

أ.د. علي سلمان عبد الطرف .أ.د. غادة محمود جاسم

## المحاضرة الاولى .

الأختبار في المجال الرياضي:

من المفاهيم الاساسية والمرتكزات التي يعتمد عليها علم القياس والتقويم هو الاختبار والذي يعد مصطلح واسع ومتعدد الجوانب .

أن الحالة العامة للفرد ووسائل قياسها لاتزال موضع دراسة وبحث لكثير من العلماء في جميع المجالات التخصصية، ولتحقيق المستويات الرياضية العالية يتطلب الكثير من الجهد ليس من حيث اكتشاف المواهب أو خطة تدريبية سليمة حسب وانما تفهم كامل لتعلم عملية التعلم المهاري والأداء الفني السليم لها وتنفيذ الخطط بصورة مثالية. ولهذا فإن المستوى الرياضي هو في الأصل الواجهة الواقعية لتحقيق المستويات الرياضية العالية. ونتيجة لتأثير التدريب تحدث تغيرات مرفولوجية ووظيفية لأجهزة الجسم المختلفة كزيادة حجم عضلة القلب. وبطء النبض مع زيادة كمية الدم المدفوعة. كل هذا يعني مدى تجاوب الجسم مع المؤثرات الخارجية التي احدثت ذلك التغير. ولا يقتصر ذلك التغير على النواحي الوظيفية والمورفولوجية ، وإنما يشمل أيضاً الجهاز العصبي والتوافقات العضلية وكذلك الصفات البدنية كالقوة والسرعة والمطاولة والرشاقة وغيرها من القدرات البدنية الأخرى وهذا التغيير الحادث يتم بصورة مختلفة من فرد لآخر ومن مرحلة سنية الى أخرى مؤثرات كثيرة.

ويتوقف الإستخدام الفعال للإختبارات على عوامل عديدة منها:

- ١ . مستوى تطور ورقي طرائق وأساليب الأختبارات وعلاقتها بالعلوم الأخرى كعلم النفس، والطب الرياضي.
- ٢ . امكانية أستخدام هذه العلوم في المجال الرياضي.
- ٣ . الامكانيات المادية تعد من العوامل التي تساعد على نجاح الأختبارات.
- ٤ . فاعلية الأختبارات تتأثر بمدى تطوير طرائق القياس في مجال التربية البدنية بصفة عامة ورياضة المستويات العالية بصفة خاصة.
- ٥ . المستوى العلمي للمدرب وكذلك العاملين في ميدان التدريب.
- ٦ . نتائج الأختبارات تساعد على التخطيط السليم في عمليات التصنيف وتوزيع المجموعات المتجانسة.

مفهوم الاختبار :

الاختبار : عبارة عن مجموعة من الأسئلة أو المشكلات صممت لتقدير المعرفة أو الذكاء أو غيرهما من القدرات والخصائص .

الاختبار : هو الإجابة على مجموعة من الأسئلة المعدة ، بحيث تحصل بناء على إجابات المفحوص عن تلك الأسئلة على نتائج تكون في شكل قيم عددية عن سمات وقدرات المفحوص الذي أجاب عن الأسئلة .

الاختبار : هو مجموع من الأسئلة أو المشكلات أو التمرينات تعطى للفرد بهدف التعرف على معارف أو قدراته أو استعداداته أو كفاءته .

بالرغم من الظروف الكبيرة بين أنواع الاختبارات فإن أي اختبار هو عبارة عن عينة ممثلة للسلوك المراد قيامه والتنبؤية .

أنواع الأختبارات العامة في التربية البدنية

وتشمل الاتي:

أولاً: ١. أختبارات الأداء الاقصى: تستخدم لتحديد أقصى أداء لقدرة المختبر.

٢. أختبارات الأداء المميز: تستخدم لقياس ما يحتمل ان يفعله المختبر في موقف معين أو نوع معين من المواقف مثل المهارة.

ثانياً: ١. أختبارات موضوعية: تعتمد على المعايير والمستويات والمحكات بحيث يمكن عن طريقها اصدار احكام موضوعية.

٢. أختبارات اعتبارية: تعتمد على التقدير الذاتي او الاعتباري في تقويم الأداء.

ثالثاً: ١. أختبارات فردية وجماعية.

١. أختبارات الشفهية والمقالية.

٢. أختبارات الورقة والقلم(الأختبار من متعدد، الصواب والخطأ) أختبارات الأداء.

٣. أختبارات معيارية المرجع وأختبارات محكية المرجع.

رابعاً: ١. أختبارات مقننة: يصنعها خبراء القياس وهي أختبارات تتوافر فيها تعليمات محددة للأداء. توقيت محدد، شروط علمية طبقت على مجموعة معيارية لتفسير النتائج في ضوء هذه المعايير.

٢. أختبارات يضعها الباحث او المدرب: يحتاج العاملون في المجال الرياضي لإختبارات عديدة تستخدم في قياس جميع القدرات والصفات والمهارات في الحالات الآتية:

- عندما تكون الأختبارات الموجودة في المصادر غير مناسبة من حيث الوقت المستغرق للتنفيذ المكان، عدم توفر الأجهزة والأدوات وغيرها.

- في الحالات التي لا تذكر المصادر بيانات كافية عن الأختبار مثل اسم الأختبار، والغرض منه ، طريقة الأداء، تعليمات الأختبار، طرق حساب الدرجة وغيرها.

#### أنواع الأختبارات الخاصة في التربية البدنية

جميع الأختبارات الموجودة هي أختبارات معملية تقوم بقياس حالات مختلفة للاعبين في الأداء البدني قبل وأثناء وبعد التدريب. حيث يمتلك الرياضي مجموعة من الأجهزة الوظيفية. ومعرفة قدرتها أثناء الجهد البدني وذلك عن طريق تقييم الأداء بواسطة فحوصات وقياسات وأختبارات للتعرف على مدى كفاءة الأجهزة الحيوية العاملة للجهد في معظم الأختبارات تجري في المختبر او خارجه في (ملعب) او في كلتا المكانين.

هناك عدة أنواع للإختبارات الفسيولوجية منها كالآتي:

١. الأختبارات الفسيولوجية المختبرية (المعملية).

٢. الأختبارات الفسيولوجية في الملعب (الميدانية).

٣. الأختبارات الفسيولوجية في كلتا المكانين (مشتركة).

ولدراسة الأختبارات في المختبر وتوضيح أهميتها في مجال القياس الرياضي، وهي:

١. الأختبارات الميدانية:

تستخدم هذه الأختبارات من قبل المختصين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة والمدربين ومتخصصي الفسلجة الرياضية، وتكون موجهة لقياس واختبار القدرات البدنية. وتتميز هذه الأختبارات انها تقيس الأفراد بدقة عالية وكفاءة بمدة زمنية قصيرة وبأقل تكلفة مالية.

٢. الأختبارات المعملية:

يتطلب هذا النوع أجهزة دقيقة كبيرة الحجم يصعب حملها ونقلها وعادة ما تكون باهظة الثمن لكنها تتميز بالدقة والموضوعية في القياس للقراءات والنتائج فضلاً عن عدم تأثرها بتقلبات الطقس وتغيرات الجوية ومن عيوب هذه الأختبارات أنها تقيس شخصا واحداً في كل مرة ومن هذه الأختبارات هو أختبار قياس الحد الاقصى لاستهلاك الأوكسجين وقياس الساعات

والأحجام الرئوية المختلفة، كما أن موقع الاختبار يختلف حسب نوع اللعبة أو المهارة ،  
فالاختبارات المعملية هي قياسات تجرى بعد السيطرة على متغيرات البيئية أو (الجوية)  
وتكون هذه الاختبارات تحت إشراف الباحث من حيث الأعداد والتنظيم.

أما الاختبارات الميدانية فهي قياسات تجرى في ظروف تشبه الجو الفعلي للعبة أو في  
المنافسة. مثلا اختبار قياس الأداء البدني في رياضة التجريف داخل وخارج المعمل فالنتائج  
التي نحصل عليها من الاختبارات الميدانية تفتقر عامل (الثبات) بالمقارنة مع الاختبارات  
المعملية ولكن تعتبر أكثر صدقا لارتفاع عامل الخصوصية فيها. أما بعض المتغيرات التي لا  
يستطيع الباحث أن يسيطر عليها مثل بعض العوامل الجوية كالرياح ودرجة الحرارة أو  
الرطوبة النسبية وأخرى مثل أرضية الملعب أو سطح المضمار. ولهذا فإن إجراء الاختبار في  
المعمل يختلف عن الاختبار في الميدان لأن الباحث له قدرة على تنظيم وتغيير هذه العوامل.  
ولغرض تلافي المشكلة استطاعت بعض الشركات من تصنيع أجهزة تطابق الأجهزة  
المستخدمة في المعمل قد يسهل حملها والتنقل بها ولكن لم تحقق نجاحاً كبيراً ولم تكن بالدقة  
المطلوبة. ولهذا فإن الاختبارات الميدانية تنفذ فقط للألعاب في حالة عدم قدرة الباحث في  
إيجاد أو السيطرة على المؤثرات اللازمة للقياس داخل المعمل.

### ٣. الاختبارات الموقوتة:

وهي نمط من الاختبارات والتي يستخدم الوقت لتقويم الأداء مثل اختبار العدو ١٠٠م حيث  
يستخدم الزمن الذي يسجله المختبر كمؤثر لتقويم السرعة في العدو. وتعني الاختبارات  
الموقوتة بأنه يوجد زمن محدد لأداء الاختبار وأنه يسمح للمختبر ان يؤدي الاختبار خلال  
الزمن المقرر له فقط باختبار العدو لمدة (٤) ثانية واختبار بيوربي (١٠) ثانية لقياس  
الرشاقة او قد يحدث أن تتضمن الاختبارات الموقوتة تكرار أداء نفس المهارة لفترة زمنية  
محددة كما في اختبار التصويب على السلة لمدة (٣٠) ثانية حيث يستهدف الاختبار تسجيل  
أكبر عدد ممكن من الأهداف في زمن (٣٠) ثانية واختبار تمرير الكرة على حائط لمدة (١٥)  
ثانية لتسجيل أكبر عدد من التمريرات الصحيحة خلال الزمن المقرر للاختبار.

### ٤. اختبارات المسافة:

يعد لإستخدام اختبارات المسافة (شريط القياس) لقياس مسافة الرمي مسافة الوثب في اختبار  
الوثب العمودي أو الوثب الطويل. أو في اختبار رمي الكرة الناعمة لأطول مسافة ممكنة.  
وعند دفع جسم أو هدف لأطول مسافة ممكنة أو لقياس مسافة الوثب أو القفز. أو عند دفع  
جسم لأطول مسافة ممكنة كما في اختبار دفع الكرة الطبية. او في غيرها.

فالمسافات تستخدم كمقياس تدل على الأداء في العديد من الأختبارات مثل الوثب العمودي، الوثب الطويل. كما تستخدم لبعض الأنشطة الرياضية مثل السباحة العدو، الركض، القفز بعضا الزانة، الرماية بالسهام وغيرها.

ويرى المختصين أن أختبارات المسافة تعطي دائما معاملات ثبات مستقرة نظر لأنه يمكن قياس المسافة التي تقطعها الاداة بدقة. وان أهم ما يميز هذا النوع من الأختبارات هو أنها تتطلب كل من القوة والدقة.

٥. أختبارات الأداء المتكرر:

تتطلب بعض الأختبارات حساب مرات الأداء الصحيحة التي ينجح فيها المختبر خلال فترة زمنية محددة، أو عندما يؤدي لعدد محدد من التكرارات أو المحاولات، وفي العادة يمنح المختبر نقطة واحدة في كل مرة (محاولة) من مرات الأداء الصحيحة حيث يمثل مجموع النقاط في جميع المرات (المحاولات) درجة المختبر.