.265	74	17.025	94	15.785
13	20.807	33	19.567	53	18.327	73	17.087	93	15.847
12	20.869	32	19.629	52	18.389	72	17.149	92	15.909
11	20.931	31	19.691	51	18.451	71	17.211	91	15.971
10	20.993	30	19.753	50	18.513	70	17.273	90	16.033
9	21.055	29	19.815	49	18.575	69	17.335	89	16.095
8	21.117	28	19.877	48	18.637	68	17.397	88	16.157
7	21.179	27	19.939	47	18.699	67	17.459	87	16.219
6	21.241	26	20.001	46	18.761	66	17.521	86	16.281
5	21.303	25	20.063	45	18.823	65	17.583	85	16.343
4	21.365	24	20.125	44	18.885	64	17.645	84	16.405
3	21.427	23	20.187	43	18.947	63	17.707	83	16.467
2	21.489	22	20.249	42	19.009	62	17.769	82	16.529
1	21.551	21	20.311	41	19.071	61	17.831	81	16.591

٣-٤ المستويات المعيارية والدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب

الصف الثالث- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

١-٣-٤ الوصف الاحصائي لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثالث- كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الجدول ( ٩ )

الوصف الاحصائي لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثالث - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت :

ت	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء	أعلى قيمة	أوطى قيمة
١	ثا	٢٠.٣٥٥	١.٩٤٨	١٩	٠.٦٩٥	٢٦.٧٥	١٧.٠٤٠

٤-٢-٢ المستويات المعيارية لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثالث - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت :

الجدول ( ١٠ )

المستويات المعيارية لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثالث - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت

المستويات	أعلى قيمة	اقل قيمة	التكرار	النسبة المئوية
ممتاز	14.5086	فما دون	١	٠.٩٦١%
جيد جدا	16.4674	14.5186	١٨	١٧.٣٠٧%
جيد	18.4262	16.4774	٣٦	٣٤.٦١٥%
متوسط	20.385	18.4362	٣٧	٣٥.٥٧٦%
ضعيف	22.3438	20.395	١٢	١١.٥٣٨%
ضعيف جدا	فما فوق	22.3538	صفر	صفر%

٤-٢-٣ الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الثالث - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت

الجدول ( ١١ )



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليونس للرشاقة لطلاب الصف الثالث - كلية التربية  
البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٦ سيكما
20	23.860	40	21.522	60	19.18	80	16.84	100	14.508
19	23.977	39	21.639	59	19.30	79	16.9	99	14.62
18	24.094	38	21.756	58	19.418	78	17.08	98	14.74
17	24.211	37	21.873	57	19.535	77	17.19	97	14.85
16	24.328	36	21.990	56	19.652	76	17.31	96	14.97
15	24.445	35	22.107	55	19.769	75	17.43	95	15.09
14	24.562	34	22.224	54	19.886	74	17.54	94	15.21
13	24.678	33	22.340	53	20.002	73	17.66	93	15.32
12	24.795	32	22.457	52	20.119	72	17.78	92	15.44
11	24.912	31	22.574	51	20.236	71	17.89	91	15.56
10	25.029	30	22.691	50	20.353	70	18.01	90	15.67
9	25.146	29	22.808	49	20.470	69	18.13	89	15.79
8	25.263	28	22.925	48	20.587	68	18.24	88	15.91
7	25.380	27	23.042	47	20.70	67	18.36	87	16.02
6	25.497	26	23.159	46	20.82	66	18.48	86	16.14
5	25.614	25	23.276	45	20.93	65	18.60	85	16.26
4	25.731	24	23.393	44	21.05	64	18.71	84	16.37



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

3	25.847	23	23.509	43	21.171	63	18.83	83	16.49
2	25.964	22	23.626	42	21.288	62	18.95	82	16.62
1	26.081	21	23.743	41	21.405	61	19.06	81	16.79

٤-٤ المستويات المعيارية والدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب  
الصف الرابع- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت

٤-٤-١ الوصف الاحصائي لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الرابع - كلية التربية  
البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الجدول (١٢)

الوصف الاحصائي لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الرابع - كلية التربية البدنية وعلوم  
الرياضة- جامعة تكريت :

ت	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء	أعلى قيمة	أوطى قيمة
١	ثا	١٨.٢٥٤	٠.٩٤٦	١٨	٠.٢٥٧	٢٠.٢٣٠	١٦.٣٧٠

٤-٢-٢ المستويات المعيارية لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الرابع - كلية التربية  
البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الجدول (١٣)

المستويات المعيارية لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الرابع - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

المستويات	أعلى قيمة	أقل قيمة	التكرار	النسبة المئوية
ممتاز	15.417	فمادون	٢	%١.٢٩٠
جيد جدا	16.373	15.427	٢٤	%١٥.٤٨٣
جيد	17.329	16.383	٤٧	%٣٠.٣٢٢
متوسط	18.285	17.339	٤٨	%٣٠.٩٦٧
ضعيف	19.241	18.295	٣٠	%١٩.٣٥٤
ضعيف جدا	فما فوق	19.251	٤	%٢.٥٨٠

٤-٢-٣ الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الرابع - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الجدول ( ١٤ )

الدرجات المعيارية ( ٦ سيكما ) لاختبار أليوس للرشاقة لطلاب الصف الرابع - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت :

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية
٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما	٦ سيكما
20	19.977	40	18.837	60	17.697	80	16.557	100	15.417
19	20.034	39	18.894	59	17.754	79	16.614	99	15.474
18	20.091	38	18.951	58	17.811	78	16.671	98	15.531
17	20.148	37	19.008	57	17.868	77	16.728	97	15.588



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

16	20.205	36	19.065	56	17.925	76	16.785	96	15.645
15	20.262	35	19.122	55	17.982	75	16.842	95	15.702
14	20.319	34	19.179	54	18.039	74	16.899	94	15.759
13	20.376	33	19.236	53	18.096	73	16.956	93	15.816
12	20.433	32	19.293	52	18.153	72	17.013	92	15.873
11	20.49	31	19.35	51	18.21	71	17.07	91	15.93
10	20.547	30	19.407	50	18.267	70	17.127	90	15.987
9	20.604	29	19.464	49	18.324	69	17.184	89	16.044
8	20.661	28	19.521	48	18.381	68	17.241	88	16.101
7	20.718	27	19.578	47	18.438	67	17.298	87	16.158
6	20.775	26	19.635	46	18.495	66	17.355	86	16.215
5	20.832	25	19.692	45	18.552	65	17.412	85	16.272
4	20.889	24	19.749	44	18.609	64	17.469	84	16.329
3	20.946	23	19.806	43	18.666	63	17.526	83	16.386
2	21.003	22	19.863	42	18.723	62	17.583	82	16.443
1	21.06	21	19.92	41	18.78	61	17.64	81	16.5

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٥ الاستنتاجات :

- تم وضع الدرجات والمستويات المعيارية لاختبار الينوس للرشاقة على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للصفوف ( الاول ، الثاني ، الثالث، الرابع ).

٥-٢ التوصيات :

- استخدام اختبار الينوس للرشاقة في التقويم الدوري لمستوى الرشاقة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- اجراء دراسات اخرى على الطالبات وعلى لاعبي الفرق الرياضية المختلفة.

المصادر



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة  
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الرابع

- بهاء سيد محمود وآخرون؛ الاتجاهات الحديثة في التقويم الرياضي : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ط١ ، ٢٠١٦ ) .
- عبد الله حسين اللامي، الاسس العلمية للتدريب الرياضي : (النجف الاشرف ، الطيف للطباعة والنشر ، ٢٠٠٤)
- عبد المنعم أحمد جاسم الجنابي ، أساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠١٩) .
- عبد المنعم أحمد جاسم الجنابي ، تقنيين اختبار الخطوة للقدرة اللاهوائية لمانهان وجوتن عل لاعبي كرة القدم للصالات: ( بحث منشور ، جامعة تكريت - كلية التربية الرياضية ، مجلة الثقافة الرياضية ، المجلد الخامس ، العدد الاول ، الجزء الاول ، ٢٠١٣ ) .
- عصام حلمي ومحمد جابر بريقع ، التدريب الرياضي اسس مفاهيم اتجاهات : (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٩٧) .
- كاظم الربيعي وموفق مجيد المولى ، الاعداد البدني في كرة القدم ، الموصل ، دار الكتب الجامعية ، ١٩٨٨ ) .
- كمال عبد الحميد أسماعيل ؛ اختبارات قياس وتقويم الاداء المصاحبة لعلم حركة الانسان : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠١٦ ) .
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين : ( اللياقة البدنية الاعداد البدني وطرق القياس : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧) .
- محمد عبد اللطيف حسين ، تصميم اختبارات لبعض القدرات والمهارات الاساسية للاعبين بأعمار (١٤-١٦) سنة في مدارس الموهبة الكروية في بغداد : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ٢٠١٨) .
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٨) .