

11 اسم الاختبار :دقة الضربات الامامية والخلفية

اعلى نتيجة محتملة =84نقطة للدقة والقوة (36للدقة +48للقوة).

هدف الاختبار :تقييم دقة الضربات الامامية والخلفية والقوة .

الاجراءات :

- 1_ يجب التأكد في بداية الاختبار ان المشتركين قد اكملوا الاحماء وجاهزين لاجراء الاختبار .
- 2_ (6)كرات تمنح للاعب من الجهتين واحدة امامية والاخرى خلفية وعلى اللاعب ان يضرب الكرة داخل الملعب الفردي بخط مستقيم وكما في الرسم.
- 3- تمنح (6)كرات اخرى للاعب من الجهتين واحدة امامية والاخرى خلفية ...وعلى اللاعب ان يضرب الكرة داخل الملعب الفردي قطريا وكما في الرسم .
- 4_ تحتسب نقاط التقييم على ضوء مكان سقوط الكرة في الارتداد الاول للدقة والارتداد الثاني لقوة الضربة .
- 5_ على اللاعب المساعد ان يرمي الكرة في منتصف المنطقة بين خط الارسال وخط القاعدة وكما مؤشر بالرسم .ويحق للاعب الضارب ان يرفض الكرة غير المنتظمة والتي تقع خارج المنطقة الصحيحة .

احتساب نقاط دقة الضربات الارضية

- 1_ نقطة واحدة عندما تسقط الكرة في اي منطقة من المركز خارج المناطق الهدفية المخططة .
- 2_ نقطتان عندما تسقط الكرة بداخل المنطقة الهدفية للدقة قبل خط الارسال
- 3_ ثلاث نقاط عندما تسقط الكرة بداخل المنطقة الهدفية للدقة في المنطقة الهدفية الخلفية للدقة وفي الملعب الفردي للتنس وكما مؤشر في الرسم

احتساب نقاط قوة الضربة

- 1_ نقطة واحدة في الارتداد الثاني خلف خط القاعدة وقبل خط القوة الثانية
- 2_ تضاعف النقاط في الارتداد الثاني للكرة عندما تسقط في منطقة الكرة البعيدة ومثال للحالة الاولى :اذا سقطت الكرة في منطقة (3)في الملعب وارتدت مرة ثانية خارج الملعب وفي منطقة خلف خط القاعدة يصبح عدد النقاط (4)
- ومثال للحالة الثانية :اذا سقطت الكرة في منطقة (3)في الملعب وارتدت مرة ثانية في منطقة القوة تضاعف عدد النقاط وتصبح (6).

- 3_ يحصل اللاعب (صفرا) عندما تسقط الكرة في الارتداد الاول خارج ملعب التنس الفردي .
- 4_ الثبات في الضربات :يمنح اللاعب نقطة واحدة اضافية لكل ضربة صحيحة بدون خطأ.
- 5_ تجمع جميع النقاط واعلى نتيجة محتملة يمكن ان يصلها اللاعب في هذا الاختبار =84 نقطة

12 اختبار داير للتنس

الغرض من الاختبار

_ قياس القدرة العامة في التنس

_ تستخدم نتائج الاختبار في تصنيف الافراد الى مجموعات متجانسة في التنس

_ التعرف على مستوى التقدم الذي يحققه الافراد في لعبة التنس .

مستوى الجنس والسن :

_ طلبة وطالبات الكليات الجامعية .

معاملات الاختبار :

_ سجلت داير معامل ارتباط مقداره 0,925 بين درجات الاداء على الاختبار وبين مجموع النقاط التي حصلت عليها مجموعة من اللاعبين في دوري التنس .

_ وحصلت كاترين فوكس عام 1952 على معامل ارتباط بلغ 0,53 بين درجات الاختبار وبين تقديرات مجموعة من الخبراء للقدرات المهارية لمجموعة طالبات الجامعات في مهارات الارسال والضربة الامامية والضربة الخلفية

_ وحصل ارثوكوزم على معاملي ارتباط هما :-

0,51_ 0,68 بين نتائج الاختبارات ونتائج المباريات في دوري اللعبة اقيم لمجموعتين من طلبة الجامعات من المبتدئين والمتقدمين في اللعبة , وكان قد استخدم خط البدء على بعد 28 قدم من حائط الصدم بدلا من 5 اقدام .

للاختبارات معاملات تتراوح من 0,84 الى 0,90 حسبت عن طريق اعادة تطبيق الاختبار على مجموعات متباينة المستوى من اللاعبين واللاعبات

الادوات اللازمة

_حائط للصد ارتفاعه حوالي 10 اقدام وعرضه 15 قدما لكل لاعب يؤدي الاختبار بمفرده،
تتضاعف هذه المساحة عندما يقوم لاعبين بتأدية الاختبار في وقت واحد

_ساعة إيقاف

_مضرب تنس قانوني بحاله جيدة .

_عدد مناسب من كرات التنس بحالة جيدة (من 12كرة الى 15 كرة)

الاجراءات

_يخطط حائط الصد وفقا كما هو مبين في الشكل (85)

_يرسم على الحائط بلون ابيض خطا بعرض 3 بوصات موازيا للارض وعلى ارتفاع 3 اقدام منها، هذا الخط يمثل الشبكة .

_يرسم خط للبدء على بعد 5 اقدام من حائط الصد وبطول 15 قدما

-يقف اللاعب خلف خط البداية ومعه مضرب التنس في احدى اليدين وعدد 2كرات تنس في اليد الاخرى .

_توضع الكرات الاضافية في صندوق يوضع على خط البداية على الجانب الايسر للاعب الايمن، وعلى الجانب الايمن للاعب الايسر .

يقوم بأرسالها بالمضرب نحو الحائط اعلى منطقة الثلاثة اقدام .

_يستمر اللاعب في ارسال الكرة الى الحائط بدون توقف خلال الزمن المحدد للاختبار وهو 30 ثانية.

تعليمات الاختبار:-

_يمكن ضرب الكرة المرتدة من الحائط مباشرة قبل سقوطها على الارض او بعد سقوطها وارتدادها لاكثر من مرة .

_ يمكن استخدام اي نوع من انواع الضربات

_ جميع الضربات تؤدي من خلف خط البداية _ اي بعد ان تعبر الكرات المرتدة هذا الخط

_ اذا خرجت الكرة بعيد عن منطقة الاختبار يمكن استخدام كرة اخرى من الكرات الاحتياطية بسرعة ، وفي هذه الحالة يستأنف الاختبار بأسقاط الكرة على الارض مرة واحدة ثم يقوم بأرسالها نحو الحائط كما في حالة بدء الاختبار .

_ كل كرة تلمس خط الشبكة (خط ال3 اقدام) تحتسب صحيحة .

حساب الدرجات:-

_ تحتسب للاعب درجة واحدة لكل كرة صحيحة تلمس حائط الصد في المنطقة الصحيحة لذلك خلال زمن 30 ثانية .

_ تجمع الدرجات بحيث يمثل الناتج درجة المختبر .

_ يعطي كل لاعب 3 محاولات متتالية تحتسب له نتيجة احسن محاولة .

ملاحظات مهمة :-

لتحقيق السرعة في تطبيق الاختبار، يمكن تقسيم اللاعبين الى مجموعات تتكون كل مجموعة من اربعة لاعبين يرقمون بأرقام من 1 الى 4 ثم توزع عليهم الواجبات كالآتي :

اللاعب رقم 1: يطبق عليه الاختبار

اللاعب رقم 2: يقوم بحساب عدد الكرات التي تضرب حائط الصد في المنطقة الصحيحة خلال زمن الاختبار.

اللاعب رقم 3: ويقوم بملاحظة خط البدء .

اللاعب رقم 4: ويقوم بتجميع الكرات واعادتها الى الصندوق الموجود عند خط البدء وهكذا يمكن ان يقوم كل لاعب بالمحاولة الاولى ثم يكرر تطبيق الاختبار بنفس الطريقة حتى يكمل كل لاعب 3 محاولات .

معايير الاختبار :-

قامت ويلما ميلر عام 1953 بأعداد معايير تبين الرتب المئينية لدرجات الاختبار بعد تطبيقه على مجموعة من طالبات التخصص في التربية الرياضية جدول (5) يوضح الرتب المئينية لاختبار داير لقياس القدرة في التنس لمجموعة من طالبات التخصص في التربية الرياضية

الدرجة المئيني	الدرجة الخام	الدرجة المئيني	الدرجة الخام	الدرجة المئيني	الدرجة الخام	الدرجة المئيني	الدرجة الخام
100	67	75	50	50	33	25	16
99	66	74	49	49	32	24	15
98		73	48			23	
97	65	72	47	48	31	22	14
96	64	71	46	47	30	21	13
95		70	45			20	
94	63	69	44	46	29	19	12
93	62	68	43	45	28	18	11
92		67	42	44	27	17	10
91	61	66	41			16	
90	60	65	40	43	26	15	9
89	59	64	39	42	25	14	8
88		63	38			13	
87	58	62	38	41	24	12	7
86	57	61	36	40	23	11	6
85		60	35			10	
84	56	59	34	39	22	9	5
83	55	58	33	38	21	8	4
82		57	32			7	
81	54	56	31	37	20	6	3
80	53	55	30	36	19	5	2
79		54	29			4	
78	52	53	28	35	18	3	1
77	51	52	27	34	17	2	
76		51	26			1	

113 اختبار دقة الضربة الامامية المستقيمة الطويلة

غرض الاختبار : قياس دقة الضربة الامامية المستقيمة الطويلة .

الادوات المستخدمة : جهاز قذف الكرات , 20 كرة تنس ، مضرب تنس . مربع طوله 275 سنتيمترا مرسوم على خط البداية .

وصف الاختبار :-

يقف المختبر خل خط البداية .

عند اعطاء اشارة البدء يقوم الجهاز بأطلاق 20 كرة تنس متتالية بتوقيت زمني يسمح للمختبر بالاستعداد لضرب الكرة .

يقوم المختبر بضرب الكرات باتجاه المربع المرسوم على خط البداية .

شروط الاختبار :-

تؤدي جميع الضربات بوجه المضرب الامامي .

-لا تحتسب الضربة لدى دخول المختبر الى خط البداية .

التسجيل :- يسجل للمختبر عدد الكرات التي اصابت المربع المرسوم .

114 اختبار دقة الضربة الخلفية المستقيمة الطويلة الجانبية

غرض الاختبار :- قياس دقة الضربة الخلفية المستقيمة الطويلة الجانبية .

الادوات المستخدمة :- جهاز قذف الكرات ، 20 كرة تنس ، مضرب التنس ، مربع طوله 275 سنتيمترا مرسوم على خط البداية وخط الجانب

وصف الاختبار :-

يقف المختبر خل خط البداية .

عند اعطاء اشارة البدء يقوم الجهاز بأطلاق 20 كرة تنس متتالية بتوقيت زمني يسمح للمختبر بالاستعداد لضرب الكرة .

يقوم المختبر بضرب الكرات باتجاه المربع المرسوم على خط البداية وخط الجانب .

شروط الاختبار :-

تؤدي جميع الضربات بوجه المضرب الخلفي .

لا تحتسب الضربة لدى دخول المختبر الى خط البداية .

التسجيل :-

يسجل للمختبر عدد الكرات التي اصابت المربع .

١١5 اختبار سرعة اداء الضربة الطائرة

غرض الاختبار :- قياس سرعة اداء الضربة الطائرة .

الادوات المستخدمة :-

_ حائط صد ارتفاعه 3 امتار وعرضه 5 امتار .

_ ساعة ايقاف

_ مضرب تنس

_ (12_15)كرة تنس.

وصف الاختبار:-

_ يخطط حائط الصد وفقا لما هو مبين بالشكل

_ يرسم خط على الحائط بلون ابيض موازيا للارض وعلى ارتفاع 1,07 سنتيمتر وهذا يمثل الشبكة في التنس .

_ يرسم خط للبدء على بعد 4 تنس من حائط الصد بطول 15 قدما .

_ يقف المختبر خلف خط البداية ومعه مضرب تنس و2 كرة

_ عند اعطاء اشارة البدء يقوم المختبر بأسقاط الكرة على الارض وعند ارتدادها يقوم بضربها باتجاه الحائط فوق 3 اقدام

_ يستمر المختبر في ضرب الكرة في الحائط دون سقوطها على الارض لمدة 30 ثانية سواء بوجه المضرب الامامي او الخلفي .

شروط الاختبار :-

إذا خرجت الكرة بعيدا عن منطقة الاختبار يمكن استخدام كرة اخرى ،وذلك بأسقاط الكرة على الارض ثم ضربها بالحائط .

_ كل كرة تلمس خط الشبكة تعتبر صحيحة

التسجيل :-

_ تحتسب للمختبر عدد الضربات الصحيحة خلال 30 ثانية .

_ يعطى للمختبر 3 محاولات متتالية وتحتسب له نتيجة احسن محاولة

١6 اختبار دقة الضربة المسقطة الامامية الطائرة

غرض الاختبار :-

قياس دقة الضربة المسقطة الامامية .

الادوات المستخدمة :-

_ مضرب تنس

_ 5 كرات تنس

_ جهاز قذف الكرات .

وصف الاختبار :-

-يقف المختبر خلف خط يبعد عن الشبكة 4 امتار .

_ عند اعطاء اشارة البدء يقوم الجهاز بأطلاق 5 كرات تنس متتالية

_ يقوم المختبر برد هذه الضربات بوجه المضرب الامامي باتجاه المثلث طول ضلعه القائم 230 سنتيمترا .

شروط الاختبار :-

_ يؤدي المختبر 5 ضربات .

_ يؤدي المختبر جميع الضربات بوجه المضرب الامامي .

_ يؤدي جميع الضربات من خلف الخط المحدد .

التسجيل :-

_يسجل للمختبر عدد الضربات التي اصابت المثلث المرسوم .

_يسجل للمختبر صفر في حالة عدم اصابة المربعات .

١٧ اختبار شافيز ونايدر للضربات الارضية :-

الهدف من الاختبار : يقيس هذا الاختبار قوة الضربات الارضية الامامية والخلفية .

الادوات :-

_مضرب واحد لكل مختبر ، و20 كرة تنس .

_ملعب تنس ، وحبل مشدود على ارتفاع 4 أمتار من سطح الارض فوق الشبكة .

تحديد العمل :-

_يقف المعلم (الممتحن) عند خط القاعدة او عند خط منتصف الملعب ويقوم بضرب الكرة بنفسه الى المختبر (تعاد الضربة اذا احس الممتحن انالطالب المختبر لم تعطى له فرصة عادلة لضرب الكرة) .

_يقف الطالب المختبر في وضع الاستعداد على بعد متر واحد تقريبا خلف علامة الوسط .

_يقوم المسجل بملاحظة وتسجيل جميع المحاولات الصحيحة التي تمر بين الشبكة والحبل ويحدد منطقة سقوطها .

_يقوم طالب مساعد بجمع الكرات واعادتها الى مكان الممتحن كما يساعد المسجل في مسؤولياته .

الطريقة :-

_يقوم الممتحن بضرب كرتين للتدريب على الضربة الامامية وكرتين للتدريب على الضربة الخلفية قبل البدء في التسجيل .

_ يعطى المختبر عدد 10 كرات لضربها ضربات امامية وضربات خلفية (5 كرات جهة الضربة الامامية و5 كرات جهة الضربة الخلفية).

التسجيل :-

_ الكرات التي تسقط خارج الملعب الفردي تحصل على درجة (صفر)

_ الكرات الساقطة داخل الملعب الفردي في المنطقة الواقعة بين الشبكة وخط الارسال تحصل على درجتين .

_ الكرات الساقطة داخل الملعب الفردي في المنطقة الواقعة بين خطي الارسال والقاعدة تحصل على اربعة درجات

_ الكرات الساقطة على الخط تأخذ الدرجة الاعلى للمنطقة المحددة بهذا الخط .

_ الكرات التي تمر اعلى من الارتفاع المحدد وتسقط في المناطق المشار اليها بالملعب تحصل على نصف قيمة الدرجة المحددة لتلك المنطقة .

ملحوظة : يمكن زيادة صعوبة الاختبار بتقسيم المناطق المحددة الى جزئين طولاً ويحدد للمختبر توجيه الكرة الى الجانب الايمن او الجانب الايسر . فأذا سقطت الكرة في المنطقة الامامية العكسية (الخطأ) يحصل المختبر على نصف درجة المنطقة الامامية ، واذا سقطت الكرة في المنطقة الخلفية العكسية (الخطأ) يحصل المختبر على نصف درجة المنطقة الخلفية .

وبذلك فإن الهدف من هذا الاختبار هو قياس قوة ودقة الضربات الامامية والخلفية .

١١8 اختبار داير لضربات التنس :-

الهدف من الاختبار :- يقيس هذا الاختبار سرعة وقوة ضربات التنس على الحائط في خلال 30 ثانية

الادوات :-

_ لوحة او حائط ارتفاعه 10 قدم تقريبا وعرضه حوالي 15 قدم .

_ خط مرسوم على الحائط عرضه 3 بوصة يرتفع 3 قدم من الارض

_ خط مرسوم على الارض يبعد 5 قدم من قاعدة الحائط يسمى خط الضبط

_ لكل مختبر مضرب واحد وكرتان

_ صندوق للكرات الزائدة (طوله 12 بوصة وعمقه 3 تقريبا) يوضع على الارض فوق نقطة اتصال خط الضبط مع خط الجانب على يسار اللاعب ذي اليد اليمنى والعكس بالعكس .

تحديد العمل :-

_ يقوم المسجل بملاحظة الكرات الصحيحة وتسجيلها
_ يقوم المساعد بجمع الكرات واعادتها في الصندوق .

الطريقة :-

_ يقف الطالب المختبر خلف خط الضبط ويسقط الكرة لنفسه وبعد ارتدادها من الارض يقوم بضربها على الحائط .

_ لا يوجد حد لعدد مرات ارتداد الكرة من الارض قبل ان يضربها المختبر .

_ تلعب جميع الكرات من خلف خط الضبط . ويجوز للاعب تعدي الخط لاعادة الكرة ولكنها لا تحسب في هذه الحالة .

_ يمكن استخدام اي عدد من الكرات . ففي حالة ابتعاد الكرة عن تحكم اللاعب فانه يحق له ان يأخذ كرة غيرها من صندوق الكرات الموضوع على احد جانبي الملعب بدلا منها

- كل كرة جديدة توضع في اللعب بنفس الطريقة التي سبق توضيحها في البداية

التسجيل :-

_ تحسب نقطة لكل كرة صحيحة تضرب في الحائط على خط الشبكة او فوقه ومن خلف خط الضبط في خلال 30 ثانية

