

استخدام جهاز (POLAR H10) لتحليل النبض والسرعات الحرارية ومقارنتها بين مراكز اللعب للاعبين الدوري الممتاز العراقي بكرة القدم ٢٠١٧ - ٢٠١٨ م.

أ.د. أحمد خميس راضي الأمير حيدر حسين

٢٠١٨ م

١٤٣٩ هـ

مستخلص البحث باللغة العربية.

تضمن البحث خمس أبواب احتوى الباب الأول على مقدمة البحث وأهميته وتم التطرق إلى أهمية

تكمين أهمية البحث في دراسة خصوصية كل مركز من مراكز اللعب في كرة القدم باستخدام جهاز الكتروني، بواسطتها نستطيع التعرف على معدل ضربات القلب، وكمية السرعات الحرارية المستهلكة، أما مشكلة البحث فتكمن في أن أغلب المدربين يعتمدون على منهج تدريبي واحد للاعبين الفريق كافة، من دون الأخذ بنظر الاعتبار خصوصية كل مركز من مراكز اللعب، وما يتطلبه من إمكانات بدنية وفسولوجية، فضلا عن عدم مراقبة التغيرات الحاصلة في الأجهزة الوظيفية وإجراء الاختبارات الضرورية لذلك. وقد هدفت الدراسة إلى: التعرف على بعض المؤشرات الفسيولوجية باستخدام جهاز (polar H10)) لمراكز اللعب للاعبين الدوري الممتاز العراقي بكرة القدم، فضلا عن التعرف على الفروق بين مراكز اللعب في بعض المؤشرات الفسيولوجية باستخدام جهاز (Polar H10) (بكرة القدم).

أما فرضيتنا البحث فكانت: يوجد تباين في النبض والسرعات الحرارية لمراكز اللعب للاعبين الدوري الممتاز العراقي بكرة القدم، فضلا عن وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللعب في النبض والسرعات الحرارية بكرة القدم.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة، واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية، وهم: لاعبي فرق (الطلبة والنفط وامانة بغداد)، وحللت (٥) مباريات كاملة لكل مركز من مراكز اللعب لكل فريق، وعليه أصبح العدد (١٥) مباراة لكل مركز، واستخدم الباحث جهاز (Polar H10) لقياس المؤشرات الفسيولوجية، وفي ضوء النتائج التي حصل عليها الباحث توصل الى استنتاجات كان من أهمها: هناك تباين واضح بين مراكز اللعب كافة في متغيري النبض والسرعات الحرارية المستهلكة.

Abstract.

Using Polar H10 for Analyzing pulse and calories and Comparing Positions Of Iraqi Soccer League 2017 – 2018

The importance of the study lies in studying each position in soccer using modern electronic devices through which one can identify heart rate, calories expenditure. The problem of the study lies in coaches using one training program for all players regardless of their positions' uniqueness and re physical and physiological requirements. The study aimed at identifying some physiological indicators using Polar H10 of Iraqi soccer premier positions as well as identifying differences among positions in some physiological indicators using Polar H10. The researcher hypothesized variances in pulse and calories for Iraqi soccer premier positions as well as statistical differences among positions in pulse and calorie in soccer. The researcher used the descriptive method. The subjects were selected randomly from Al Telaba, Al Nefet and Amana Baghdad clubs. Five matches were analyzed for each position and each club reaching a total of fifteen matches for each position using Polar H10 for physiological indicators. The results showed clear variations between the positions in the pulse and calories variables.

Keywords: Polar H10, soccer, physiological indicators, calories.