

الفصل الرابع

استنتاجات ونماذج القياس المعرفى

مشماتات الفصل :

يشتمل هذا الفصل على ملخص نتائج الأبحاث فى مجال المعرفة الرياضية بالإضافة إلى ملخص لأسلوب إعداد الاختبارات المعرفية والنقاط الهامة التى يجب أن تراعى فى ذلك .

وكذلك بعض نماذج لاختبارات معرفية فى المجال الرياضى سواء كان ذلك للتلاميذ - أو للاعبين الأسوياء وكذلك نموذج اختبار معرفى للمعاقين .

أهداف الفصل :

يهدف هذا الفصل إلى أن يتعرف القارئ على ما يأتى :

١ - أن يتعرف القارئ على نتائج بعض البحوث للاختبارات المعرفية فى المجال الرياضى .

٢ - أن يلم القارئ بملخص للخطوات الهامة لإعداد الاختبار المعرفى .

٣ - أن يتعرف القارئ على بعض نماذج مقاييس معرفية فى المجال الرياضى منها :

١ - مقياس المعرفة الرياضية لتلاميذ المرحلة الثانوية .

٢ - بناء اختبار معرفى فى الكرة الطائرة .

٣ - مقياس معرفى للرياضيين المعاقين بدنياً .

٤ - مقياس معرفى فى المصارعة .

الفصل الرابع

استنتاجات ونماذج القياس المعرفى

أ - استنتاجات أبحاث القياسات المعرفية :

يوجد فى مجال التربية الرياضية العديد من الاختبارات المعرفية والتي تصلح للاستخدام لعدة سنوات . حيث توجد تلك الاختبارات منشورة فى المكتبات (جنسن ١٩٩٦).

منها ما هو منشور بمجلات علمية حيث يمكن استخدامها فى بناء فكر المدرس أو مصممى المقاييس المعرفية ١٩٥٠ . وقد يستخدم الاختبار بأكمله (جرستون ١٩٥٧).

وهناك عوامل تؤثر عليها مما يجعلها غير قابلة للاستعمال .

أما العلاقة بين المعرفة فى نشاط رياضى والمهارة فى ذلك النشاط فقد لاحظ سكوت Scott عدم وجود علاقة مباشرة فى قياس التنفس وأكد استحالة وجود تلك العلاقة بين المعرفة والمهارة فى النشاط الرياضى .

أما هوت Hewit فقد وجد علاقة كبيرة بين المعرفة فى التنس واللعب ويلاحظ غالباً أن الطلاب الذين يملكون مستوى عالٍ فى المعرفة ليسوا على مستوى جيد فى الأداء المهارى .

وقد درس لى Ley عام ١٩٦٠ موضوعية الاختبارات المعرفية واختيار عبارات أنشطة التربية الرياضية فى بعض آراء مصممى الاختبارات وقيمة تلك الاختبارات فى المستقبل وقد أوصوا بإعادة الصياغة كما يلى :

١ - بناء الاختبارات المعرفية منذ عام ١٩٤٠ لم يستخدم فيه أسلوب معين لتحديد الفروق فى مستوى العبارات .

٢ - دراسة الاختبارات المعرفية أوضحت احتوائها على العديد من العبارات الحقيقية بينما العبارات المهمة فى التعميم تحوى مستويات من الفهم والتطبيق والتفسير .

٣ - اختبارات المجموعات المنظمة ليست أفضل من التقدير أو الملاحظة الفردية حيث تتفق ومحتويات الموضوع Topical Content وتقدر أهمية Worth وفقاً للمستوى المناسب من العبارات الفردية Individual Items .

٤ - قواعد اللعب فى التربية الرياضية تتحكم فى الاختبارات المعرفية حيث أن الممارسة العملية تحتاج إلى تبرير فى كثير من الحالات .

٥ - الصور والرسوم البيانية لها قيمة فى تنقية وتطور عبارات الاختبار .

٦ - العبارات مرتفعة القيمة من الممكن أن تكون مناسبة فى الاختبارات المعرفية للعديد من مجالات أنشطة التربية الرياضية .

وقد وجد لى Ley أن التلاميذ البالغين فى التربية الرياضية درجاتهم عالية ومعنوية عن غير البالغين .

وقد حاول العديد من الباحثين معرفة تأثير المعرفة على التعلم المهارى فى الأنشطة الرياضية المتنوعة وقد وجد أن الفهم والتطبيق للأداء والتكنيك يكون له دور فى المعرفة وذو أثر كبير فى تنمية الأداء المهارى .

كما أن هناك باحثين استخدموا المقاييس المعرفية لتقدير الدرجات للمستوى المتوسط وتحديد مستوى الذكاء والتحصيل الدراسى كما يمكن تحديد العلاقة بين القدرة الذهنية والقدرات البدنية وكانت معظم نتائج تلك الدراسات متباينة .

كما أوضحت بعض التقارير عدم وجود علاقة بذلك مثل (بوند Bond) ١٩٥٩ ، ويرلى Burley وأندرسون Anderson ١٩٥٩ وكيورد رتشاردسون ١٩٦٧ .

بينما أظهرت نتائج أبحاث أخرى وجود علاقة إيجابية مثل ديستفانو وزملاؤه ١٩٥٨ وماك ملان McMillan ١٩٦١ .

العلاقة بين القدرات الذهنية والمستوى البدنى أو المهارى :

ويمكننا القول أنه فى خلال تلك السنوات ساد الاعتقاد بين المربين الرياضيين بأن تحسن اللياقة البدنية يؤثر على القدرات الذهنية الفورية . وقد توصلت بعض الأبحاث إلى الآتى :

١ - قام روجرز Rogers بدراسة على مجموعتين من كليات البنين المتساويين تقريباً فى مستوى الذكاء ووجد أن المعرفة لدى المجموعة القوية البدن أعلى من المجموعة ذات القوة الأقل .

٢ - لاحظ ترمان Terman علامات من الضعف العام بلغت ٣٠٪ للطلاب عديمى الموهبة Gifred عن الطلاب الموهوبين .

٣ - دراسة براس Brace على مجموعة من الطلاب ذوى المهارة الحركية العالية ومجموعة أخرى مستوى المهارة الحركية لديهم منخفض وجد أن الطلاب ذوى المهارة الحركية العالية أفضل فى التحصيل الدراسى عن المجموعة الأخرى من حيث القراءة والكتابة والاستيعاب .

٤ - بوب Popp قام بمقارنة الأولاد ذوى اللياقة البدنية المنخفضة وذوى اللياقة البدنية المرتفعة بالمدارس الثانوية، وقد لاحظ أن من ٨ : ٢٠٪ من المجموعة منخفضة اللياقة فشلوا حتى التخرج من المدرسة الثانوية بينما ذوى اللياقة المرتفعة من ٢ : ٢٠٪ فقط هم الذين فشلوا فى التخرج من المدرسة الثانوية .

٥ - كما أن دراسات كل من كلارك Clarke و جارمان Jarman ، جوتى Gutue وهارت Hart أوضحت جميعها أن اللياقة البدنية عاملاً هاماً فى تقدم القدرات الذهنية وذات معنوية إيجابية حيث يحصلون على مستوى أعلى من المتوسط فى قياس المعرفة أكثر من المجموعات ذات اللياقة البدنية المنخفضة .

ب - ملخص إعداد الاختبار المعرفى :

إن قيمة الاختبارات المعرفية تعتمد على عدة عناصر وكذلك على استخدام المعارف والمعلومات المنطقية والتجريبية لذلك لا بد أن يبنى بدقة للتأكد من فاعليته . كما أن الاختبار المبنى على أساس سليم يجب أن يتمتع بالتوازن والارتباط الوثيق بالنشاط المقاس والذي تمثل فيه عبارات الاختبار بشكل كمى فى المجال الخاضع للقياس كذلك وضوح السلوك الذى يجب أن يكون عليه المتقدمين وما هو المطلوب منهم للإجابة على تلك الفقرات ، حينئذ يكون التقويم موضوعى . ويعد جدول المواصفات من أهم الشروط أو الأسس التى يجب أن تراعى لتحقيق ذلك ، حيث يعطى الخطوط المرشدة فى بناء الاختبار . كما يعد الاختبار المعرفى مناسباً للمتقدمين إذا تضمن عبارات متوسطة الصعوبة وحينئذ ستكون تلك العبارات عادلة لأنها سوف تميز بين المتقدمين ويتحقق ذلك عند استبعاد أشكال الغموض والازدواج فى المعنى .

وإذا كان المتقدم يعرف الإجابة الصحيحة على عبارة فى الامتحان ولكنه يخطئ فيرجع ذلك إلى عنصر الخداع مما يقلل من ثبات الاختبار .

أما إذا كان الغرض من الاختبار هو التمييز بين المتقدمين فى قدراتهم المرتبطة بموضوع الاختبار فلا بد أن يحمل كل بُعد صفات التميز .

خطوات إعداد الاختبار :

لا بد أن تكتب عبارات الاختبار وفقاً لجدول المواصفات مع مراعاة الوزن النسبى لكل محور . كما يجب تحليل العبارات بالإضافة إلى المعاملات العلمية (الصدق/ الثبات) للتأكد من صلاحيتها للاختبار التى قننت من أجله . مع ملاحظة المرحلة السنوية والمستوى التعليمى للمختبرين .

خبرات عملية :

- ١ - قم بإعداد جدول المواصفات للاختبار الرياضى أو التدريبى أو النشاط المراد قياسه مع تحديد مستويات المعرفة الأدائية بالجدول .

يجب تحديد عدد رؤوس المواضيع التى يجب أن تكتب فى كل خانة بالجدول .

٢ - اكتب (١٠) عبارات اختيار من متعدد مستخدماً جدول الموصفات السابق ذكره مع تغير رؤوس مواضيع العبارات واستعن برؤوس المواضيع وحللها بدقة وحدد العبارات التى تعاد كتابتها . كما يمكنك أخذ رأى (مقترحات) زملائك ذوى الخبرة لتحديد ما يلزم التغيير .

٣ - استخدم (١٠) عبارات اختيار فى المراجعة مرة ثانية بعد تقييم الخبير أو الزميل المرشد .

- اعط الاختبار لعينة مكونة من (٣٠) ثلاثين تلميذاً ممن لديهم معلومات ومعارف أساسية عن النشاط المقاس .

- عندما يكمل (٣٠) تلميذاً أداء الاختبار حدد درجة الاختبار مع تحليل العبارات .

- استخدم العشر (١٠) درجات للمجموعة ذات الدرجات العليا، والعشر درجات للمجموعة ذات الدرجات المنخفضة . وقم بإعداد جدول للنتائج .

- ناقش أى عبارة لا تعطى نتائج جيدة، وفكر فى إمكانية التعديل وتذكر أن العينة التى تشمل على (٣٠) طالباً تعتبر قليلة ولكنها تعتبر تجربة استطلاعية لتقنين الاختبار وعلى ذلك يجب أن تكون حذراً من استنتاجاتك فكلما زاد حجم عينة التقنين أصبح الاختبار أكثر موضوعية فى التقويم .

- يفضل استخدام ورقة إجابة مستقلة عن الاختبار .

- يجب أن تتوافر مسافات بين أجزاء الاختبار لسهولة القراءة .

- يجب وضوح التعليمات الخاصة بالاختبار لدقة التطبيق .

ولعلنا نجد أن الاختبار الذى يكتب بشكل عام وضعيف فى سمة التخصيص يحوى درجات عالية فى عنصر الحظ . لذلك يجب أن تكون عبارات الاختبار تخصصية إلى أقصى درجة ممكنة بالنسبة لموضوع القياس حتى يمكن التمييز بين الأفراد ذوى القدرات العالية والذين يحققون درجات عالية فى المجال الخاضع للقياس أو الدرجات العالية الناتجة عن المعلومات العامة .

والواقع أن الاختبار الفعال هو الذى يكتب بطريقة تستطيع بها إجراء عدد كبير من التقييم المستقل لكل بُعد من أبعاد الاختبار لكل ممتحن .

كما أن الاختبار الفعال هو الذى يتمتع بثبات عال وتوازن مع مراعاة زمن الاختبار وتكلفة الاختبار بالإضافة إلى إمكانية إجراء الاختبار .

وخلاصة القول فإن أهم سمات الاختبار المعرفى الجيد هى توافر عناصر الصدق والثبات والتمييز والصعوبة بحيث يتم ذلك بشكل متناسق ومتناسك ومتناغم وإلا أصبح عديم الفائدة باعتباره أداة القياس .

ويمكننا القول بوجه عام أنه تقويم للمعارف والمعلومات التى حصل عليها الأفراد من العملية التعليمية أو التدريبية . والتحقق من تحقيق الأهداف المنشود الوصول إليها .

جدول (٤/١) درجات الطلاب على عبارات الاختبار

وظيفة العبارة Item. Function	التمييز للعبارة Item. Discrimination	صعوبة العبارة Item Difficulty	رقم العبارة Item. Number
			١
			٢
			٣
			٤
			٥
			٦
			٧
			٨
			٩
			١٠

وجداول (٤/١) يوضح استجابات (١٠) طلاب على (١٠) عبارات من الاختبار.

نماذج مقاييس معرفية

فيما يلي نماذج لاختبارات تقيس المعرفة في مجالات رياضية متعددة، وهي ذات قيمة لمن يقومون ببناء اختبارات لعلها تعطي أفكاراً عن المحاور والعبارات وتنوعها وفقاً للمجال، وفيما يلي بعض النماذج.

- ١ - مقياس معرفي لتلاميذ المرحلة الثانوية.
- ٢ - بناء اختبار معرفي في الكرة الطائرة.
- ٣ - قياس المعلومات الرياضية لدى المعاقين بدياً.
- ٤ - اختبار معرفي في المصارعة.

١ - مقياس المعرفة الرياضية لتلاميذ المرحلة الثانوية

وصف المقياس :

مقياس المعرفة الرياضية أعدته ليلي السيد فرحات لقياس القدرة المعرفية للطالب على استعادة التذكر والتي تشمل المعارف والمعلومات والمفاهيم التي اكتسبها التلميذ من الأنشطة الرياضية المتعددة والتي ألموا بها من حصص التربية الرياضية وذلك بعد تحليل المنهاج المقرر على تلك المرحلة الدراسية وذلك لقياس مستوى تلك المعلومات الرياضية.

ويشتمل المقياس على (٦) أبعاد وهي كالتالي :

- ١ - تاريخ ومعلومات عامة.
- ٢ - قواعد وقوانين وأدوات.
- ٣ - فن الأداء المهارى (التكنيك).
- ٤ - اللياقة البدنية.
- ٥ - الصحة العامة والسلامة.
- ٦ - قيم وسلوك.

كما يتضمن كل بُعد عدداً من العبارات حيث يقوم الطالب بالإجابة عليها لكي يستطيع المدرس أو المدرسة التعرف على مدى إلمام التلاميذ بالمعلومات حيث يمكن استخدامه كأداة تقويم موضوعية للمدرس وكذلك معرفة نواحي الضعف والقوة بالمنهاج أو التلميذ أو طريقة التدريس ومحاولة التغلب عليها مع مراعاة مستوى السن ، الجنس وقدرة الطلاب وتغير القواعد والقوانين .

وكذلك أن تكون مصادر المعلومات المطلوبة متعددة ومن المنهاج الذى تم تدريسه للطلاب وكذلك يجب أن يشتمل على مختلف المهارات والأنشطة الرياضية التى تم تدريسها فى تلك المرحلة التعليمية والمقررة على الطلاب .

ويتكون المقياس من (٤٨) عبارة يقوم الطالب بالإجابة على كل عبارة والدرجة العظمى للمقياس هى (٤٨) درجة على أساس إعطاء درجة لكل سؤال ويقوم المدرس بجمع درجات جميع العبارات التى يتكون منها المقياس حيث يتم ذلك على أساس تلك الدرجات التى تحدد مستوى الطالب المعرفى فى التربية الرياضية . ويعتبر هذا المقياس وسيلة مساعدة لمدرس التربية الرياضية لتقويم الطالب وتحديد مركزه بالنسبة لزملائه فى نفس المرحلة التعليمية السنية .

تعليمات المقياس :

يجب مراعاة قراءة التعليمات التى تسبق كل بُعد من أبعاد المقياس حتى تكون الإجابة وفقاً للأسلوب المطلوب حيث أن هناك أبعاد تحتاج فيها الإجابة (خطأ × ، وصح ✓) وأبعاد تحتاج إلى الاختيار من متعدد ، وأبعاد تحتاج الإجابة عليها إلى الوصل بين الجمل .

- يتم الإجابة على الأسئلة فردية لكل طالب .
- يجب قراءة كل بُعد بدقة مع الإجابة على كل الأسئلة .
- يجب أن تتم الإجابة فى الورقة المرفقة بالاختبار والخاصة بالإجابة .
- لا تترك عبارة بدون إجابة .

تصحيح المقياس :

يتم تصحيح كل بُعد من الأبعاد الستة على حدة حيث أن نوع الإجابة على عبارات كل بُعد تختلف عن البعد الآخر وفقاً لطبيعة البعد. وكلما اقتربت درجة الطالب الكلية من الدرجة العظمى للمقياس إنما يدل ذلك على ارتفاع مستوى المعارف والمعلومات الخاصة بالمادة ونجاح العملية التعليمية، وهى مؤشر لملاءمة البرنامج لمستوى الطلاب وكذلك نجاح المعلم فى توصيل المعلومات النظرية بالإضافة للأداء العملى للطلاب وهذا هو الهدف من العملية التعليمية.

- والمجموع الكلى للمقياس هو (٤٨) وذلك بجمع درجات عبارات الأبعاد الستة.

- عبارات البعد الثانى والخاص بالقواعد والقوانين من رقم ١٠ إلى ١٩.

- عبارات البعد الثالث والخاص بفن الأداء (التكنيك) من رقم ٢٠ إلى ٢٧.

- عبارات البعد الرابع والخاص باللياقة البدنية من رقم ٢٨ إلى ٣٤.

- عبارات البعد الخامس والخاص بالصحة العامة والسلامة من رقم ٣٥ إلى ٤١.

- عبارات البعد السادس والخاص بالقيم والسلوك من رقم ٤٢ إلى ٤٨.

• التاريخ والمعلومات العامة :

تخير الإجابة المناسبة من العمود (أ) بما يناسبها من العمود (ب) مما يلي :

العمود (أ)	العمود (ب)
١ - أسرع رجل فى العالم	أ - ناديا كومانشى
٢ - الدورة الأولمبية التى أقيمت فى عام ١٩٩٦	ب - بيليه
٣ - الدورات الأولمبية العالمية تقام كل	ج - (٤) سنوات
٤ - بدء الدورى العام لكرة القدم فى مصر	د - مارى لوى
٥ - فاز بلقب أحسن لاعب عالمى فى كرة القدم	هـ - فى مدينة أتلانتا
٦ - يطلق اسم أم الألعاب على رياضة	و - عام ١٩١٢
٧ - نشأت لعبة كرة السلة فى	ز - أمريكا عام ١٨٨٦
٨ - نشأت لعبة الكرة الطائرة فى	ح - ألعاب القوى
٩ - لاعبة الجம்பاز العالمية التى حصلت على	ط - سعيد عويطة
الدرجات النهائية	ى - أمريكا

• القواعد والقانون :

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة ، وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة مما يلي :

- ١٠ - مساحة ملعب الكرة الطائرة ١٨×٩ م .
- ١١ - مساحة ملعب كرة اليد ٢٠×٢٠ م .
- ١٢ - ارتفاع هدف كرة السلة عن الأرض ٢ م .
- ١٣ - لاعب الوثب العالى يمكنه لمس العارضة دون أن تقع .
- ١٤ - عدد نقاط تنس الطاولة فى الشوط الواحد (٢١) نقطة .
- ١٥ - عدد لاعبى كرة اليد داخل الملعب (٦) لاعبين .
- ١٦ - يجوز أن يتكوّن فريق كرة القدم من (٨) لاعبين فقط .

١٧ - يمكن إحراز هدف فى كرة القدم من ضربة ركنية .

١٨ - يمكن أن تنتهى مباراة كرة السلة بتعادل الفريقين .

١٩ - عدم طاعة المتسابقين لنداء الحكم فى سباق العدو .

• فن الأداء والتكتيك :

- اختر الإجابة الصحيحة من الإجابات التالية وضع علامة (✓) أمامها
مع مراعاة عدم ترك أى عبارة بدون إجابة .

٢٠ - يجب أن يتم الجرى والارتقاء عند القفز على الحصان فى الجمباز على
لوحة الارتقاء وذلك :

أ - بالقدمين معاً .

ب - بالقدم اليمنى .

ج - بالقدم اليسرى .

٢١ - عند أداء العجلة فى الجمباز يكون وضع اليدين كالتالى :

أ - اليدين معاً .

ب - يد بعد أخرى .

ج - اليد اليسرى أولاً .

٢٢ - الإرسال فى الكرة الطائرة يؤدى كالتالى :

أ - بيد واحدة .

ب - باليدين معاً .

ج - بيد بعد أخرى .

٢٣ - الإرسال فى كرة السلة يؤدى كالتالى :

أ - خطوتان ثم القفز فى الهواء لأعلى .

ب - ثلاث خطوات ثم القفز فى الهواء لأعلى .

ج - أربع خطوات .

٢٤ - المهارات الأساسية فى كرة اليد هى :

أ - مهارات هجوم . ب - مهارات دفاع .

ج - مهارات هجومية دفاعية د - جميع ما سبق ذكره .

٢٥ - خطوات الأداء فى الوثب الطويل هى :

أ - الاقتراب والهبوط . ب - الطيران والهبوط .

ج - الاقتراب والارتقاء والطيران . د - الاقتراب والارتقاء والطيران والهبوط .

٢٦ - المهارات الأساسية فى كرة القدم هى :

أ - ركل الكرة . ب - الجرى بالكرة والسيطرة عليها .

ج - الخداع بالكرة . د - جميع ما سبق ذكره .

٢٧ - ركل الكرة (ضربها بالرجل) فى كرة القدم يستخدم ما يلى :

أ - التصويب على المرمى . ب - تشتيت الكرة .

ج - إيقاف الكرة وامتصاصها . د - أ + ب معاً .

• اللياقة البدنية :

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة ، وعبارة (X) أمام العبارة الخاطئة

فيما يلى :

٢٨ - يحتاج كل الأشخاص إلى اللياقة البدنية فى حياتهم .

٢٩ - اللياقة البدنية ضرورية للاعبين فقط .

٣٠ - دروس التربية الرياضية لا تنمى اللياقة البدنية .

٣١ - لا تؤثر السمنة على اكتساب اللياقة البدنية .

٣٢ - اللياقة البدنية تشتمل على المكونات التالية :

القوة العضلية - التحمل العضلى - التحمل الدورى التنفسى -

الرشاقة - المرونة - السرعة .

٣٣ - القوة العضلية هي قدرة الفرد على إخراج أقصى قوة ممكنة في الأداء لمرة واحدة.

٣٤ - التحمل العضلي هو قدرة الفرد على الاستمرار في الأداء لأطول فترة ممكنة نسبياً.

• الصحة العامة والسلامة :

٣٥ - عند المرض يجب عدم الاشتراك في درس التربية الرياضية.

٣٦ - الإحماء قبل ممارسة النشاط الرياضي غير ضروري.

٣٧ - غير ضار شرب الماء بعد النشاط الرياضي مباشرة.

٣٨ - يمكن ممارسة النشاط الرياضي بعد الأكل مباشرة.

٣٩ - يجب ارتداء الزي الرياضي المناسب عند اللعب.

٤٠ - يجب خلع الأحذية والنظارات الطبية والبلوفرات عند ممارسة الرياضة.

٤١ - يجب تثبيت الأجهزة كالحصان والمقاعد السويدية قبل الحصّة لتجنب الإصابة.

• قيم وسلوك :

٤٢ - يتصف الرياضي بالأنانية وحب النفس.

٤٣ - ممارسة الرياضة علمتني احترام الآخرين.

٤٤ - التواضع عند الفوز غير ضروري.

٤٥ - لا بد أن يتقبل الفرد الهزيمة مثل الفوز.

٤٦ - عند الهزيمة لا يجب مصافحة الفائز.

٤٧ - نتعلم حب الآخرين وإنكار الذات من دروس التربية الرياضية.

٤٨ - الاشتراك في الفرق الرياضية يعلم الطاعة.

ورقة الإجابة

الاسم : تاريخ الميلاد :
المدرسة : الصف الدراسي ورقمه :
المادة : تاريخ الاختبار :

رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة
١							
٢							
٣							
٤							
٥							
٦							
٧							
٨							
٩							
١٠							
١١							
١٢		٢٤		٣٦		٤٨	

مفتاح تصحيح الإجابة

رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة
١	ط	١٣	✓	٢٥	د	٣٧	×
٢	هـ	١٤	✓	٢٦	د	٣٨	×
٣	ج	١٥	×	٢٧	د	٣٩	✓
٤	و	١٦	✓	٢٨	✓	٤٠	✓
٥	ب	١٧	✓	٢٩	×	٤١	✓
٦	ح	١٨	×	٣٠	×	٤٢	×
٧	ى	١٩	×	٣١	×	٤٣	✓
٨	ز	٢٠	أ	٣٢	✓	٤٤	×
٩	م	٢١	ب	٣٣	✓	٤٥	✓
١٠	✓	٢٢	أ	٣٤	✓	٤٦	×
١١	×	٢٣	أ	٣٥	✓	٤٧	✓
١٢	×	٢٤	د	٣٦	×	٤٨	✓

يمكن أن يظلل أو يثقب مفتاح التصحيح على الإجابة الصحيحة ويوضع على الورقة الخاصة بالإجابة لتسهيل عملية التصحيح.

٢ - اختبار معرفى فى الكرة الطائرة

للاعبى الدرجة الأولى

تعتبر الكرة الطائرة إحدى الأنشطة الرياضية المحببة لجميع الأعمار، وهى لعبة جماعية تتميز بعدم الاحتكاك بين الفريقين المتبارين، كما يمكن لعبها فى جميع الأماكن (شاطئ - نادى - جامعة - مركز شباب). وهى تمارس على المستوى الترفيهى والتنافسى بغرض استنفاد طاقات الشباب؛ كما تمارس فى كافة المستويات المحلية والعالمية. وتتضمن الكرة الطائرة مهارات أساسية متعددة كالتمرير والإرسال، الدفاع، الهجوم، الضربة الساقطة.

وتهدف الاختبارات المعرفية إلى التعرف على المعلومات لدى اللاعب عن تاريخ اللعبة والقوانين الخاصة بها وكذلك النواحي الفنية والمهارات الحركية وخطط اللعب التى يتم تطبيقها فى الأداء. وهى تقويم لمعلومات الفرد المرتبطة بالأداء ومدى إلمامه بالمعلومات التى اكتسبها من الممارسة.

كما يمكننا القول بأن تلك الاختبارات تسهم فى وضع البرامج التدريبية بحيث تتلائم المعلومات مع التعلم المهارى واللياقة البدنية الخاصة بالعبة.

ويتضمن هذا الاختبار (٣٤) عبارة ويقوم اللاعب أو اللاعبه بالإجابة على عبارات الاختبار فى ضوء التعليمات التى تسبق كل جزء من أجزاء الاختبار فهناك أجزاء الإجابة عليها (صح/ خطأ) وأجزاء الإجابة عليها بالاختيار من متعدد.

وقد اقتبست هذا الاختبار لىلى فرحات من العديد من المراجع الأجنبية مثل : بومجارتنر Baumga Rtner ، جاكسون Jackson ١٩٨٩ ، إيبيل Eble ١٩٧٩ ، ثورنديك وهاجن Thorndike and Hagen ١٩٧٨ ، جرونراندلاند Grond land ١٩٨٢ ، ١٩٨٥ ويتكون الاختبار من (٣٤) عبارة.

تصحيح المقياس :

يتم تصحيح المقياس وفقاً للإجابة لكل جزء من المقياس على حدة وتعطى درجة واحدة لكل إجابة صحيحة فى كل بُعد من أبعاد المقياس وهى :

- ١ - عبارات المعلومات العامة أرقام / ١ ، ٣ ، ٦ ، ٧ .
 - ٢ - عبارات القانون والتحكيم أرقام / ٤ ، ٨ ، ٩ ، ١٠ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ٣١ .
 - ٣ - عبارات التكنيك والأداء الفني أرقام / ٥ ، ١٢ ، ١٨ ، ٣٠ ، ٣٢ ، ٣٣ ، ٣٤ .
 - ٤ - عبارات الخطط أرقام / ١١ ، ١٧ .
 - ٥ - عبارات اللياقة البدنية والصحة أرقام / ١٦ ، ١٩ ، ٢١ ، ٢٤ ، ٢٦ ، ٢٩ .
 - ٦ - عبارات الجانب النفسى / ٢٠ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٥ ، ٢٧ ، ٢٨ .
- ويتم جمع درجات الأبعاد الخمسة للحصول على المجموع الكلى للمقياس ، وكلما ارتفعت الدرجة على مقياس المعلومات إنما يدل ذلك على حصيلة المعلومات والمعارف التى يلم بها اللاعب عن نشاطه وممارسته للكرة الطائرة ويدل على تدعيم الجانب المهارى والبدنى بالجانب المعرفى مما يسهم فى رفع مستوى أداء اللاعب .

تعليمات الاختبار:

- يحتوى هذا الاختبار على (٣٤) عبارة فى ثلاثة أجزاء :
- الجزء الأول تكون الإجابة عليه بالصح والخطأ (✓) (X) ويشتمل على عدد (٩) أسئلة .
- الجزء الثانى بالاختيار من متعدد ويشتمل على (٢٠) سؤالاً . والجزء الثالث الوصل لما هو ملائم للإجابة ويشتمل على (٥) أسئلة .
- اقرأ كل سؤال جيداً ثم اختار الإجابة المناسبة .
- هناك ورقة إجابة منفصلة دوّن عليها بالقلم بخط واضح وتأكد من رقم السؤال .
- لا تضع أكثر من علامة أمام كل سؤال ، ولا تترك سؤال بدون إجابة .
- اختار إجابة واحدة فى الاختيار من متعدد .
- قبل تسليم ورقة الإجابة تأكد من وجود اسمك أو رقمك على ورقة الإجابة .
- الزمن الكلى للاختبار (٣٠) ق .

المقياس المعرفى فى الكرة الطائرة

الجزء الأول : True - false

ضع علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة، أما إذا كانت خطأ فضع علامة (X) فى ورقة الإجابة عند رقم العبارة.

- ١ - كان سبب انتشار لعبة الكرة الطائرة هو ممارستها كنشاط ترويحى .
- ٢ - وثبة لاعبى حائط الصد تبدأ مباشرة قبل وثبة المهاجم (الضارب).
- ٣ - حصلت مصر على المركز الأول فى بطولة الألعاب الإفريقية فى كينيا عام ١٩٩١ .
- ٤ - فى بداية الشوط يلعب الفريق (أ) الإرسال، كما يبدأ الفريق (ب) الإرسال عندما يبدأ اللاعب الشوط بلاعب اليمين أمام مركز (٢).
- ٥ - إذا كان الضارب أيسر اليد (أعسر) يكون الإعداد الأفضل على الجانب الأيمن .
- ٦ - الدورة الأولمبية فى طوكيو ١٩٦٤ تعد الأولى التى أدخلت الكرة الطائرة فى ألعابها .
- ٧ - ظهرت الكرة الطائرة فى أمريكا عام ١٨٩٢ .
- ٨ - إذا اشترك لاعبان متنافسان فى كرة مباشرة فوق الشبكة فى وقت واحد ربما يلعب أحدهما الكرة بضربة لاحقة .
- ٩ - إذا اهتزت الشبكة بالأصابع فى حائط الصد من ضربة المهاجم للكرة فى الشبكة فإن قرار الحكم يكون خطأ حائط الصد .

الجزء الثانى : Multiple Choice

الاختيار من متعدد : يجب أن توضح فى ورقة الإجابة الحرف الدال على الإجابة الصحيحة .

١٠ - ما هو الحد الأقصى القانونى لعدد لاعبي حائط الصد Block؟

أ - ٣ ب - ٤

ج - ٥ د - غير محدد

١١ - خطة هجومية Offense (٤-٢) والمعد على الجانب الأمامى يمين (مركز ٢) أى اللاعبين يتم تغيير مراكزهم؟

أ - اليمين أمام والوسط أمام (مركزى ٢ ، ٣).

ب - اليمين أمام (مركز ٢) واليمين خلف (مركز ١).

ج - اليسار أمام (مركز ٤) واليسار خلف (مركز ٥).

د - اليسار أمام (مركز ٤) واليسار أمام (مركز ٣).

١٢ - يجب فتح كف اليد أثناء الضربة الهجومية وذلك :

أ - زيادة مساحة الضرب .

ب - زيادة قوة الضربة .

ج - توجيه الكرة للملعب الفريق المنافس .

١٣ - عند محاولة التغطية على الكرة قاما لاعبان من الفريقين بلمس الشبكة فى وقت واحد . يكون قرار الحكم :

أ - نقطة . ب - إعادة الإرسال .

ج - الكرة خارج الملعب Side out . د - دوران لفة Rotate .

١٤ - قام لاعب من الفريق (أ) بالإرسال فى غير دوره وسجل نقطتين (٢) ، ولم يكتشف الخطأ إلا بعد أن حصل الفريق المنافس (الخصم) على ضربة إرسال .

قرار الحكم :

أ - يتم احتساب درجة الإرسال ، ويرجع الفريق (أ) إلى ترتيب الدوران .

- ب - الفريق (أ) يخسر النقط واللعب يستمر .
ج - الفريق (أ) يخسر النقط والفريق (ب) يأخذ دوره فى الإرسال .
١٥ - إذا سجلت النتيجة (٦-٩)

- الفريق (أ) يقوم بالإرسال للفريق (ب) .
- الفريق (ب) قام بضربة الإرسال على الخط الخلفى .
ماذا تكون النتيجة الآن؟

- أ - (٦-٩) والفريق (ب) يقوم بالإرسال .
ب - (٧-٩) والفريق (أ) يقوم بالإرسال .
ج - (٦-١٠) والفريق (ب) يقوم بالإرسال .
د - (٩-٧) والفريق (أ) يقوم بالإرسال .
١٦ - عند حدوث التواء بالقدم يتم اتباع الآتى :

- التدفئة .

- التدفئة مع التدليك .

- التبريد .

- ١٧ - اللاعب السريع يستخدم فى :

- أ - خلخلة الدفاع فى المنطقة الخلفية .
ب - خلخلة حائط الصد فى الفريق المنافس .
ج - كل ما سبق .

- ١٨ - فى مهارة الإعداد الخلفى تستخدم حركة رسغ اليد . وذلك :

- أ - لسهولة أداء الحركة .
ب - للدقة فى الأداء الحركى وعدم الإجهاد .
ج - للخداع .

١٩ - يحتاج اللاعب إلى اكتساب بعض مكونات الأداء البدنى للتحكم فى تمرير الكرة وهى :

أ - السرعة الحركية .

ب - سرعة رد الفعل لمفصل اليد والأصابع وكذلك قدرة عضلات الرجلين والتوازن .

ج - الارتخاء والدقة .

٢٠ - الإرشاد النفسى للاعب هو :

أ - العلاقة بين المدرب واللاعب لحل المشكلات المرتبطة بالنشاط .

ب - يقوم المدرب بإعطاء أوامر للاعب .

ج - عدم قدرة كل من اللاعب والمدرب فى التجاوب والتعاون .

٢١ - يحتاج اللاعب فى التغطية إلى بعض مكونات الأداء البدنى وهى :

أ - سرعة رد الفعل والرشاقة ودقة التوقيت والقدرة العضلية وكذلك التحكم .

ب - قوة مميزة بالسرعة .

ج - الرشاقة فقط .

٢٢ - اللاعب الذى يتميز بالروح الرياضية هو :

أ - لا يقبل الهزيمة .

ب - عدم الاستمرار فى التدريب .

ج - يقبل الهزيمة بصدر رحب .

٢٣ - حالة الاستعداد للكفاح للاعب قبل المباراة مع الفرق التى تتميز

بمستوى عال تكون من علاماتها الآتى :

أ - تركيز الانتباه ، مع ارتفاع درجة عمليات الإدراك .

ب - تشتيت الانتباه وعدم التركيز .

ج - هبوط فى العزيمة وإحباط وقتى .

٢٤ - تحتاج الضربة الساحقة إلى توافر بعض مكونات اللياقة البدنية في أدائها:

أ - تحمل دورى تنفسى .

ب - توازن ثابت ورشاقة .

ج - القوة المميزة بالسرعة للذراع الضارب .

٢٥ - السمات الشخصية للاعب الكرة الطائرة هى :

أ - سمة الانبساط وعدم الانطواء .

ب - سمة الاجتماعية .

ج - سمة الاتزان الانفعالى .

د - كل ما سبق .

٢٦ - يحدث تقلص العضلى للاعب نتيجة :

أ - عدم الإحماء الكافى .

ب - زيادة حمل التدريب البدنى .

ج - نقص كمية الأكسجين وزيادة كمية ثانى أكسيد الكربون بالعضلات المصابة .

د - كل ما سبق .

٢٧ - حالة حمى البداية التى يتعرض لها اللاعب قبل المباراة مباشرة وهى :

أ - عدم ثبات الحالة الانفعالية .

ب - عدم القدرة على التركيز وتشتيت الانتباه .

ج - شدة الاستثارة والاضطراب .

د - كل ما سبق .

٢٨ - يتميز اللاعب أثناء الانفعالات بالآتى :

أ - التعبيرات الصوتية .

ب - حركات تعبيرية للوجه .

ج - حركات تعبيرية لكل أجزاء الجسم .

د - كل ما سبق .

٢٩ - الإعداد المهارى والبدنى للاعب يهدف إلى :

أ - اكتساب الصحة البدنية للاعب .

ب - اكتساب الصحة الجسمية والجمالية .

ج - تنمية القدرات الحركية والبدنية اللازمة لدقة الأداء والتوافق العضلى العصبى لإخراج المهارات بالنمط الحركى المطلوب للأداء .

الجزء الثالث : Matching

عبارات الوصل يجب أن تقرأ كل موقف ، واختر أفضل إجابة من الخمس إجابات التالية ، ثم دوّن فى ورقة الإجابة رقم السؤال مقروناً بحروف الإجابة المختارة .

- استخدم نفس الخمس إجابات فى البنود من ٣٠ إلى ٣٤ :

أ - نقطة للفريق (أ) .

ب - نقطة للفريق (ب) .

ج - خسارة الإرسال .

د - إعادة الإرسال .

هـ - استمرار اللعب .

٣٠ - أثناء قيام الفريق (أ) بلعب الإرسال ، قام أحد لاعبى فريق (ب)

بسحق الكرة ثم قام الفريق (أ) باستخدام شخصين لأداء حائط الصد

ولمست الكرة المضروبة من المهاجم للاعبين وارتدت فى الهواء .

- قام اللاعب الخلفى فى مركز اليسار بإعداد الكرة للاعب الأيمن فى مركز (٢) الأمامى ، الذى قام بضرب الكرة فاصطدمت بأحد لاعبى الفريق (ب) فى كتفه واتجهت للخارج .

٣١ - أثناء قيام الفريق (ب) بأداء الإرسال قام لاعب من الفريق (أ) بمحاولة للعب الكرة ولكن الكرة ارتدت من كتفه بينما نجح فريقه فى ضرب الكرة من فوق الشبكة مما أدى إلى ضبطها (ارتطامها) بالأرض عدة مرات .

٣٢ - أثناء الإرسال من فريق (ب) قام لاعب من فريق (أ) بسحق الكرة والتي استقرت (ارتدت) فى تتال بجانب شبكة الفريق (ب) .

٣٣ - لعب الفريق (أ) الإرسال ، بينما الفريق (ب) يعد الكرة للضارب بينما الفريق (أ) يعد لاعبين لحائط الصد . وأثناء أداء حائط الصد نزل لاعب الفريق (ب) فوق خط الوسط وفى نفس الوقت عبرت أيدى لاعبى حائط الصد بالفريق (أ) فوق الشبكة .

٣٤ - لعب الفريق (ب) الإرسال ، بينما الفريق (أ) يعد الكرة للضارب . كذلك أعد الفريق (ب) لاعبين لحائط الصد ، قام الفريق (أ) باللعب وسحق الكرة فى يد حائط الصد للفريق (ب) ، وارتدت الكرة من حائط الصد إلى خارج خط النهاية فى ملعب الفريق (أ) .

٣ - مقياس معرفى للرياضيين المعاقين بدنياً

المعاق بدنياً Physically Handicapped هو الفرد الذى يعانى من مستوى دون المتوسط فى القدرة الحركية ويُعد اكتساب الجانب المعرفى من الأهمية للرياضيين عامة والمعاقين خاصة حيث يساعد على الممارسة الرياضية الصحيحة مما يسهم فى ارتفاع مستوى الأداء المهارى . ويمكننا القول كذلك أن القياس المعرفى وسيلة تقويمية موضوعية، ومن المعلوم أن الإلمام بالمعارف النظرية الخاصة بالنشاط الرياضى وطرق تطبيقها يؤدى إلى تنمية وتطوير المستوى المهارى للفرد إلى أقصى إمكانية لديه، كما يعتبر مؤشراً لإمكانية تحديد مدى التقدم للحالة الجسمية للفرد وسماته وخصائصه الحركية والعقلية .

ويذكر ماتىوس Mathews أن التقويم لا يمكن أن يتم بدون القياس المعرفى، ويمكننا القول أن الاختبار المعرفى هو مجموعة من العبارات أو الأسئلة التى تعطى لقياس المستوى المعرفى للرياضى المعاق بدنياً بهدف معرفة حصائل العملية التعليمية والتدريبية من الممارسة الرياضية .

لقد أشار كل من آدمز Adams (١٩٩١) وديفيد David، جوتمان Guttman إلى قيمة وأهمية الأنشطة الرياضية المعدلة للمعاقين حيث تكمن فى تحقيق النمو البدنى والانفعالى والاجتماعى والتخفيف من حدة الإعاقة . ويتضمن الجانب المعرفى المعلومات العامة والقواعد والقوانين الخاصة بالنشاط وكذلك طريقة الأداء الفنى بالإضافة إلى اللياقة البدنية والتأهيل البدنى والنفسى والاجتماعى المكتسب من الممارسة . وقد أكد ذلك كل من جرونلاند Gronlund (١٩٨٢) وديزنى Dizney ١٩٧٩ وفينيك Winnic (١٩٨٥)، أوكستر Auxter، بيفر Pyfer، هتج Huetting (١٩٩٦) كذلك قامت منال أمين ببناء اختبار معرفى للمعاقين اشتمل على (١٤٣) عبارة متمثلة فى (٨) أبعاد، وقد قامت ليلى السيد فرحات باقتباس وإعداد هذا الاختبار المعرفى للمعاقين بدنياً فى الأنشطة الرياضية التالية :

١ - رفع الأثقال ٢ - ألعاب القوى ٣ - السباحة ٤ - كرة السلة .

وهو يحتوى على ثلاثة أجزاء ، كما يتضمن (٥) أبعاد أساسية هي :

- ١ - المعلومات العامة وتاريخ رياضة المعاقين .
- ٢ - القانون والتحكيم عبارات أرقام / ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ . (الجزء الأول) .
- ٣ - اللياقة البدنية عبارات أرقام / (١ : ٥) رفع الأثقال ، (١ : ٦) ألعاب القوى ، (١ : ٦) السباحة ، (١ : ٦) كرة السلة (الجزء الثانى) .
- ٤ - التأهيل والأمن والسلامة عبارات أرقام / ١ ، ٢ ، ٣ ، ٥ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٩ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ .
- ٥ - الجانب التربوي والنفسي عبارات أرقام / ٤ ، ٦ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢ ، ١٧ ، ١٨ ، ٢٠ ، ٢١ ، ٢٥ .

كما يتكون هذا الاختبار من (٣٥) عبارة تقيس الأبعاد الخمسة .

تصحيح الاختبار :

عند تصحيح الاختبار يمنح درجة واحدة لكل إجابة سؤال صحيحة فى الجزء الأول من الاختبار وكذلك الجزء الثانى تتم الإجابة على النشاط الذى يمارسه المعاق فقط من الأنشطة الموجودة . أما الجزء الثالث من الاختبار فهى على ميزان تقدير ثلاثى حيث تعطى (٣) درجات لأوافق تماماً ، (٢) درجة إلى حد ما ، (١) درجة واحدة لا أوافق ، ويتم حساب المجموع الكلى للاختبار بحساب مجموع الأجزاء الثلاثة معاً للحصول على درجة الفرد الكلية على الاختبار . وكلما ارتفعت درجات الفرد على المقياس كلما دل ذلك على زيادة معلومات ومعارف الفرد عن النشاط الرياضى الممارس .

تعليمات الاختبار :

- يحتوى هذا الاختبار على (٣٥) عبارة لكل نشاط فى ثلاثة أجزاء :
- الجزء الأولى : ويشتمل على التاريخ والمعلومات العامة وتكون الإجابة عليه بالاختيار من متعدد .

- الجزء الثانى : يقوم الشخص باختيار النشاط الذى يمارسه فقط ويترك الأنشطة الأخرى (٦ عبارات فقط).

وتكون الإجابة عليه (✓) أو (X).

- الجزء الثالث : ويشتمل على عبارات أبعاد اللياقة البدنية والتأهيل والصحة والأمن والسلامة والجانب النفسى والترويحى .

وتكون الإجابة عليه بالاختيار من ثلاثة (أوافق تماماً - أوافق إلى حد ما - لا أوافق) .

- اقرأ كل سؤال جيداً قبل الإجابة .

- تتم الإجابة فى الورقة المنفصلة الخاصة بالإجابة .

- لا تضع أكثر من علامة أمام كل سؤال ، ولا تترك سؤالاً بدون إجابة .

- قبل تسليم ورقة الإجابة تأكد من وجود بياناتك عليها وهى :

الاسم / العمر الزمنى / نوع الإعاقة / نوع النشاط الرياضى (لعبتك)

النادى / عدد سنوات الممارسة / مرحلة التعليم .

- زمن الاختبار (٣٠) دقيقة .

- **الجزء الأول : الاختيار من متعدد Multiple Choice فى المعلومات العامة :**

١ - اشتركت مصر فى الدورة الأولمبية للمعاقين فى ألمانيا عام :

أ - ١٩٨٦ .

ب - ١٩٧٩ .

ج - ١٩٧٢ .

٢ - أقيمت البطولة الأفريقية الأولى لرياضة المعاقين بمدينة القاهرة عام

١٩٩٠ وحققت مصر المركز الأول فى البطولة وأحرزت عدد :

أ - ٥٠ ميدالية بين ذهبية وفضية وبرونزية .

ب - ٧٥ ميدالية ذهبية وفضية .

ج - (١٥٧) ميدالية (٦٣ ذهبية - ٥٢ فضية - ٤٢ برونزية) .

٣ - أول من أقام ألعاب رياضية للمعاقين هو :

أ - لوثر كنج .

ب - لودفيج جوتمان .

ج - جيمس سميث .

٤ - فى بطولة فرنسا الدولية عام ١٩٩٢ حقق اللاعب أحمد جمعة رقماً
عالمياً جديداً باسمه فى وزن :

أ - ١٢٠ / كجم .

ب - ١٧٥ / كجم .

ج - ١٦٠ / كجم .

٥ - فى دورة أتلانتا للمعاقين عام ١٩٩٦ م اشترك (٣١) معاقاً مصرياً ، وقد
حصلوا على عدد :

أ - (١٠) ميداليات ذهبية .

ب - (١٥) ميدالية فضية وبرونزية .

ج - (٣٠) ميدالية بين ذهبية وفضية وبرونزية .

الجزء الثانى : True- False :

ضع علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة ، وعلامة خطأ (X) أمام العبارة
الخاطئة فى ورقة الإجابة عند رقم العبارة .

أولاً : رفع الأثقال :

١ - تحتسب أحسن رفعة من ثلاث محاولات للرباع . ()

٢ - تحتسب محاولة فاشلة عند عدم الامتداد الكامل أو الدفع

المتبادل للذراعين . ()

٣ - يقوم الحكم الرئيسى بإعطاء إشارة الرفع . ()

٤ - يكون وزن القرص ذى اللون الأحمر (٢٥) كجم . ()

٥ - لاعبى البتر فوق الركبة يضاف خمس وزن الجسم . ()

٦ - يحصل اللاعب على المركز الأول عند حصوله على (١٠) نقاط . ()

ثانياً : ألعاب القوى :

- ١ - وزن القرص للفتات الطبية A3 - A1 - F4 ، ٥ ، ١ كجم . ()
- ٢ - الوثب العالى يحسب رقم أحسن محاولة فى المحاولات الثلاث . ()
- ٣ - سباق الماراثون للفتات الطبية 1A - 1B - 1C هى (١٩ ، ٤٢) كجم . ()
- ٤ - سباق التتابع بالعصا مسافته الكلية (٤٥٠) م . ()
- ٥ - يبدأ الرمى للفتة الطبية F7 من الوقوف . ()
- ٦ - يتكون فريق التتابع من (٤) لاعبين . ()

ثالثاً : السباحة :

- ١ - لا يشترط أن ينهى السباح السباق فى الحارة التى بدأ منها . ()
- ٢ - مسافة السباق فى سباحات الصدر والظهر والحررة للفتات الطبية ٢ ، ٣ ، ٤ تكون ١٠٠ م ، ٥٠ . ()
- ٣ - تبدأ سباحة الظهر من خارج الماء . ()
- ٤ - فى السباق الفردى يجب على السباح أداء المسافة كاملة لكى تحتسب . ()
- ٥ - عدد حارات حمام السباحة (٨) حارات . ()
- ٦ - يلغى سباق السباح المخطئ الذى يعترض متسابق آخر أثناء السباحة . ()

ثالثاً : كرة السلة :

- ١ - إذا ارتكب اللاعب (٥) أخطاء شخصية يستبعد من المباراة . ()
- ٢ - عدد فريق كرة السلة (٧) لاعبين أساسيين ، (٥) لاعبين للتبديل . ()
- ٣ - للفريق المهاجم الاحتفاظ بالكرة (٣٠) ثانية . ()
- ٤ - إذا احتك اللاعب أو كرسيه بلاعب آخر منافس أو كرسيه يحتسب خطأ شخصى . ()
- ٥ - الحكم الأول هو المسئول عن تبديل اللاعبين بالملعب . ()
- ٦ - يستمر اللعب فى المباراة إلى أن يصل عدد اللاعبين بالملعب إلى (٢) . ()

الجزء الثالث : Choice :

اقرأ العبارات التالية وضع علامة (✓) أسفل موافقتك (موافق تماماً - موافق إلى حد ما - لا أوافق) وفقاً لرأيك .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١ - يجب الإحماء قبل أداء النشاط الرياضي وذلك للمحافظة على سلامة العضلات والأربطة والمفاصل .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٢ - تعتبر الممارسة الرياضية جزء هام من تأهيل المعاق .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٣ - اللياقة البدنية تكتسب عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٤ - الاشتراك في المنافسات يساعد على تكوين علاقات صداقة وتعاون بين اللاعبين .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٥ - أرضية الملعب ليس لها دور في إصابات اللاعبين .

٦ - النشاط الترويحي الاختياري ينمى العلاقات بين الشخص وزملائه ومجتمعه .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٧ - اللياقة البدنية العالية تساعد الفرد على سرعة العودة إلى حالته الطبيعية .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٨ - أشعر بالخوف من الإصابة عند اللعب .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٩ - وجود الإسعافات الأولية بالملعب غير هامة .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٠ - الترويح يعطينى إحساس بالمرح والسعادة ويغير من روتين الحياة اليومية .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١١ - الرياضة تساعدنى على القيام بجميع أنشطة الحياة اليومية .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٢ - طاعة كل تعليمات المدرب يقلل من مستوى الأداء .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٣ - دائماً يوجد طبيب أثناء التدريبات والمنافسات الرياضية .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٤ - لابد من وجود عمال للمساعدة في نقل الأدوات قبل وأثناء وبعد التدريبات الرياضية .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٥ - يتفوق المعاق في اللعبة التي تناسب قدراته .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٦ - يجب وضع قطع كاوتشوك أسفل العكازين .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٧ - الانتماء إلى نادى يساعد اللاعب على تحقيق الفوز .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٨ - تتغير نظرة الناس إلى المعاق إذا أصبح بطلاً في لعبة .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

١٩ - يجب توفير وسائل النقل المناسبة للمعاقين .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٢٠ - لا يساعد النشاط الرياضى فى تنظيم طريقة حياة الفرد .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٢١ - الحالة الصحية والسن لهما أثر على اللياقة البدنية .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٢٢ - ارتداء الزى الرياضى أثناء اللعب يساعد على الأداء الأحسن .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٢٣ - الأكل قبل التدريب الرياضى مباشرة غير ضار .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٢٤ - يجب استخدام الكرسي المتحرك الرياضى عند ممارسة النشاط الرياضى .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

٢٥ - أشعر بالإحباط عند الهزيمة من الخصم أو الفريق المنافس .

موافق تماماً	موافق إلى حد ما	لا أوافق

مفتاح تصحيح إجابة اختبار المعاقين بدنياً

رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة	رقم العبارة	الإجابة
							الجزء الأول : معلومات عامة
١	ج	١	×	٥	لا أوافق	٢٣	لا أوافق
٢	ج	٢	✓	٦	موافق تماماً	٢٤	موافق تماماً
٣	ب	٣	×	٧	موافق تماماً	٢٥	إلى حد ما
٤	ب	٤	✓	٨	إلى حد ما		
٥	ج	٥	×	٩	لا أوافق		
							الجزء الثاني : رفع أثقال
١	✓	٦	✓	١٠	موافق تماماً		
٢	✓		كرة السلة	١١	موافق تماماً		
٣	✓	١	×	١٢	لا أوافق		
٤	✓	٢	×	١٣	لا أوافق		
٥	×	٣	✓	١٤	إلى حد ما		
٦	×	٤	✓	١٥	موافق تماماً		
		٥	×	١٦	موافق تماماً		
١	✓	٦	×	١٧	موافق تماماً		
٢	✓	الجزء الثالث	اللياقة البدنية والتأهيل الترتيب/النفس/الأمن والسلامة	١٨	إلى حد ما		
٣	✓	١	موافق تماماً	١٩	موافق تماماً		
٤	×	٢	موافق تماماً	٢٠	لا أوافق		
٥	×	٣	موافق تماماً	٢١	إلى حد ما		
٦	✓	٤	موافق تماماً	٢٢	موافق تماماً		

٤ - اختبار معرفى فى المصارعة

تعنى المصارعة Wrestling المنازلة بين لاعبين حيث تؤدى بتنفيذ بعض المهارات الحركية ويحاول أحدهما الفوز على الآخر بلمس الأكتاف أو بالنقاط .

وتعد المصارعة من الرياضات العنيفة من ناحية بذل الجهد الكلى للجسم ، ومن ناحية أخرى فهى رياضة تنافسية مشوقة ، من خلال ممارستها يظهر موقف جديد فى كل تحرك يقوم به المصارع .

ويعتبر قدماء المصريين من أقدم الشعوب التى مارست رياضة المصارعة وهذا ما تؤكدته النقوش التى وجدت على جدران المعابد ومقابر (بنى حسن) بالمنيا حيث وجدت لوحة بها (٢٤٠) حركة مستخدمة فى عصرنا الحالى . ويمكننا القول أن قدماء المصريين أول من أرسى قواعد التحكيم لهذه الرياضة . كذلك كان الاهتمام بها فى كل العصور كالإغريق ، والرومان ، أما فى العصر الحديث فقد أدخلت المصارعة الرومانية فى الألعاب الأولمبية الحديثة منذ عام ١٩٠٨ ، كما تم تأسيس الاتحاد المصرى للمصارعة عام ١٩٣٣ .

وتشمل المصارعة على حركات مباحة وهناك بعض الحركات غير المباحة وممنوعة كالحركات المؤلمة ، كذلك استعمال المفاصل عكس اتجاه عملها ، وشد الشعر ، لوى الأصابع ، . . وغير ذلك . وهناك ملعب قانونى ، والتحكيم وزمن المباراة ولذلك لا بد من أن يكون لاعبوها على درجة عالية من اللياقة البدنية والمهارية والمعرفية بالإضافة إلى أنها تتطلب جوانب نفسية وانفعالية عالية لكى يتمكن من الأداء المتميز أثناء المنافسة .

إن ممارسة المصارعة تؤدى إلى تحقيق قيم كثيرة فى العديد من المجالات التربوية بالإضافة إلى القيم الاجتماعية والترويحية .

وسوف نعرض فيما يلى نموذج من اختبار معرفى فى المصارعة قام بإعداده كرافت Kraft ١٩٧١ . وقد أعدته فى صورته العربية ليلى فرحات .

٤ - المصارعة

Wrestling Test

يحتوى هذا الاختبار على تعليمات خاصة بالاختبار يجب قراءتها قبل الإجابة عليه وهى :

- ١ - هذا الاختبار يحتوى على ٥٠ سؤالاً اختيارياً. اقرأ كل سؤال جيداً ثم اختار الإجابة المناسبة واستعمل القلم الرصاص فى وضع الدرجة لإجابتك على ورقة الإجابة المنفصلة. لا تضع أى علامات أو شطب حتى لا توضع فى الاعتبار والتقدير.
- ٢ - هناك عدد من الأسئلة لتوضيح فنيات المصارعة.
- ٣ - ضع خطأً ثقیلاً حول الإجابة بورق الإجابة - تأكد من رقم الإجابة بكراسة الإجابة بحيث يتناسب مع رقم سؤال الاختبار. ولا تبعد بالدرجات وامسح أى إجابة تريد تغييرها. والأسئلة التى لها أكثر من إجابة تحسب خطأ. لا تثنى أو تمزق ورقة الإجابة.
- ٤ - حدد إجابة واحدة لكل سؤال - وأجب على كل الأسئلة - فى حالة عدم معرفة الإجابة حاول أن تخمن أفضل إجابة - سوف يسجل لك عدد الإجابات الصحيحة.
- ٥ - عند الانتهاء من الامتحان ضع ورقة الإجابة مقلوبة أمامك واغلق الكتاب.
- ٦ - اترك مكان الامتحان بهدوء من أقرب باب.
- ٧ - تذكر اتباع التعليمات بعناية وتأكد من أن رقمك موجود على ورقة الإجابة.
- ٨ - إذا كان هناك أى أسئلة. فلا تتوانى فى السؤال.
- ٩ - زمن الاختبار الكلى ٣٠ دقيقة تقريباً.
- ١٠ - من فضلك اقلب الصفحة وابدأ الإجابة.

اختبار معرفى للمصارعة

(كرافت ١٩٧١ Kraft)

- ١ - فى الحركة الموضحة فى الرسم أى من الحركات الآتية :
التى يقوم بها المتسابق (ب) مضاد/ معاكس (أ) Counter
أ - الاحتفاظ بمركز الثقل عالى وفوق (A) (أ).
ب - الاحتفاظ بالقدمين بعيدين مع الاحتفاظ بثبات القاعدة.
ج - الاحتفاظ بمرق الساعد Elbow ملتصق مع الجسم.
د - الاحتفاظ بالوزن للأمام.
و - الاحتفاظ بقبضة جامدة Firmhold أعلى العضلة ذات الثلاثة رؤوس العضدية Triceps (A) (أ).
- ٢ - ماذا تسمى الحركة الموضحة فى الشكل (١-٤) مما يأتى :
أ - سحب الذراع Arm Drag.
ب - سحب الرأس Hedd Drag.
ج - اذهب خلفه Gobehind.
د - يجذب إلى أسفل Snap Down.
و - تبديل Switch.
- ٣ - فيما يلى قائمة مذكورة بالخطوات الخمس اللازمة لأداء الحركة الموضحة بالرسم بنجاح وهى :
١ - يأتى (ب) بمفصل الذراع اليمنى بعيداً عن جسمه.
٢ - يجذب أو يشد الرأس إلى الخلف وهزه فجأة Jerk (اكبح) رقبة (ب) باليد اليمنى.

٣ - يشد (يجذب) الرأس لأسفل تحت الأبط الأيمن (ب).

٤ - يمرجح للخلف.

٥ - يرتبط Tie-up.

٣ - فى أى ترتيب هذه الخطوات Execute تستبعد أو تنفذ:

أ - ١، ٥، ٣، ٢، ٤.

ب - ٢، ٥، ١، ٤، ٣.

ج - ٥، ١، ٢، ٣، ٤.

د - ٥، ١، ٣، ٢، ٤.

هـ - ٥، ٢، ١، ٣، ٤.

٤ - إذا كانت النتائج النهائية للمباراة أن المتنافس (أ) سجل (٥)، كما أن

(ب) سجل (٤) نقاط، كم عدد نقاط المباراة التى اكتسبها Earnned

كل مصارع؟

أ - A أ (صفر)، ب (٣).

ب - أ (٣)، ب (صفر).

ج - أ (٥)، ب (صفر).

د - ب (٥)، أ (صفر).

و - لا شىء مما سبق.

٥ - كم نقطة منحت Awarded إلى اللاعب (أ) A بسبب نجاحه فى

الحركات الموضحة فيما يلى: شكل (٢-٤):

أ - (صفر).

ب - (١).

ج - (١) أو (٢) .

د - (٢) .

هـ - لا شيء مما سبق .

٦ - المتنافس (أ) A يغير Switches و(يتغلب) على (ب) B ، وأثناء الحركة أصيب كتف المتنافس (ب) ولا يستطيع الاستمرار . . ما هو القرار الصحيح؟

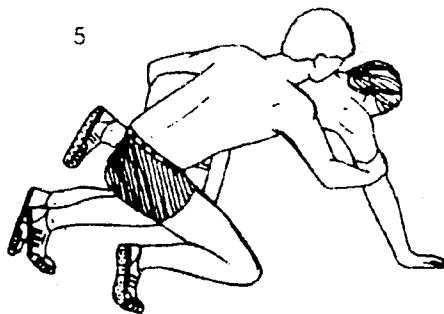
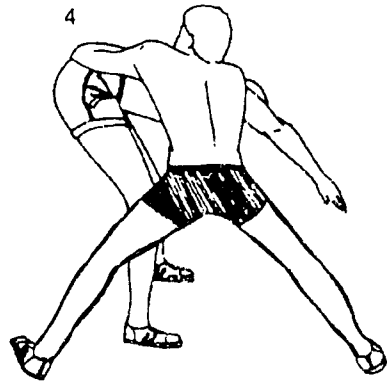
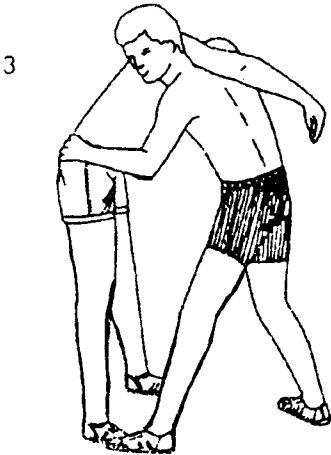
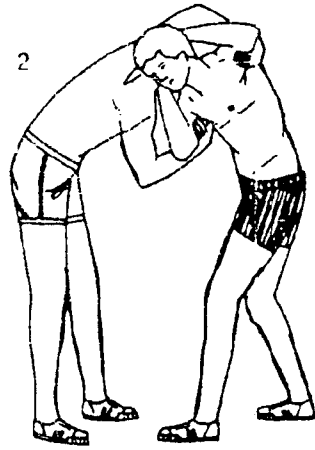
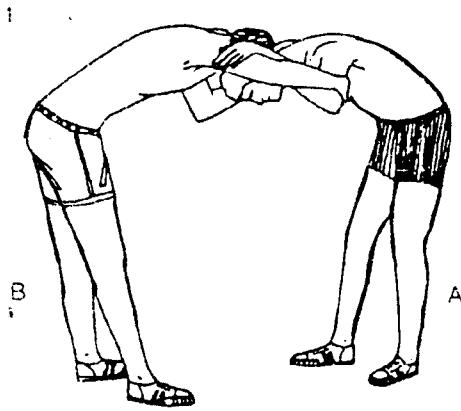
أ - (أ) يكسب بالتقصير (الإهمال) Default .

ب - (أ) يكسب بالخسارة Forfeit (فقد حقه) أو بالاستسلام :

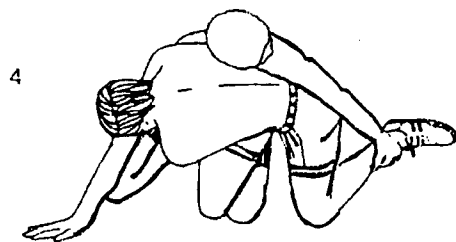
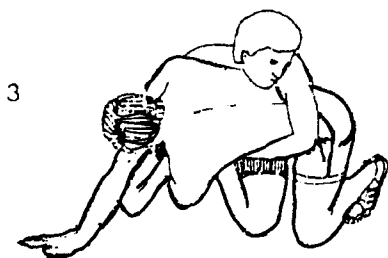
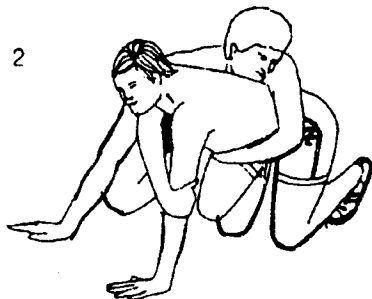
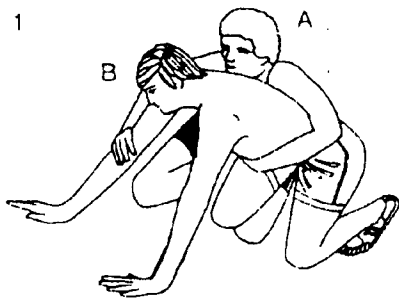
ج - (B) يكسب بالتقصير أو الإهمال Default .

د - (B) يكسب بعدم التأهل Disqualification .

و - لا شيء مما سبق .



شكل (٤-١)



شكل (٢-٤)