الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

أولا : المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لعينة البحث ككل ولكل صف على حدة فى مكونات اللياقة البدنية .

جدول رقم (٥)

قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للعينة ككل ولكل صف دراسى على حدة فى مكونات اللياقة البدنية قيد البحث

مكونات اللياقة البدنية	اختبارات اللياقة البدنية	العينة ككل ن = ٩٥٨			الصف الثالث ن = ٣٢٣			الصف الرابع ن = ٣١٣			الصف الخامس ن = ٣٢٢		
		م	ع	ل	م	ع	ل	م	ع	ل	م	ع	ل
تحمل عضلى ثابت للذراعين	التعليق ثنى الذراعين بالثوانى	١٢٫٨٨	٦٫٨٣	٠٫٦٩	١٥٫٢٣	٦٫٢٤	٠٫٣٤	١٣٫٥٦	٦٫٣٥	٠٫١٧٥	١٢٫٨٦	٧٫٧٤	١٫٠٣٦
تحمل عضلى ديناميكى (قوة عضلات البطن)	الجلوس فى الرقود عدد مرات/دقيقة	١٩٫٤٠	٩٫٩٢	٠٫٤٢	١٦٫٦١	٦٫٧٣	٠٫١٣٠	٢٠٫٢٠	٩٫٢٤	٠٫٤١٨	٢١٫٤٣	١٢٫٣٥	٠٫٠٩
رشاقة	الجرى المكوكى بالثانية	١٣٫٤١	١٫٧٠	٠٫١٣	١٤٫٠٩٩	٢٫١٢	٠٫٢٧٦	١٢٫٨٠	١٫٣٢	٠٫٢٠	١٣٫٥٤	١٫٢٤	٠٫٢٧
قدرة الرجلين	الوثب الطويل من الثبات بالسنتيمتر	١٠٧	١٦٫	٠٫٤٩	١٠٤٫٣	١٧١٫٠	٠٫٢٩٧	١١٠	١٤٣٫	١٫٨٠	١٠٦٫١	١٧٫٠	٠٫٣٩
سرعة انتقالية	عدو ٤٥م بالثانية	١٠٫٣١	١٫٠٧	١٫١٧	١٠٫٨٢	١٫٢٩٥	٠٫٦٧٨	٩٫٩٢	٠٫٧١	٠٫٠٨٩	١٠٫٢	٠٫٨٩	٠٫٨٧
تحمل دورى تنفسى	جرى ومشى ٥٤٠ بالثوانى	١٧٤٫٠٦	١٦٫٢٤	١٫٣٧	١٧٩٫٠٧٦	٥٦٫١٣٣	١٫٠٦٤	١٧٢٫٣٣	١٤٫٢٠	٣٫٣٣	١٧٠٫٧٠	١٦٫٢٤	٠٫٥٧

يتضح من جدول رقم (٥) قيم المتوسطات والانحرافات المعياريه ومعامل الالتواء لعينه البحث ككل والصفوف الدراسيه الثلاثه قيد البحث كل على حده فى مكونات اللياقه البدنيه (قيد البحث) وهذا يعتبر فى حد ذاته توصيفا لعينه البحث ، وبما ان جميع قيم الانحرافات المعياريه تقل عن قيم المتوسطات ، وحيث ان جميع قيم الالتواء تقل عن ± ٣ فان هذا يشير الى ان جميع الاختبارات تحت المنحنى الاعتدالى .

ثانيا : معاملات الارتباطات الداخليه المشاهده بين مكونات اللياقه البدنيه على مستوى العينه ككل ، والصفوف الدراسيه الثلاثه كل على حده :

جدول رقم (٦)

معاملات الارتباطات البينيه لمكونات اللياقه البدنيه قيد البحث للعينه ككل (ن = ٩٥٨)

مكونات اللياقه البدنيه	اختبارات اللياقه البدنيه	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه) تحمل عضلى ثابت	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق) تحمل عضلى ديناميكى	الجرى المكوكى (بالثانيه) الرشاقه	الوثب الطويل من الثبات (بالسم) قدره عضليه	عدو ٤٥ متر بالثانيه سرعه انتقاليه	الجرى والمشى ٥٤٠م (بالثانيه) تحمل دورى تنفسى
تحمل عضلى ثابت	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)		١١٠ر**	- ٢١٠ر**	٣٧٥ر**	- ٢٤٩ر**	- ١٦١ر**
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود عدد (مرات / ق)			١٧٨ر**	١٦٥ر**	- ٢٩٩ر**	- ٢٧٩ر**
رشـــاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)				- ٤٥٣ر**	٥٦٨ر**	٣٢٧ر**
قدره الرجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)					- ٤٩٧ر**	- ٢٩٤ر**
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م (بالثانيه)						٤٧٤ر**
تحمل دورى تنفسى	جرى ومشى ٥٤٠م (بالثانيه)						

قيمه الارتباط عند ٠٥ر = ٠٦٢ر* عند ٠١ر = ٠٨١ر**

obeikandl.com

جدول رقم (٧)

معاملات الارتباط البينيه لمكونات اللياقه البدنيه قيد البحث للصف الثالث الابتدائى

(ن = ٣٢٣)

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات اللياقه البدنيه	التعلق وثنى الذراعين (بالثانيه)	الجلوس من الرقود (عدد مرات / دقيقه)	الجرى المكوكى (بالثانيه)	الوثب الطويل من الثبات (بالسنتيمتر)	عدو ٤٥م (بالثانيه)	الجرى والمشى ٤٥٠ (بالثانيه)
تحمل عضلى ثابت	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)٠		٢١٧ر**	- ٢٧١ر**	٤٠٢ر**	- ٣٧٦ر**	- ٣٥٩ر**
تحمل عضلى ديناميكى	جلوس من الرقود (عدد مرات / ق)			- ٠٧٢ر	١٣٦ر*	- ٢٠٠ر**	- ٢٢٦ر**
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)٠				- ٥١٤ر**	- ٦٠ر**	٣٥٢ر**
قدره الرجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)					- ٦٣٣ر**	- ٣٥٢ر**
سرعه انتقاليه	العدو ٤٥م (بالثانيه)						٤٩٨ر**
تحمل دورى تنفسى	الجرى والمشى ٥٤٠م (بالثانيه)٠						

قيمه الارتباط عند مستوى دلاله ٠٥ر = ١١٣ر*

٠١ر = ١٤٨ر**

obeikandl.com

جدول رقم (٨)

معاملات الارتباط البينيه لمكونات اللياقه البدنيه قيد البحث للصف الرابع الابتدائى

(ن = ٣١٣)

مكونات اللياقه البدنيه	اختبارات اللياقه البدنيـــه	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)	الجلوس من الرقود (عدد مرات/ دقيقه)	الجرى المكوكى (بالثانيه)	الوثب الطويل من الثبات (بالثانيه)	عدو ٤٥م (بالثانيه)	الجرى والمشى ٥٤٠ متر (بالثانيه)
تحمل عضلى ثابت	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)٠		٠٣٤ر	-١٢٣ر*	٣٠٤ر**	-١٩٠ر**	-٠٢٩ر
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق)			-٠٤٦ر	٠٥٢ر	-٢٣٦ر**	-٠٧١ر
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)				-٢٨٣ر**	٣١٣ر**	١٦٦ر**
قدره الرجلين	وثب طويل من الثبات(بالسنتيمتر)					-٣١٠ر**	-٢٥ر**
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م (بالثانيه)						١٥٢ر**
تحمل دورى تنفسى	جرى ومشى ٥٤٠م (بالثانيه)						

قيمه الارتباط عند مستوى دلاله ٠٥ر = ١١٣ر٠*

٠١ر = ١٤٨ر٠**

obeikandl.com

جدول (٩)

معاملات الارتباط البينيه لمكونات اللياقه البدنيه قيد البحث للصف الخامس الابتدائى

(ن = ٣٢٢)

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات اللياقه البدنيه	التعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق)	الجرى المكوكى (بالثانيه)	الوثب الطويل من (الثبات) (بالسم)	عدو ٤٥م (بالثانيه)	الجرى والمشى ٥٤٠م (بالثانيه)
تحمل عضلى ثابت	التعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)		٠٩١ر	-١٨٩ر**	٣٩٠ر**	-١٣٥ر**	-٠٦٥ر
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود (عدد المرات فى دقيقه)			٣٤٠ر**	٢٣٤ر**	-٣٨٣ر**	-٣٨٣ر**
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)				-٤٥٩ر**	٥٠٠ر**	٣٥٣ر**
قدره الرجلين	وثب طويل من الثبات (بالسنتيمتر)					-٤٠٨ر**	-٢٣٦ر**
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥ متر (بالثانيه)						٥٨١ر**
تحمل دورى تنفسى	جرى ومشى ٥٤٠م (بالثانيه)						

قيمه الارتباط عند مستوى دلاله ٠٥ر = ١١٣ر*

٠١ر = ١٤٨ر**

obeikandl.com

توضح الجداول ارقام (٦) ، (٧) ، (٨) ، (٩) معاملات الارتباطات البينية المشاهده بين مكونات اللياقه البدنيه على مستوى العينه ككل ، والصفوف الدراسيه كل على حده • ويتضح من هده الجداول الاتى :

- توجد ارتباطات موجبه ذات دلاله احصائيه على مستوى العينه ككل والصفوف الدراسيه كل على حده بين المكونات التاليه :

  • التحمل العضلى الثابت والقدره العضليه •
  • الرشاقه وكل من السرعه ، التحمل الدورى التنفسى •

- توجد ارتباطات سالبه * ذات دلاله احصائيه على مستوى العينه ككل والصفوف الدراسيه كل على حده بين المكونات التاليه :

  • التحمل العضلى الثابت كل من الرشاقه ، والسرعه •
  • التحمل العضلى الديناميكى والسرعه •
  • الرشاقه ، القدره العضليه •
  • القدره العضليه وكل من السرعه ، والتحمل الدورى التنفسى •

- توجد ارتباطات موجبه ذات دلاله احصائيه على مستوى العينه ككل والصفين الثالث والخامس بين مكونات اللياقه البدنية التالية :

  • التحمل العضلى الديناميكى ، والقدره العضليه •

- توجد ارتباطات سالبه ذات دلاله أحصائيه على مستوى العينه ككل والصفين الثالث والخامس بين مكونات اللياقه البدنية التالية :

  • التحمل العضلى الديناميكى ، والتحمل الدورى التنفسى •

---

* الارتباطات السالبه فى أختبارات الرشاقه ، السرعه والجلد الدورى التنفسى تدل على مفهوم طردى حيث ان هذه الأختبارات تقاس بالزمن (قله الزمن تعنى تميز فى المستوى) •

obeikandi.com

- توجد ارتباطات موجبه ذات دلاله أحصائيه على مستوى العينه ككل والصف الثالث بين التحمل العضلى الثابت والتحمل العضلى الديناميكى ٠

- توجد ارتباطات سالبه ذات دلاله احصائيه على مستوى العينه ككل والصف الثالث بين التحمل العضلى الثابت والتحمل الدورى التنفسى ٠

- توجد ارتباطات سالبه ذات دلاله أحصائيه على مستوى العينه ككل والصف الخامس بين التحمل العضلى الديناميكى ، الرشاقه ٠

- توجد ارتباطات غير داله احصائيا على مستوى الصفين الثالث والرابع بين التحمل العضلى الديناميكى والرشاقه ٠

- توجد ارتباطات غير داله احصائيا على مستوى الصف الرابع بين التحمل العضلى الديناميكى وكل من القدره العضليه ، والتحمل الدورى التنفسى ٠

- توجد ارتباطات غير داله احصائيا على مستوى الصف الخامس بين التحمل العضلى الثابت وكل من التحمل العضلى الديناميكى والتحمل الدورى التنفسى ٠

مما سبق يتضح وجود علاقات ايجابيه ذات دلاله احصائيه بين مكونات اللياقه البدنيه بعضها ببعض سواء كان على مستوى العينه ككل او لكل صف دراسى على حدهومما سبق يتحقق صحه الفرض الاول والذى ينص على انه توجد علاقه ايجابيه بين مكونات اللياقه البدنيه (قيد البحث) لدى تلميذات المرحله الابتدائيه عينه البحث ككل ولكل صف على حده ٠

مناقشه نتائج معاملات الارتباط :

اتفقت نتائج هذه الدراسه مع نتائج الدراسات السابقه لكل من بيرى جونسون (٦٩:٤٧) ومحمد صبحى حسانين (٤٨) ، عبدالرحمن سيار (٣٥) احمد ماهر وحلمى حسين (٥) ، سعيد سلام (٣١) ، كما اتفقت مع وجهات نظر العديد من العلماء فالدراسة الحاليه توضح وجود

لاقات ارتباطية ايجابية بين التحمل العضلى (الثابت - الديناميكى) وجميع مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث على مستوى العينه ككل وهذا يؤكد ما اشارت اليه بعض الدراسات فقد تبين وجود علاقه بين التحمل العضلى الثابت ، والتحمل العضلى الديناميكى وهذا يؤكد ما اشارت اليه دراسه بيرى جونسون Johnson حيث اظهرت وجود ارتباطات ايجابيه متوسطه بين القوه العضليه من الانقباض الثابت والقوه العضليه الديناميه (٤٧ : ٦٩) كما اشارت بعض الدراسات عن وجود علاقه ايجابيه عاليه بين التحمل العضلى والقوه العضليه لنفس المجموعات العضليه المشتركه فى الاداء ، وقد تراوحت معاملات الارتباط مابين ٧٥ر الى ٩٥ر٠ (٤٧ : ١٦٣) ٠

كما يتضح من الدراسه الحاليه وجود علاقه ارتباطيه ايجابيه بين التحمل العضلى والرشاقه (كلما زاد التحمل العضلى قل زمن اداء اختبار الرشاقه) وهذا مايؤكده كل من بارو Barrow ومجى McGee حيث اظهرا ان الرشاقه تصبح اكثر فاعليه حينما تمتزج بمستويات عاليه من القوه العضليه والتحمل والسرعه (٤٧ : ٣٤٣)٠

وحول ارتباط التحمل العضلى بالقدره العضليه اشار ماكلوى Mcloy ان الافراد الذين يتميزون بالقوه العضليه يستطيعون تسجيل درجه عاليه من القدره البدنيه (٤٩ : ٢١٢) كما اوضحت دراسه سميث Smith ان القوه العضليه لها علاقه ايجابيه عاليه بقدره الاطفال على التعلم الحركى وخاصه تعلم مهارتى الرمى والوثب(٤٧ : ٦٧) ٠

هذا ويتضح من هذه الدراسه وجود علاقه ايجابيه بين التحمل العضلى والتحمل الدورى التنفسى (كلما زاد التحمل العضلى قل زمن اداء اختبار التحمل الدورى التنفسى)وهذه النتائج تتفق مع دراسه عبدالرحمن سيار (٢٥ : ١١٤) وترجع هذه العلاقه الى انه خلال التحمل العضلى يلزم تنشيط لعمليه ازاله الفضلات المتراكمه من المجهود العضلى وذلك بتنسيق العمل بين الجهازين الدورى التنفسى والعضلات التى تعمل والاوعيه الموصله منها واليها (٤٩ : ٢٧٩) ٠

هذا ويتضح من هذه الدراسه وجود علاقه ايجابيه بين الرشاقه ومكونات اللياقه البدنيه قيد البحث وفى هذا الصدد يشير جونسون ونيلسون Johnson and Nelson ١٩٧٩ الى انه يمكن اعتبار الرشاقه قدره مركبه Compound alblity لانها تتضمن فى رأى الكثير من العلماء مكونات القوه العضليه وسرعه رد الفعل الحركى والسرعه الحركيه والقدره العضليه والدقه والتحكم والتوافق (٤٧ : ٢٧٧) ويرى كلارك Clarke نقلا عن عصام عبدالخالق ان الرشاقه هى

سرعه تغيير اوضاع الجسم أو السرعه فى تغيير الاتجاه (٣٠ : ٢١٠) ٠

كما يتضح من هذه الدراسه وجود علاقات ارتباطيه ايجابيه بين القدره العضليه وبقيه مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث وهذا ما اكده العلماء على ان القدره العضليه عنصر مركب يتطلب المزج الجيد بين مكونى القوه العضليه والسرعه ويعضد لارسون Larson ويوكم Yocom هذا الرأى بقولهما ان الشخص ذا القدره يمتلك درجه عاليه لكل من القوه العضليه والسرعه وايضا درجه عاليه من المهاره لادماج السرعه والقوه العضليه (٤٩ : ٣٧٣) هذا وقد توصل على القصعى عام ١٩٧٩ الى وجود ارتباط ذات دلاله احصائيه بين القدره العضليه وكل من الرشاقه والسرعه لكلا الجنسين فى المرحله (٦ - ١١ سنه) (٣١ : ١٤٩) كما توصل كل من سعيد سلام (٢١ : ٩٢) وعبدالرحمن سيار (٢٥ : ١١٣) الى وجود ارتباط قوى بين السرعه والقدره العضليه حيث ان كلا الاختبارين يغلب عليهما العامل الحركى ٠

كذا يتضح من هذه الدراسه وجود ارتباط ايجابى بين السرعه وجميع مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث ٠ وفى هذا الصدد يشير صبحى حسانين الى ارتباط السرعه بالعديد من المكونات البدنيه الاخرى فهى مرتبطه بالقوه فيما يعرف بالقدره العضليه Muscular Power كما ان الرشاقه تتطلب ان يكون الفرد قادرا على تغيير اوضاع جسمه او تغيير اتجاهه بسرعه عاليه وهذا يعطى للسرعه اهميه اخرى (٤٩ : ٣٦٢) ويشير بارو Barrow ومجى McGee الى ان الرشاقه تشمل التوافق السريع والدقيق لعضلات الجسم الكبيره ، والرشاقه تصبح اكثر فاعليه حينما تمتزج بمستويات عاليه من القوه العضليه والتحمل والسرعه (٤٩ : ٣٤٣) ، كما توصل احمد ماهر وحلمى حسين الى وجود ارتباط دال احصائيا بين السرعه والرشاقه لدى تلاميذ المرحله الابتدائيه (٥ : ٤٩) كما تتفق هذه النتائج مع دراسه عبدالرحمن سيار (٢٥ : ١١٣) ، وحول ارتباط السرعه بالقدره العضليه فدراسه كاربنتر Carpenter وآخرين اشارت الى أن عامل السرعه يرتبط بالقدره العضليه بدرجه اكبر من ارتباط القوه العضليه بالقدره العضليه فى الاداء الرياضى (٤٧ : ١١٨) ٠

كذلك يتضح من هذه الدراسه وجود ارتباط ايجابى بين التحمل الدورى التنفسى ومكونات اللياقه البدنيه قيد البحث ٠ هذا وقد اشار بعض الباحثين المهتمين بدراسه اللياقه البدنيه الى ان التحمل الدورى التنفسى يعتبر من اهم مكونات اللياقه البدنيه حيث يتوقف عليه قدره الفرد على الاستمرار فى الاداء البدنى واطلق عليه بعض الباحثين مصطلح اللياقه الدوريه التنفسية،

obeikandl.com

او اللياقه الفسيولوجيه او الوظيفيه (٤٧ : ١٩٧) .

وتوصل محمد وجيه سكر (١٩٨١) الى وجود ارتباط ذات دلاله احصائيه بين التحمل الدورى التنفسى وكل من الرشاقه والسرعه لدى تلاميذ المرحله الاعداديه (٥٥ : ١٤٢) وتتفق نتائج هذه الدراسه مع كل من الدراسه الحاليه ودراسه عبدالرحمن سيار (٢٥ : ١١٣) .

ثالثا : أختبار الفروق بين الصفوف الدراسيه (عينه البحث) فى مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث .

ويوضح جدول رقم(١٤) تحليل التباين لمكونات اللياقه البدنيه فى الصفوف الدراسيه الثلاثه .

جدول رقم (١٠)

تحليل التباين لمكونات اللياقه البدنيه بين الصفوف الدراسيه الثلاثه (قيد البحث)

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات مكونات اللياقه البدنيه	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحريه	متوسط المربعات	قيمه "ف" المحسوبه
تحمل عضلى ثابت للذراعين	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)	بين المجموعات	٢٧٩ر٥٤٩	٢	١٣٩ر٧١	٣ر٠١٢*
		داخل المجموعات	٤٤٣٢٥ر٢٧٥	٩٥٥	٤٦ر٤١٤	
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود عدد مرات / ق	بين المجموعات	٤٠٤٢ر٩٠٨	٢	٢٠٢١ر٤	٢١ر٤٠٩**
		داخل المجموعات	٩٠١٧١ر٥٦٤	٩٥٥	٩٤ر٤٢	
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)	بين المجموعات	٢٧٠ر٤٩٦	٢	١٣٥ر٢٤٨	٥٢ر٠٦*
		داخل المجموعات	٢٤٨١ر١٧٤	٩٥٥	٢ر٥٩٨	
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)	بين المجموعات	٦٠٣ر	٢	٣٠١ر	١١ر٥٥٧**
		داخل المجموعات	٢٤ر٩٠٨	٩٥٥	٠٢٦ر	
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م (بالثانيه)	بين المجموعات	١٣٥ر٤٨٨	٢	٦٧ر٧٤٤	٦٨ر٠٠٥**
		داخل المجموعات	٩٥١ر٣٢٨	٩٥٥	٩٩٦ر	
تحمل دورى تنفسى	جرى - مشى ٥٤٠م (بالثانيه)	بين المجموعات	١٢٧٠٨ر٣٧٧	٢	٦٣٥٤ر١٨٩	٢٥ر٣٠٥**
		داخل المجموعات	٢٣٩٨٠٣ر١٠٣	٩٥٥	٢٥١ر١٠٣	

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله احصائيه ٠ر٠٥ = ٣*

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله احصائيه ٠ر٠١ = ٤ر٦٢**

يتضح من الجدول رقم (١٠) ان هناك فروق داله أحصائيا بين الصفوف الدراسيه الثلاثه فى أختبارات مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث ولذلك قامت الباحثه بتطبيق اقل فرق معنـــــوى بطريقه تيوكى لمعرفه اى الفروق متواجده ولصالح اى من الصفوف قيد البحث ٠

جدول رقم (١١)

دلاله الفروق بين الصفوف الثلاثه قيد البحث فى اختبارات مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث

مكونات اللياقه البدنيه	اختبارات مكونات اللياقه البدنيـــه	ن	الصفوف	المتوسط الحسابى	الفروق والمتوسطات بين الصـفوف		أقل فرق معنوى عند مستوى ٠٥ر
					الرابع	الخامس	
تحمل عضلى ثابت للذراعين	التعلق ثنى الذراعين بالثانيه	٣٢٣	الثالـث	١٢ر٢٣	١ر٣٢*	٦٣ر	١ر٢٦
		٣١٣	الرابـع	١٣ر٥٥	-	٦٩ر	
		٣٢٢	الخامس	١٢ر٨٦	-	-	
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود عدد مرات/ ق	٣٢٣	الثالث	١٦ر٦١	٣ر٥٨٨*	٤ر٨٢٢*	١ر٨
		٣١٣	الرابع	٢٠ر١٩٨	-	١ر٢٣٤	
		٣٢٢	الخامس	٢١ر٤٣٢	-	-	
رشاقه	الجرى المكوكى بالثانيه	٣٢٣	الثالث	١٤ر٠٩٩	١ر٣* -	٥٥٧ر-*	٢٩٩ر
		٣١٣	الرابع	١٢ر٧٩٨	-	٧٤٤ر-*	
		٣٢٢	الخامس	١٣ر٥٤٢	-	-	
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات بالسم	٣٢٣	الثالث	١٠٣ر٤	٦ر٩*	٢ر٧	٣
		٣١٣	الرابع	١١٠ر٣	-	٤ر٢*	
		٣٢٢	الخامس	١٠٦ر١	-	-	
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م بالثانيه	٣٢٣	الثالث	١٠ر٨٢	٩ر-*	٦٢١ر-*	١٨٥ر
		٣١٣	الرابع	٩ر٩٢	-	٢٧٩ر-*	
		٣٢٢	الخامس	١٠ر١٩٩	-	-	
تحمل دورى تنفسى	جرى ومشى ٥٤٠م بالثانيه	٣٢٣	الثالث	١٧٩ر٠٧٦	٦ر٧٥* -	٨ر٣٨١-*	٢ر٩٣٧
		٣١٣	الرابع	١٧٢ر٣٣	-	١ر٦٣٥	
		٣٢٢	الخامس	١٧٠ر٦٩٥	-	-	

يتضح من جدول رقم (١١) انه بالنسبه لاختبار التعلق ثنى الذراعين (تحمل عضلى ثابت) توجد فروق داله أحصائيا بين الصف الثالث والصف الرابع لصالح الصف الرابع ، بينما لاتوجد فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والصف الخامس وكذا بين الصف الرابع والصف الخامس ٠

كما يتضح انه بالنسبه لاختبار الجلوس من الرقود (تحمل ديناميكى) توجد فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والصف الرابع لصالح الصف الرابع وكذلك بين الصف الثالث والصف الخامس لصالح الصف الخامس بينما لاتوجد فروق داله احصائيا بين الصف الرابع والصف الخامس ٠

كما توجد فروق داله أحصائيا فى اختبار الجرى المكوكى (رشاقه) بين الصف الثالث والرابع لصالح الرابع وكذلك بين الصف الثالث والخامس لصالح الصف الخامس وايضا بين الصف الرابع والصف الخامس لصالح الرابع ٠

كما يتضح انه بالنسبه لاختبار الوثب العريض من الثبات (قدره رجلين) توجد فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والصف الرابع لصالح الصف الرابع ، كذلك بين الصف الرابع والخامس لصالح الصف الرابع بينما لاتوجد فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والصف الخامس ٠

وكذلك توجد فروق داله أحصائيا فى اختبار العدو ٤٥م (سرعه) بين الصف الثالث والصف الرابع لصالح الصف الرابع وبين الصف الثالث والصف الخامس لصالح الصف الخامس وبين الصف الرابع والصف الخامس لصالح الصف الرابع ٠

وايضا توجد فروق داله احصائيا فى اختبار الجرى والمشى ٥٤٠م (تحمل دورى تنفسى) بين الصف الثالث والصف الرابع لصالح الصف الرابع وبين الصف الثالث والصف الخامس لصالح الصف الخامس بينما لاتوجد فروق داله احصائيا بين الصف الرابع والصف الخامس ٠

التحقق من صحه الفرض الثانى ٠

يتضح من جدول رقم (١١) انه توجد فروق داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر فى معظم مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث فى الصفوف الدراسيه الثلاثه لصالح الصف الدراسى

obeikandl.com

الاعلى وبذلك يتحقق الفرض الثانى من فروض البحث والذى ينص على انه .... توجد فروق داله احصائيا بين الصفوف الثلاثه قيد البحث فى بعض مكونات اللياقه البدنيه لصالح الصف الدراسى الاعلى .

مناقشه نتائج الفروق بين الصفوف الدراسيه فى مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث :

بالنسبه لدلالات الفروق بين الصفوف الدراسيه الثلاثه فى مكونات اللياقه البدنيه جدول رقم (١٤) يمكن ملاحظه انه :

- توجد فروق داله أحصائيا فى مكونى التحمل العضلى الديناميكى (جلوس من الرقود)والتحمل الدورى التنفسى (مشى وجرى ٥٤٠م)بين الصف الثالث والرابع ،والثالث والخامس لصالح الصف الدراسى الاعلى ، بينما لاتوجد فروق داله بين الصف الرابع والخامس فى هذين المكونين .

- توجد فروق داله احصائيا فى مكونى الرشاقه (الجرى المكوكى) ، السرعه (العدو ٤٥م) بين الصف الثالث والرابع ، الثالث والخامس لصالح الصف الدراسى الاعلى ، كما توجد فروق داله احصائيا فى هذين المكونين بين الصف الرابع والخامس لصالح الصف الرابع .

- توجد فروق داله احصائيا فى مكونى التحمل العضلى الثابت(التعلق ثنى الذراعين)، القدره (الوثب الطويل) بين الصف الثالث والرابع لصالح الصف الدراسى الاعلى بينما لاتوجد فروق بين الصف الثالث والخامس فى هذين المكونين ، كما لاتوجد فروق فى التحمل العضلى الثابت بين الصف الرابع والخامس .

- توجد فروق داله احصائيا فى مكون القدره بين الصف الرابع والخامس لصالح الصف الرابع .

يتبين مما سبق وجود فروق داله احصائيا فى معظم مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث فى الصفوف الدراسيه الثلاثه لصالح الصف الدراسى الاعلى ، وتتفق نتائج هذه الدراسه مع نتائج الدراسات العربيه لكل من عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥) ، امل المغاورى ١٩٨٥ (١٠) امال الصادق ١٩٨٥ (٩) ، عصام حلمى ١٩٨٠ (٢٩) ، على القصيعى ١٩٧٩ (٣١) ، تهانى شحاته ١٩٧٣ (١٢) . كما تتفق نتائج هذه الدراسه مع نتائج الدراسات الأجنبيه لكل

من بالجى ، يهوشيا Polgi, Yehashua ١٩٨٠ (٧٠) ، بريانت كراتى Bryant Cratty ١٩٧٩ (٦٤) ، ب ٠ ناب B. Knapp ١٩٧٦ (٥٢) ٠

فقد توصل امل المغاورى ١٩٨٥ الى وجود فروق داله احصائيا بين الصفوف الدراسيه (الرابع ، الثامن ، التاسع) فى مكونات اللياقه البدنيه (السرعه ، الجلد العضلى ، القوه العضليه ، الرشاقه ، القدره العضليه ، الجلد الدورى التنفسى)(١٠ : ٩٣) ، كما أستنتجت دراسه على القصيعى(١٩٧٩) الى ان التحسن لعناصر اللياقه البدنيه يحدث بصوره واضحه فى الفتره السنيه من ١١ - ١٢ سنه ، وان هذا التحسن له دلاله معنويه عند مستوى ٠,٠٥ (٣١ : ١٥٧) ٠

هذا وقد تبين من الدراسه الحاليه وجود فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والصف الرابع لصالح الصف الرابع فى مكون التحمل العضلى الثابت بينما توجد فروق غير داله بين باقى الصفوف الثلاثه قيد البحث ، وقد يرجع ذلك الى تقارب المستوى السنى بينهما وعدم اكتمال النضج الجسمى والتوافق العضلى العصبى وافتقار التلميذات القدره على ضبط القوى المحركه للعضلات ٠ ويشير صبحى حسانين ١٩٧٩ الى ان كفاءه الفرد فيما يتعلق بالتحمل تتوقف على سلامه اجهزه الجسم (الجهاز الدورى ، الجهاز التنفسى ، الجهاز العضلى)كما انه يتوقف على مقدار التآزر والتعاون بين هذه الاجهزه (٤٩ : ٢٧٣)٠ واوضحت دراسه قرزيان (١٩٦٥)عن طبيعه تغيرات القوه العضليه للاطفال خلال مراحل النمو الطبيعى الى ان المرحله السنيه ٨ - ١٠ سنوات تتميز بالنمو المتساوى لجميع المجموعات العضليه مع بعض الزياده للعضلات الباسطه ، ويلاحظ ان هناك طفره فى نمو القوه فى سن ١١ سنه بينما يحدث لها تعطيل فى سن ١٣ سنه وتزيد بطريقه واضحه فى سن ١٤ سنه (٢٣ : ٩٩ ، ١٠٠) ٠

كما توصلت دراسه عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥ : ١٢٥)الى ان هناك فروقا غير داله بين الصفوف الثلاثه قيد دراسته (الرابع والخامس والسادس) فى مكون الجلد العضلى الثابت وتتفق نتائج دراسته مع نتائج الدراسه الحاليه حيث اظهرت النتائج عدم وجود فروق داله احصائيا بين الصفين الثالث والخامس ، الرابع والخامس فى مكون الجلد العضلى الثابت وقد ترجع الباحثه ذلك الى تميز العينه قيد البحث بثبات نسبى فى نمو هذا المكون

وبالتالى يمكن الاقلال من أثر عامل السن.اما بالنسبه للتحمل العضلى الديناميكى فقد اظهرت الدراسه الحاليه وجود فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والرابع ، والثالث والخامس لصالح الصف الدراسى الاعلى وتتفق نتائج هذه الدراسه مع نتائج دراسات كل من عبدالرحمن سيار عام ١٩٨٦ (٢٥) ، وبريانت كراتى Bryant Cratty ١٩٧٩ (٦٤) ، على القصيعى ١٩٧٩ (٣١) و ب ٠ ناب B.Knapp ١٩٧٦ (٥٢) ، تهانى شحاته ١٩٧٣ (١٢) حيث اكدت نتائج هذه الدراسات على ان التحمل العضلى الديناميكى يتحسن بتقدم السن فقد اوضحت نتائج دراسه كل من عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥) وعلى القصيعى ١٩٧٩ (٣١) تحسن القوه العضليه مع زياده العمر فى عينه تلاميذ المرحله الابتدائيه ٠ هذا ويشير ب ٠ناب B. Knapp ١٩٧٦ الى ان هناك متغيرات تؤثر فى سرعه وقوه الاداء مثل السن ، والخصائص الموروثه والخبرات السابقه ويضيف بأن نمو القوه تزداد بالتدريج مع عمليات النضج (٥٢:٧٣) هذا وتوصلت دراسه بريانت كراتى Bryant Cratty ١٩٧٩ التى اجريت على تلاميذ المرحله السنيه (٦ - ١٢ سنه) الى وجود علاقه متوازنه بين زياده العمر وتحسن القوه (٦٤ : ١٩٨) كما اشارت تهانى شحاته فى دراستها عام ١٩٧٣ الى ان السن عامل يؤثر على مستوى الاداء فى اختبارات اللياقه العضليه ، وان الجلد العضلى الديناميكى يتحسن بتقدم السن فى حدود المرحله السنيه ٦ - ١٥ سنه (١٢ : ٦٥) وتتفق هذه النتائج مع ما اشار اليه ابوالعلا عبدالفتاح عام ١٩٨٢ الى ان درجه الجلد العضلى تزداد بزياده السن (٣ : ١٨٦) ٠

وبالنسبه لمكون الرشاقه أظهرت الدراسه الحاليه وجود فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والرابع ، والثالث والخامس لصالح الصف الدراسى الاعلى وهذا يتفق مع نتائج دراسات كل من عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥) وعلى القصيعى ١٩٧٩ (٣١) وآمال البيطاوى ١٩٧٥ (٩) ، وبيترز Peterz ، تشارلز بيتر Charles Peter ١٩٦٢ (٣١) ٠

حيث اتفقت دراسه عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥) ، ودراسه بيترز Peterz ١٩٦٢ نقلا عن على القصيعى (٣١) ان معدل الرشاقه لتلاميذ المرحله الابتدائيه يزيد بأستمرار من سنه الى أخرى حتى يصل لاعلى معدل لها خلال نهايه هذه المرحله ويفوق معدلها فى هذه المرحله اى معدل آخر فى اى مرحله اخرى ٠ ويضيف كل من جيرتلر Gletler ١٩٦٤ ، هاره Harra ١٩٧١ أن أفضل فتره لتنميه عنصر الرشاقه هى مرحله الطفوله اذ ان قابليه

الاجهزه للمواءمه تكون أفضل بكثير فى هذه المرحله من المراحل المتأخره (٣١ : ٢٤) كما توصلت آمال البيطاوى ١٩٧٥ الى ان الرشاقه تنمو بكفايه فى المرحله الابتدائيه من سن ٦ - ١٠ سنوات ، حيث ان منوال ومعدل النماء لها كان فى هذه المرحله اكبر من اى مرحله اخرى (٩) كما توصل على القصيعى فى دراسته على تلاميذ المرحله الابتدائيه الى أن الرشاقه تتحسن بأستمرار مع الزياده فى السن (٣١ : ١٤٣) . وترجع الباحثه الفروق فى الرشاقه بين الصف الثالث والرابع ، الثالث والخامس لصالح الصف الدراسى الاعلى الى التطورالطبيعى لنمو الجهازين العضلى والعصبى والى زياده الحصيله الحركيه المكتسبه طوال المرحله السنيه ، ولوجود العلاقه الارتباطيه بين الرشاقه والسرعه .

هذا وقد أظهرت الدراسه الحاليه فى مكون القدره العضليه وجود فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والرابع لصالح الصف الدراسى الاعلى وهذا يتفق مع نتائج دراسات كل من عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥) وعلى القصيعى ١٩٧٩ (٣١) .

حيث اظهرت دراستهما تحسن القدره بأستمرار الزياده فى السن للجنسين فى المرحله الابتدائيه كما يتفق هذا مع ما اشار اليه علاوى ونصر الدين رضوان ١٩٨٢ الى ان بحوث مختلفه تبين زياده القدره العضليه لمجموعات العضلات المختلفه بزياده السن بالنسبه للجنسين حيث تبلغ هذه القدره اعلى مستوى لها بين سن ٢٠ - ٣٠ سنه تقريبا ثم تأخذ فى الانخفاض بعد ذلك (٤٧ : ١١٨) .

كما اظهرت الدراسه الحاليه فى مكون السرعه وجود فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والرابع ، والثالث والخامس لصالح الصف الدراسى الاعلى وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥) وعصام حلمى ١٩٨٠ (٢٩) وعلى القصيعى ١٩٧٩ (٣١) . حيث اظهرت نتائج دراستهم ان التحسن فى السرعه يطرأ بوجه عام مع الزياده فى السن .

ويرى عصام حلمى ١٩٨٠ ان السرعه (سرعه الحركه - وسرعه رد الفعل ، سرعه تتالى الحركات) تعتمد بشكل كبير على وظائف الجهاز العضلى المركزى ، وتصل قمه نضجها وتطورها فى سن ١٤ سنه (٢٩ : ١٤٤) ويرى ابوالعلا عبدالفتاح ١٩٨٢ ان المرحله من ٧ - ٩ سنوات من اكبر الفترات التى تزداد فيها سرعه نمو تكرار الحركه فى وحده

زمنيه (سرعه التردد الحركى) بينما تبدأ نمو سرعه الحركه فى البطء ابتداءا من عمر ١٤ سنه حتى يتوقف تماما فى عمر ١٦ سنه (٣ : ٢٩) ٠

ولكن مما هو جدير بالذكر ان الدراسه الحاليه أظهرت ايضا وجود فروق داله احصائيا بين الصف الرابع والخامس لصالح الصف الرابع فى مكونات الرشاقه والسرعه والقدره ٠

وتعزى الباحثه ذلك الى ان التحسن فى هذه المكونات يعتمد على الممارسه الرياضيه وعلى الحصيله الحركيه المكتسبه وعلى العلاقه الارتباطيه بين هذه المكونات ، ونظرا لان الصف الخامس اصبح نهايه للمرحله الابتدائيه وبالنجاح فيه يحصل الطالب على الشهاده الابتدائيه مما قد يجعل التلاميذ فى هذا الصف يركزون على التحصيل الدراسى والانكباب على الاستذكار لفترات طويله واهمال الانشطه الرياضيه مما قد يكون له اثر سلبى على مستوى الرشاقه والسرعه والقدره فى هذا الصف ٠

وبالنسبه لمكون التحمل الدورى التنفسى اظهرت الدراسه الحاليه وجود فروق داله احصائيا بين الصف الثالث والرابع ، والثالث والخامس لصالح الصف الدراسى الاعلى

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من عبدالرحمن سيار ١٩٨٦ (٢٥) وامل المغاورى ١٩٨٥ (١٠) وعلى القصيعى ١٩٧٩ (٣١) حيث اظهرت نتائج هذه الدراسات تحسن دال فى التحمل الدورى التنفسى بين صفوف المرحله الابتدائيه لصالح الصف الدراسى الاعلى وهذا يؤكد ما اشار اليه علاوى ونصر الدين رضوان ١٩٨٢ الى ان عامل السن من العوامل الهامه جدا بالنسبه للتحمل الدورى التنفسى حيث كشفت بعض البحوث العلميه ان الكفاءه فى التحمل الدورى التنفسى تزداد بزياده السن ولكن لمدى معين حيث تبدأ بعد ذلك فى الانخفاض كلما تقدم السن (٤٧ : ٢٢١) كما اظهرت دراسه بالجى ،ويهوشيا Polgi, Yehashua ١٩٨٠ وجود فروق فى قدره الجرى لدى تلاميذ المرحله الابتدائيه لصالح السن الاعلى ١٠ - ١٤ سنه (٧٠ : ١٥٧) ٠

رابعا : تحديد المعايير المئينيه لكل صف دراسى على حده فى مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث :*

جدول رقم (١٣)

المعايير المئينيه لتلميذات الصف الثالث فى مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث

الترتيب المئينى	التعلق شنى الذراعين (بالثوانى)	الجلوس من الرقود (عدد المرات/ ق)	الجرى المكوكى (بالثانية)	الوثب الطويل (بالسم)	عدو ٤٥م (بالثانية)	جرى ومشى ٥٤٠م (بالثانية)	الترتيب المئينى
١٠٠	٢٨ر٥١	٣٦	١١ر١٠	١٩٠	٩ر١٠	١٥٥ر٠٧	١٠٠
٩٥	٢٣ر٥١٠	٢٨	١٢ر١٠	١٢٨	٠٩ر١٨	١٥٨ر٠٨	٩٥
٩٠	٢١ر٢٧	٢٤	١٢ر١٤	١٢٣	٠٩ر٤٠	١٥٩ر٦٧	٩٠
٨٥	٢٠ر٠٨	٢٣	١٢ر٦٥	١٢٠	٠٩ر٨٦٤	١٦٥ر١٢	٨٥
٨٠	١٨ر٠١	٢٢	١٣ر٠٣	١١٨	١٠ر٠١	١٦٨ر١٢	٨٠
٧٥	١٥ر٩٠	٢١	١٣ر١٠	١١٧	١٠ر٠٨	١٧٠ر١٠	٧٥
٧٠	١٥ر١٣	٢٠	١٣ر٢٠	١١٤	١٠ر١٧	١٧٢ر١٦	٧٠
٦٥	١٤ر٠٢	١٨	١٣ر٥٤	١١٢	١٠ر٢١	١٧٦ر٠٢	٦٥
٦٠	١٢ر٧٢	١٨	١٣ر٨٠	١١١	١٠ر٣٠	١٧٨ر٠١	٦٠
٥٥	١٢ر٠٨	١٨	١٤ر٠٠	١١٠	١٠ر٤١	١٧٨ر١٦	٥٥
٥٠	١١ر٤٠	١٧	١٤ر٠١	١٠٦	١٠ر٨٠٠	١٧٩ر٢٤	٥٠
٤٥	٩ر٩٩	١٦	١٤ر١٩	١٠٣	١١ر٠١٠	١٨١ر٩٩	٤٥
٤٠	٩ر٧٧	١٦	١٤ر٣٥	١٠٠	١١ر٠٩٠	١٨٢ر١٨	٤٠
٣٥	٩ر٠٠	١٥	١٤ر٧٠	٩٨	١١ر٢٩٠	١٨٤ر٠٩	٣٥
٣٠	٠٨ر٣٠٠	١٤	١٥ر٦٠	٩٦	١١ر٧٠٠	١٩٠ر٠٢	٣٠
٢٥	٠٧ر٩٢٠	١٣	١٥ر٥٦	٩٥	١٢ر٠٦٠	١٩٢ر١١	٢٥
٢٠	٠٧ر٠٨٨	١٢	١٦ر١١	٩٠	١٢ر٣٠٠	١٩٤ر٣٧	٢٠
١٥	٠٥ر٨٥	١٠	١٧ر٠٤	٨٥	١٢ر٨٤	١٩٩ر٥٨	١٥
١٠	٠٥ر٠١	٧	١٨ر١٠	٨٠	١٣ر٣٠٠	٢٠٨ر١٧	١٠
٥	٠٣ر١٤	٣	٢٠ر٦٢	٧٥	١٥ر١٤	٢٧٨ر٤٨	٥
صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر

* المعايير المئينيه مسطره لمكونات اللياقه البدنيه قيد البحث .

obeikandl.com

جدول رقم (١٣)

المعايير المئينيه لتلميذات الصف الرابع فى مكونات

اللياقه البدنيه قيد البحث

الترتيب المئينى	التعلق ثنى الذراعين (بالثوانى)	الجلوس من الرقود (عدد المرات / ق)	الجرى المكوكى (ثانيه وعشر ثانيه)	الوثب الطويل (بالسنتيمتر)	عدو ٤٥م (بالثوانى)	جرى ومشى ٥٤٠م (بالثوانى)	ترتيب المئينى
١٠٠	٢٨ر١٢	٤٦	١١ر٠٧٨	١٤٣	٩ر٠٧	١٥٧ر٤٦	١٠٠
٩٥	٢٤ر٣٠	٤٩	١٢ر٠٢٤	١٣٩	٩ر١١	١٦٠ر٠١	٩٥
٩٠	٢٢ر٠٩	٣٢	١٢ر٠٤١	١٣٥	٩ر١٨	١٦١ر٢٠	٩٠
٨٥	٢٢ر٠١	٣٠	١٢ر٠٥٠	١٣٣	٩ر٢٤	١٦٤ر٦٠	٨٥
٨٠	٢٠ر٠٤	٢٨	١٢ر٠٩٠	١٣٢	٩ر٣٣	١٦٥ر٠٨	٨٠
٧٥	١٨ر٢٠٠	٢٧	١٢ر٢٨٠	١٣٠	٩ر٤٢	١٦٦ر٠١	٧٥
٧٠	١٨ر٠٢٠	٢٣	١٢ر٤٢٠	١١٩	٩ر٥٠	١٦٨ر٠٧	٧٠
٦٥	١٥ر٤١	٢٢	١٢ر٥٠٠	١١٧	٩ر٦٠	١٦٨ر١٢	٦٥
٦٠	١٥ر٢٢٨	٢٢	١٢ر٥٦٠	١١٥	٩ر٧٧	١٦٨ر٦٠	٦٠
٥٥	١٣ر٢٧٤	١٩	١٢ر٩٠٠	١١٣	٩ر٩٠	١٧١ر٠٨	٥٥
٥٠	١٢ر٣١٠	١٩	١٣ر٠٣٧	١١١	١٠ر٠١	١٧٢ر٩٠	٥٠
٤٥	١١ر٧٧٩	١٨	١٣ر٠٨٠	١١٠	١٠ر٠٧	١٧٤ر٠٦	٤٥
٤٠	١١ر٠٤٠	١٨	١٣ر١٠٠	١٠٨	١٠ر١٤	١٧٦ر٠٣	٤٠
٣٥	١٠ر٧٠٠	١٦	١٣ر١٩٠	١٠٧	١٠ر٢٠	١٧٦ر٤٠	٣٥
٣٠	٩ر٧٥٨	١٥	١٣ر٢٣٠	١٠٥	١٠ر٢٨	١٧٨ر٠٤	٣٠
٢٥	٨ر٤٠٠	١٣	١٣ر٤٦٠	١٠٤	١٠ر٤٠	١٧٨ر١٢	٢٥
٢٠	٨ر١٧٢	١٢	١٣ر٨٠٠	١٠٠	١٠ر٤٢	١٧٨ر٦٠	٢٠
١٥	٦ر٥٠	١١	١٤ر٠٩٦	٩٨	١٠ر٥٢	١٨٣ر٩٢	١٥
١٠	٥ر٢٠٠	٩	١٥ر٠٦٦	٩٣	١١ر٤٠	١٩١ر١٧	١٠
٥	٤ر٢٠٠	٨	١٦ر٨٦٠	٨٧	١٢ر٨٩	٢٩٨ر٠٢	٥
صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر

obeikandl.com

جدول رقم (١٤)

المعايير المئينيه لتلميذات الصف الخامس فى مكونات اللياقه البدنيه قيد البحث

الترتيب المئينى	التعلق ثنى الذراعين (بالثوانى)	الجلوس من الرقود (عدد المرات / ق)	الجرى المكوكى (بالثوانى)	الوثب الطويل (بالسنتيمتر)	عدو ٤٥م (بالثوانى)	جرى ومشى ٥٤٠م (بالثوانى)	ترتيب مئينى
١٠٠	٣٨ر٠٢	٥٣	١١ر٧٧	١٤٥	٩ر٠٢	١٤٥ر٦٣	١٠٠
٩٥	٢٧ر٩٩	٤١	١٢ر٠٨	١٣٠	٩ر١١	١٥٣ر٦٠	٩٥
٩٠	٢٢ر٠٧٠	٣٨	١٢ر١٧	١٢٥	٩ر١٨	١٥٨ر١٠	٩٠
٨٥	١٨ر٥٧٧	٣٦	١٢ر٣١	١٢٣	٩ر٣٣	١٥٩ر٦٤	٨٥
٨٠	١٨ر٠٣٠	٣٣	١٢ر٥٠	١٢٠	٩ر٤٤	١٦١ر٦٥	٨٠
٧٥	١٧ر٥٦٧	٣٠	١٢ر٩٠	١٢٠	٩ر٧٧	١٦٢ر١٨	٧٥
٧٠	١٦ر٦٤٠	٢٨	١٣ر١١	١١٨	٩ر٨٩	١٦٢ر٩٠	٧٠
٦٥	١٥ر١٩٩	٢٧	١٣ر١٨	١١٥	١٠ر٠٠	١٦٣ر٨٢	٦٥
٦٠	١٣ر٩٦٨	٢٦	١٣ر٣٧	١١٣	١٠ر٠٤	١٦٥ر٩٢	٦٠
٥٥	١٢ر١٠٢	٢٤	١٣ر٦٠	١١٢	١٠ر١١	١٦٨ر٠٠	٥٥
٥٠	١٠ر٩٠٠	٢٢	١٣ر٨٠	١١٠	١٠ر١٦	١٧٢ر٠٠	٥٠
٤٥	١٠ر١٣٤	١٩	١٣ر٩٠	١٠٥	١٠ر٢٨	١٧٢ر٩٢	٤٥
٤٠	٩ر٧٦٠	١٧	١٤ر١٢	١٠٠	١٠ر٣٧	١٧٦ر١٨	٤٠
٣٥	٩ر١٧٠	١٦	١٤ر٦٢	١٠٠	١٠ر٤٤	١٧٦ر٩١	٣٥
٣٠	٨ر٩٤٠	١٤	١٤ر٣٩	٩٦	١٠ر٧٠	١٧٨ر٣٢	٣٠
٢٥	٨ر٠١٠	١٢	١٤ر٥٣	٩٤	١٠ر٨٨	١٨٠ر٨٦	٢٥
٢٠	٦ر٨٥٦	٧	١٤ر٧٤	٩٢	١١ر١٢	١٩٠ر٢٧	٢٠
١٥	٦ر٣١٠	٦	١٥ر٠٨	٩٠	١١ر٣١	١٩٠ر٩٦	١٥
١٠	٤ر٦٢٣	٥	١٥ر٢٣	٨٦	١٢ر٠٠	٢٠٠ر٧٤	١٠
٥	صفر	٣	-١٨ر٦١	٧٥	١٤ر٠٨	٢٤٠ر٠٠	٥
صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر	صفر

توضح الجداول ارقام (١٢) ، (١٣) ، (١٤) المعايير المئينيه التى تبين الاوضاع النسبيه لكل صف دراسى على حده وفى كل وحده (أختبار) من الوحدات السته المكونـــــه لبطاريه الاختبارات الدوليه للياقه البدنيه (قيد البحث) حيث تتضمن هذه المعايير الدرجات الخام ، والدرجه المئينيه .

مما سبق يتحقق الهدف الثالث والذى ينص على تحديد المعايير المئينيه لكل صـــف دراسى على حده فى مكونات اللياقه البدنيه كما تقيسها البطاريه الدوليه للياقه البدنيه .

خامسا : أختبار الفروق بين كل من (المنوفيه - مصر - أمريكا) فى مكونات مساطر المعايير المئينيه* لبطاريه أختبارات اللياقه البدنيه قيد البحث لكل صف دراسى على حده :

جدول رقم (١٥)

تحليل التباين بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه (أختبار الشباب الامريكى)

لمجموعات البحث الثلاثه (منوفيه ، مصر ، امريكا)

لتلميذات الصف الثالث

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات مكونات اللياقه البدنيه	مصدر التباين	درجه الحريه	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمه "ف"	مستوى الدلاله
تحمل عضلى ثابت للذراعين	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)	بين المجموعات	٢	١٠٠ر٨٩	٥٠ر٤٥	٣١٤ر	غير دال
		داخل المجموعات	٦٠	٩٦٣٥ر١١	١٦٠ر٥٩		
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود عدد مرات / ق	بين المجموعات	٢	٣٩٢٣ر٤٦	١٩٦١ر٧٣	١٣ر٥٤	دال عند ٠١ر
		داخل المجموعات	٦٠	٨٦٩١ر٨١	١٤٤		
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)	بين المجموعات	٢	٦٠ر٢٢	٣٠ر١١	٣ر٧٠	دال عند ٠٥ر
		داخل المجموعات	٦٠	٤٨٨ر٦٩	٨ر١٤		
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)	بين المجموعات	٢	١ر٣٩	٧٠ر	٧ر٠٣	دال عند ٠١ر
		داخل المجموعات	٦٠	٥ر٩٤	١٠ر		
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م (بالثانيه)	بين المجموعات	٢	٥١ر٨٣	٢٥ر٩١	٦ر١٣	دال عند ٠١ر
		داخل المجموعات	٦٠	٢٥٣ر٦٣	٤ر٢٣		
تحمل دورى تنفسى	مشى وجرى ٥٤٠م (بالثانيه)	بين المجموعات	٢	١٥٩٢٦ر١٦	٧٩٦٣ر٠٨	٧٧ر	غير دال
		داخل المجموعات	٦٠	٦٢٠٩٩٠ر٧٥	١٠٣٤٩ر٨٥		

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله احصائيه ٠٥ر٠ = ٣ر١٥

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله احصائيه ٠١ر٠ = ٤ر٩٨

يتضح من جدول (١٥) انه لاتوجد فروقا داله احصائيا بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه للمجموعات الثلاثه (منوفيه - مصر - أمريكا) للصف الثالث فى التحمل العضلى

* مساطر المعايير المئينيه لكل من (مصر - وأمريكا) مرفق رقم (٩).

الثابت للذراعين وفى التحمل الدورى التنفسى . بينما توجد فروقا داله احصائيافى كل من التحمل العضلى الديناميكى ، الرشاقه ، وقدره الرجلين ، والسرعه ولذلك قامت الباحثه بتطبيق اقل فرق معنوى بطريقه تيوكى لمعرفه اى الفروق متواجده ولصالح اى من المجموعات قيد البحث .

جدول رقم(١٦)

دلاله الفروق بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه للمجموعات الثلاثه (منوفيه ، مصر ، امريكا) لتلميذات الصف الثالث

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات مكونات اللياقه البدنيه	مساطر المجموعات ن = ٢١ لكل مجموعه	المتوسط الحسابى	فرق المتوسطات بين مساطر المجموعات		أقل فرق معنوى بأستخدام تيوكى
				مصر	أمريكا	
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق)	منوفيه	١٦ر٧١٤	٣ر٥٧١	١٤ر٦٦٧*	٨ر٩
		مصر	١٣ر١٤٣	-	١٨ر٢٣٨*	
		أمريكا	٣١ر٣٨١	-	-	
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)	منوفيه	١٣ر٧٥٩	ر٠٥٩	٢ر١٠٣*	٢ر١
		مصر	١٣ر٧٠٠	-	٢ر٠٤٤	
		امريكا	١١ر٦٥٦	-	-	
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)	منوفيه	١٠٣ر٤	١٦ر٥	٣٦ر٣*	٢٣ر٥
		مصر	١١٩ر٩	-	٢١ر٨	
		امريكا	١٣٩ر٧	-	-	
سرعه انتقاليه	العدو ٤٥م (بالثانيه)	منوفيه	١٠ر٥٢٧	ر٣٠٨	٢ر٠٦*	١ر٥٣
		مصر	١٠ر٢١٩	-	١ر٧٥٢*	
		أمريكا	٨ر٤٦٧	-	-	

يتضح من جدول رقم (١٦) انه بالنسبه لمكون التحمل العضلى الديناميكى يوجد فروق ذات دلاله احصائيه بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه امريكا ،وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ، بينما لاتوجد فروق داله بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر فى هذا المكون .

كما يتضح انه بالنسبه لمكون الرشاقه توجد فروق داله احصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا بينما لاتوجد فروق

داله بين مجموعة تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر ، وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا ٠

وكذا يتضح انه بالنسبه لمكون قدره الرجلين توجد فروق داله احصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا ولصالح مجموعه تلميذات امريكا ، بينما لاتوجد فروق داله بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر ، وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا ٠

كما يتضح انه بالنسبه لمكون السرعه الانتقاليه توجد فروق داله احصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكالصالح مجموعه تلميذات امريكا ، وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠ بينما لاتوجد فروق داله بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر ٠

obeikandl.com

جدول رقم (١٧)

تحليل التباين بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه لمجموعات البحث الثلاثه (منوفيه - مصر - امريكا) لتلميذات الصف الرابع

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات مكونات اللياقه البدنيه	مصدر التباين	درجه الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمه " ف "	مستوى الدلاله
تحمل عضلى ثابت للذراعين	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)	بين المجموعات	٢	٢٨٩ر٠١	١٤٤ر٥٠٦	٧٢٧ر	غير دال
		داخل المجموعات	٦٠	١١٩١٩ر٠٧	١٩٨ر٦٥		
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق)	بين المجموعات	٢	٣٢٢١ر٨٤	١٦١٠ر٩٢	١٢ر٣٨	دال عند ٠١ر
		داخل المجموعات	٦٠	٧٨٠٤ر٥٧	١٣٠ر٠٨		
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)	بين المجموعات	٢	١٩ر٢٥	٩ر٦٢٥	١ر٣٥	غير دال
		داخل المجموعات	٦٠	٤٢٦ر٧	٧ر١١		
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)	بين المجموعات	٢	١ر٠٢	٥٠٩ر	٥ر٦	دال عند ٠١ر
		داخل المجموعات	٦٠	٥ر٤٥	٠٩١ر		
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م (بالثانيه)	بين المجموعات	٢	٣١٧ر٢٢	١٥٨ر٦١	١ر٢٥	غير دال
		داخل المجموعات	٦٠	٧٦٠٦ر٨٦	١٢٦ر٧٨		
تحمل دورى تنفسى	مشى وجرى ٥٤٠م(بالثانيه)	بين المجموعات	٢	١١٦٣ر٥٦	٥٨١ر٧٨	٠٩١ر	غير دال
		داخل المجموعات	٦٠	٣٨٤٥٢٢ر٠٤	٦٤٠٨ر٧٠		

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله احصائيه ٠٥ر = ٣ر١٥

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله أحصائيه ٠١ر = ٤ر٩٨

يتضح من جدول رقم (١٧) انه لاتوجد فروقا داله احصائيا بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه للمجموعات الثلاثه (منوفيه - مصر - امريكا) للصف الرابع فى كل من مكونات التحمل العضلى الثابت للذراعين ، الرشاقه ، السرعه ، التحمل الدورى التنفسى ، بينما توجدفروق داله احصائيا فى التحمل العضلى الديناميكى (قوه عضلات البطن) ، قدره الرجلين ولذلك قامت الباحثه بتطبيق اقل فرق معنوى بطريقه تيوكى لمعرفه اى الفروق متواجده ولصالح اى من المجموعات قيد البحث .

جدول رقم (١٨)

دلاله الفروق بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه (اختبار للشباب الامريكى) للمجموعات الثلاثه (منوفيه - مصر - امريكا) لتلميذات الصف الرابع

مكونات اللياقه البدنيه	اختبارات مكونات اللياقه البدنيه	مساطر المجموعات ن = ٢١ لكل مجموعه	المتوسط الحسابى	فرق المتوسطات بين المساطر		اقل فرق معنوى بطريقه تيوكى عند مستوى معنوية ٠٥ر
				مصر	أمريكا	
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق)	منوفيه	٢٠ر٨١	٦ر٤٨	١٠ر٨٦*	٨ر٤٦
		مصر	١٤ر٣٣	-	١٧ر٣٤*	
		أمريكا	٣١ر٦٧	-		
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)	منوفيه	١٠٨ر٧	١٣	٣١*	٢٣ر٥
		مصر	١٢١ر٧	-	١٨	
		أمريكا	١٣٩ر٧	-	-	

يتضح من جدول رقم (١٨) انه بالنسبه لمكون التحمل الديناميكى توجد فروق داله أحصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠ بينما لاتوجد فروق داله بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر ٠

كما يتضح انه بالنسبه لمكون قدره الرجلين توجد فروق داله أحصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات أمريكا ، بينما لاتوجد فروق داله بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر ، وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا ٠

جدول رقم (١٩)

تحليل التباين بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه (اختبار الشباب الامريكى) لمجموعات

البحث الثلاثه (منوفيه - مصر - امريكا)

لتلميذات الصف الخامس

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات مكونات اللياقه	مصدر التباين	درجه الحريه	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمه "ف"	مستوى الدلاله
تحمل عضلى للذراعين	تعلق ثنى الذراعين (بالثانيه)	بين المجموعات داخل المجموعات	٢ ٦٠	١٤١ر٢٧ ٩٥٠٦ر٦	٧٠ر٦٤ ١٥٨ر٤٤	٤٤٦ر	غير دال
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق)	بين المجموعات داخل المجموعات	٢ ٦٠	٣٥١٢ر٨٩ ٩٦٤٣ر٧١	١٧٥٦ر٤٤ ١٦٠ر٧٣	١٠ر٩٣	دال عند ٠١ر
رشاقه	الجرى المكوكى (بالثانيه)	بين المجموعات داخل المجموعات	٢ ٦٠	٢٨ر٠٦ ٤٦٥ر٧٤	١٤ر٠٣ ٧ر٧٦	١ر٨	غير دال
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات (بالسم)	بين المجموعات داخل المجموعات	٢ ٦٠	١ر٩٢ ٤ر٨٣	٩٦٢ر ٠٨١ر	١١ر٩٥	دال عند ٠١ر
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م (بالثانيه)	بين المجموعات داخل المجموعات	٢ ٦٠	٣٤ر٠٤ ٢٢٠ر٤٣	١٧ر٠٢ ٣ر٦٧	٤ر٦٣	دال عند ٠١ر
تحمل دورى تنفسى	مشى وجرى ٥٤٠م (بالثانيه)	بين المجموعات داخل المجموعات	٢ ٦٠	٢٣٢٦ر٦٤ ١١٨٩٠٩ر٧٥	١١٦٣ر٣٢ ١٩٨١ر٨٣	٥٨٧ر	غير دال

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله احصائيه ٠ر٠٥ = ٣ر١٥

قيمه "ف" الجدوليه عند مستوى دلاله احصائيه ٠ر٠١ = ٤ر٩٨

يتضح من جدول رقم (١٩) انه لاتوجد فروق داله احصائيا بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه للمجموعات الثلاثه (منوفيه - مصر - امريكا) للصف الخامس فى كل من التحمل العضلى الثابت للذراعين ، الرشاقه ، التحمل الدورى التنفسى بينما توجد فروق داله احصائيا فى كل من مكونات التحمل العضلى الديناميكى ،قدره الرجلين ، السرعه الانتقاليه . ولذلك قامت الباحثه بتطبيق اقل فرق معنوى بطريقه تيوكى لمعرفه اى الفروق متواجده ولصالح اى من المجموعات قيد البحث .

obeikandl.com

جدول رقم (٣٠)

دلاله الفروق بين مساطر مكونات اللياقه البدنيه (اختبار الشباب الامريكى) للمجموعات الثلاثه (منوفيه - مصر - امريكا) لتلميذات الصف الخامس

مكونات اللياقه البدنيه	أختبارات مكونات اللياقه البدنيه	مساطر المجموعات ن = ٢ لكل مجموعه	المتوسط الحسابى	فرق المتوسطات بين مساطر المجموعات		اقل فرق معنوى باستخدام تيوكى عند مستوى معنوية ٠٥ر
				مصر	أمريكا	
تحمل عضلى ديناميكى	الجلوس من الرقود (عدد مرات / ق)	منوفيه	٢١ر٧٦	٥ر٧٢	١٢ر١٩*	٩ر٤
		مصر	١٦ر٠٤	-	١٧ر٩١*	
		أمريكا	٣٣ر٩٥			
قدره رجلين	الوثب الطويل من الثبات(بالسم)	منوفيه	١٠٣ر٣	٢٣ر٣*	٤٢ر٧*	٢١
		مصر	١٢٦ر٦	-	١٩ر٤	
		أمريكا	١٤٦ر٠٠	-	-	
سرعه انتقاليه	عدو ٤٥م (بالثانيه)	منوفيه	٩ر٨٦٨	٤٢٣ر-	١ر٧٢٨*	١ر٤
		مصر	٩ر٤٤٥	-	١ر٣٠٥-	
		أمريكا	٨ر١٤٠	-	-	

يتضح من جدول رقم (٣٠) انه بالنسبه لمكون التحمل العضلى الديناميكى توجد فروق داله احصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ، وكذلك بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ، بينما لاتوجد فووق داله بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر ٠

كما يتضح انه بالنسبه لمكون قدره الرجلين توجد فروق داله احصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر لصالح مجموعه تلميذات مصر ، وكذا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات أمريكا ، بينما لاتوجد فروق داله بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا وكذا يتضح انه بالنسبه لمكون السرعه

الانتقاليه توجد فروق داله احصائيا بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ، بينما لاتوجد فروق داله بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات مصر ، وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا ٠

التحقق من صحه الفرض الثالث ٠

من خلال نتائج الجداول ارقام (١٦) ، (١٨) ، (٢٠) يمكن التحقق من صحه الفرض الثالث ٠

- من نتائج الجدول رقم (١٦) والخاص بتلميذات الصف الثالث لكل من(المنوفيه - مصر - امريكا) يتضح مايلى :

- توجد فروق داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر فى مكون التحمل العضلى الديناميكى بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا ولصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠ وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ؛

- وفى مكون الرشاقه توجد فروق داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا ولصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

- وبالنسبه لمكون قدره الرجلين توجد فروق داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر٠ بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

- وكذا بالنسبه لمكون السرعه الانتقاليه توجد فروق داله احصائيا عند مستوى ٠٥ر بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ، وايضا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

٢ - من نتائج الجدول رقم(١٨) والخاص بتلميذات الصف الرابع لكل من(المنوفيه - مصر - امريكا) يتضح مايلى :

- توجد فروق داله أحصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر فى مكون التحمل العضلى الديناميكى بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ،

وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا ولصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

- كما توجد فروق ذاله أحصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر فى مكون قدره الرجلين بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

٣ - من نتائج جدول رقم (٢٠) والخاص بتلميذات الصف الخامس لكل من(المنوفيه - مصر - امريكا) يتضح مايلى :

- توجد فروق ذاله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر٠ فى مكون التحمل العضلى الديناميكى بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات أمريكا ، وكذا بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

- كما يتضح انه بالنسبه لمكون القدره العضليه للرجلين توجد فروق ذاله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

- وبالنسبه لمكون السرعه الانتقاليه توجد فروق ذاله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا لصالح مجموعه تلميذات امريكا ٠

مما سبق من سرد لنتائج الجداول ارقام(١٧) ، (١٩) ، (٢١) يتحقق صحه الفرض الثالث من فروض البحث الذى ينص على انه توجد فروق ذاله احصائيا بين مجموعات البحث الثلاثه (المنوفيه - مصر - امريكا) فى بعض مكونات مساطر المعايير المئينيه للياقه البدنيه للصفوف الثلاثه (قيد البحث) ولصالح امريكا ٠

مناقشه نتائج الفروق بين كل من (المنوفيه - مصر - امريكا) فى مكونات مساطر المعايير المئينيه لبطاريه أختبارات اللياقه البدنيه (قيد البحث) :

يتضح من نتائج الجداول ارقام(١٦ ، ١٨ ، ٢٠) مايلى :

- توجد فروق ذاله أحصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر بين مجموعه تلميذات المنوفيه ومجموعه تلميذات امريكا ولصالح مجموعه تلميذات امريكا فى التحمل العضلى الديناميكى والقدره

العضليه للرجلين فى الصفوف الثلاثه (الثالث والرابع والخامس) وكذا فى السرعه الانتقاليه فى الصفين (الثالث ، الخامس) ، وفى مكون الرشاقه فى الصف الثالث ٠

- كما توجد فروق داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠٥ر٠ بين مجموعه تلميذات مصر ومجموعه تلميذات امريكا ولصالح مجموعه تلميذات امريكا فى التحمل العضلى الديناميكى فى الصفوف الثلاثه (الثالث والرابع والخامس)كل على حده ، وكذا فى السرعه الانتقاليه فى الصف الثالث ٠

مما سبق يتضح تميز مجموعه تلميذات امريكا على مجموعتى تلميذات كل من المنوفيه ومصر فى بعض مكونات اللياقه البدنيه (قيد البحث) وتتفق نتائج الدراسه الحاليه مع نتائج دراسه عبدالرحمن ظفر ١٩٨٠ (٢٦) حيث أظهرت تفوق النشئ الامريكى عن النشئ السعودى فى جميع مكونات اللياقه البدنيه كما تقيسها بطاريه اللياقه البدنيه الدوليه (قيد البحث الحالى) وترى الباحثه ان هذا التفوق قد يكون راجعا الى تأثير العوامل الوراثيه والبيئيه بالاضافه الى ارتفاع المستوى الاقتصادى لامريكا والاهتمام بالتغذيه وانتشار الوعى الرياضى والاهتمام بالممارسه الرياضيه مما قد يكون له أثر ايجابى على تميز مجموعه تلميذات امريكا فى هذه المكونات ٠