

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	اشرف علي الزبيدي
البريد الالكتروني	لا يوجد
المهنة	لا يوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	منهج وجهاز تأهيلي مقترح وفقاً للمتغيرات البيوميكانيكية وتأثيره في تطوير المشي للمعاقين بالبتنر الأحادي تحت الركبة
السنة	٢٠١٠
ملخص الاطروحة	اشتملت الأطروحة على خمسة أبواب وعلى النحو الآتي :
	<p>❖ <u>مقدمة البحث وأهميته.</u></p> <p>دخل علم البيوميكانيك في مجالات عدة ومن إحدى هذه المجالات المجال العلاجي والتأهيلي وخاصة في مساعدة وتأهيل المعاقين من ذوي البتور إذ تعد من الأنواع الأكثر شيوعاً في مجال العوق البدني. لذلك فإن دراسة المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة ببدايل الأطراف السفلى التي تؤثر بشكل كبير في حركة هؤلاء المبتورين والتي ستؤدي إلى التعرف على أهم الخصائص الميكانيكية للقوى المحركة للطرف الصناعي، عند وضع البرامج التأهيلية الخاصة بهم والتي تؤدي إلى تحقيق التوازن والاستقرارية وطبيعة المشي لهؤلاء الذين يستعملون الطرف الصناعي.</p>
	<p>لذلك يجب أن توضع هذه البرامج التأهيلية بحيث تحقق تأقلم المعوق المبتور البدني والوظيفي على وضعه الجديد بعد البتر، وعلى استخدامه للطرف الصناعي ويتم ذلك عن طريق تدريبات تأهيلية منتظمة تقسم إلى قسمين هما تمرينات تأهيلية للجزء المتبقي من الطرف المعاق التي تعتمد على التمرينات البدنية وتمرينات تأهيلية باستخدام الطرف الصناعي التي تعتمد على تمرينات بدنية وتمارين للتوازن التي تساعد على تأقلم المعوق مع الطرف الصناعي.</p> <p>وتجلت أهمية البحث في وضع منهج تأهيلي وفقاً للمتغيرات البيوميكانيكية ومعرفة تأثيرها في تطوير المشية الخاصة بالأشخاص المبتورين بالبتنر الأحادي تحت الركبة كذلك استخدام جهاز مقترح كأحد الوسائل المساعدة في تطوير وتقييم الزوايا الحركية وإعطاء الحلول الناجعة لها ومن ثم مساعدتهم في التغلب على الصعوبات البدنية والوظيفية بعد استخدام الطرف الصناعي وبما يضمن الوصول إلى أفضل زوايا للمديات في حركة الطرف الصناعي الذي يستخدمه المعوق المبتور.</p> <p>❖ <u>مشكلة البحث :</u></p>

تكمن مشكلة البحث في وجود قصور في نوع التمارين والأجهزة التأهيلية التي يتم الاعتماد عليها في تأهيل المعوق المصاب بالبتير بعد لبس الطرف الصناعي تحت الركبة وطرائق تقويم المشية من الناحية البيوميكانيكية والفنية ومن ثم عدم إمكانية تلافي الأخطاء في مشية المعوق بعد استخدامه الطرف الصناعي فضلاً عن عدم وجود منهج تأهيلي يستند إلى الأسس البيوميكانيكية في تطوير المشية الخاصة بهؤلاء المعاقين ، ومن هذا تولدت مشكلة البحث في تصميم منهج وجهاز تأهيلي وفق أسس بيوميكانيكية علمية صحيحة لبيان تأثيرها في تأهيل المعاقين في هذا النوع من العوق.

#### ❖ أهداف البحث :

- ١- التعرف على أهم المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة بطبيعة المشي للمعاقين بالبتير الأحادي تحت الركبة.
- ٢- تصميم جهاز تأهيلي لتدريب المشي للمعاقين بالبتير الأحادي تحت الركبة.
- ٣- إعداد منهج تأهيلي وفقاً للمتغيرات البيوميكانيكية والجهاز المقترح للمعاقين بالبتير الأحادي تحت الركبة.
- ٤- معرفة تأثير التمرينات التأهيلية والجهاز التأهيلي المقترح بتقويم المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة بطبيعة المشي للمعاقين بالبتير الأحادي تحت الركبة.

#### ❖ فروض البحث :

- ١- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الإختبارات القبلية والبعدية في بعض المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة بطبيعة المشي للمعاقين ببتور تحت الركبة.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الإختبار القبلي في بعض المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة بطبيعة المشي للمعاقين ببتور تحت الركبة والنموذج الطبيعي.
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الإختبار البعدي في بعض المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة بطبيعة المشي للمعاقين ببتور تحت الركبة.

#### ❖ إجراءات البحث الميدانية:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة للوصول إلى تحقيق أهداف الدراسة. وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم من المعوقين المتواجدين في العيادة التعليمية في قسم التأهيل الطبي \ صناعة الأطراف والمساند والمصابين ببتير الأطراف السفلى تحت الركبة وعددهم واحد لكل مستوى من مستويات بتور تحت الركبة الثلاثة فضلاً عن شخص طبيعي وبعدد (١) لغرض إجراء المقارنة في المتغيرات البيوميكانيكية الذي تم إجراء الفحص الطبي عليه من طبيب مختص في أمراض العظام والمفاصل لغرض التأكد من خلوه من أي تشوه في الأطراف السفلى والجذع.

واستخدم الباحث التصوير الفيديوي للأشخاص المبتورين والشخص السليم الذي تم أخذه كنموذج طبيعي في أثناء أداء حركة المشي، لغرض استخراج المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة بمراحل المشي. بعد ذلك تم إخضاع أفراد العينة للمنهج التأهيلي الذي تضمن تمرينات تأهيلية فضلاً عن التمارين على الجهاز المقترح والذي تم تصميمه من لدن الباحث ووظيفته تقويم الانحرافات التي تحدث في الطرف السفلي السليم والمبتور والجذع. بعد ذلك استخدم الباحث التصوير الفيديوي للتعرف على تأثير التمرينات والجهاز المقترح على تحسين المتغيرات الخاصة بحركة المشي بعد مقارنتها بالقياسات الطبيعية للشخص السليم. وتم استخراج نتائج المتغيرات باستخدام برامج الحاسوب الخاصة بتحليل المتغيرات البيوميكانيكية للبحث.

#### ❖ الاستنتاجات :

توصلت الدراسة إلى عدد من الاستنتاجات كان أهمها:

- ❖ أدى البرنامج التأهيلي إلى حدوث زيادة في طول الخطوة الطويلة للرجل السليمة والرجل المبتورة وتقليل الفترة الزمنية لها ولجميع أفراد العينة في الاختبار البعدي قياساً بالشخص الطبيعي.
- ❖ أظهرت النتائج حدوث تحسن في قابلية أفراد العينة على توزيع وزن الجسم بشكل شبه متساوي على كل من الرجل السليمة والمبتورة من خلال تقليل الفروق في الأوزان الموضوعة على كل رجل في أثناء اختبار توزيع الوزن على الرجل السليمة والمبتورة.

- ❖ أدى البرنامج التأهيلي إلى تحسن زوايا مفصل الكاحل للرجل السليمة لأفراد العينة في جميع مراحل المشي نسبياً إلى الشخص الطبيعي من خلال زيادة وتقليل الزاوية وبما تتطلبه مراحل المشي، وكان أكبر تحسن للزاوية لدى كل من المعوق الأول والثاني.
  - ❖ أدى البرنامج التأهيلي إلى زيادة قابلية أفراد العينة على التحكم بحركة الطرف الصناعي والذي ظهر من خلال تحسن زوايا قدم الطرف الصناعي للرجل المبتورة وفي جميع مراحل المشي نسبياً إلى الشخص الطبيعي، وكان أكبر تحسن للزاوية لدى المعوق الأول والثالث.
  - ❖ أن البرنامج التأهيلي أدى إلى حدوث تحسن في قابلية أفراد العينة على التحكم بحركة مفصل الركبة للرجل المبتورة في أثناء المشي والذي أدى بالتالي إلى زيادة القابلية على التحكم بحركة الطرف الصناعي وفي اغلب مراحل المشي نسبياً إلى الشخص الطبيعي.
  - ❖ التوصيات:
- وفي ضوء الاستنتاجات توصي الدراسة بعدد من التوصيات أهمها:

- ١- استخدام المنهج والجهاز التأهيلي المقترح في المناهج التأهيلية الخاصة بالأشخاص المبتورين ببتور تحت الركبة في المؤسسات الصحية المتخصصة ، لما أثبتته المنهج التأهيلي والجهاز المقترح من فعالية في تطوير وتحسين المتغيرات الخاصة بحركة المشي لدى أفراد عينة البحث لاعتماده على النواحي البيوميكانيكية والبدنية الضرورية لتحديد الانحرافات التي تحدث في أثناء مراحل المشي.
- ٢- لعدم وجود بيانات حول المتغيرات البيوميكانيكية الخاصة بحركة المشي الخاص بالمعاقين المصابين بالبتور الأحادي تحت الركبة في دراسات سابقة يمكن استخدام هذه النتائج التي توصل إليها الباحث كمؤشرات أولية لأغراض التحليل والمقارنة من لدن الباحثين.
- ٣- يمكن إجراء دراسة حول إمكانية استخدام الجهاز التأهيلي المصمم لموضوع البحث في تطوير حركة المشي بعد العمليات الجراحية الخاصة بالأطراف السفلى مثل عمليات تأهيل مفاصل الأطراف السفلى.
- ٤- إجراء دراسات وبحوث مشابهة لهذه الدراسة بعدها المرحلة الأولى في عملية تأهيل المعاقين المصابين بالبتور تحت الركبة ، إذ يمكن إجراء بحوث مشابهة على المعاقين المصابين بالبتور فوق الركبة لما لهذا البتر من صعوبة في عملية التأهيل بسبب فقدان جزء أكبر من الطرف السفلي ومفصل مهم مثل مفصل الركبة.

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	ثامر صبحي محمد عبد القادر قطيش
البريد الالكتروني	لايوجد
المهنة	لايوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تأثير استخدام التمرينات المركبة بالأسلوب التنافسي في تطوير السرعة لأداء بعض المهارات الهجومية بكرة القدم لدى اللاعبين الشباب
السنة	٢٠١١
ملخص الأطروحة	<p>اشتملت الأطروحة على خمسة أبواب هي :</p> <p><u>الباب الأول:</u> -</p> <p>احتوى الباب على التعريف بالبحث وشمل مقدمة البحث وأهميته، إذ تم التطرق من خلالها إلى الرياضة في عصرنا الحديث، وإن الارتقاء والوصول إلى المستويات العليا يعد ظاهرة حضارية متقدمة. وإلى التطور السريع في لعبة كرة القدم وعدها لعبة تنافسية، وهذا نتيجة للاهتمام بعلم التدريب وعلاقته بالعلوم الأخرى والاعتماد عليها. فضلاً عن مفهوم عملية التدريب وهدفها في لعبة كرة القدم وبيان أهميتها من حيث التخطيط الجيد للأحمال التدريبية واستخدام الطرائق والوسائل التدريبية المناسبة والمؤثرة لتحقيق المستوى المطلوب، فضلاً عن الحديث عن ميزة أسلوب اللعب الحديث بكرة القدم ومتطلباته. وتم التطرق إلى أهمية استخدام التمرينات المركبة والتركيز</p>

على الأسلوب التنافسي في التدريب وأهميته من حيث التأثير الإيجابي الكبير في مستوى اللاعب من خلال حثه على بذل مجهود عالٍ ووضعه في جو تدريبي فعال أشبه بجو المباراة، إضافة إلى الحديث عن المهارات الهجومية وأهميتها بالنسبة للاعب في تحقيق الأهداف المطلوبة من الناحية الهجومية، فضلاً عن أهمية البحث التي تبلورت في تركيز الضوء للتعرف على تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام التمرينات المركبة (بالأسلوب التنافسي) في تطوير سرعة الأداء لبعض المهارات الهجومية بكرة القدم على عينة من لاعبي فئة الشباب بأعمار (١٧-١٨) سنة.

#### مشكلة البحث :-

وتكمن في استخدام أغلب المدربين للتمرينات المركبة على وفق أسلوب تدريبي تقليدي، أي ليس هناك ضمن هذه الاستخدامات تحديد زمن لسرعة تنفيذ التمرينات المركبة، وهذا لا يتناسب ومتطلبات اللعب الحديث في لعبة كرة القدم من حيث سرعة الأداء هذا من ناحية، وعدم استخدام التمرينات المركبة وفق الأسلوب التنافسي الخاص من ناحية أخرى. لذا لجأ الباحث إلى الخوض بدراسة تعالج هذه الظاهرة المهمة.

#### أهداف البحث :-

- إعداد التمرينات المركبة (بالأسلوب التنافسي).
- معرفة تأثير استخدام تمرينات المركبة (بالأسلوب التنافسي) في تطوير السرعة لأداء بعض المهارات الهجومية بكرة القدم بأعمار (١٧-١٨) سنة.
- التعرف على أفضلية الأساليب في تطوير السرعة لأداء بعض المهارات الهجومية بكرة بأعمار (١٧-١٨) سنة.

#### فروض البحث :-

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الإختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في متغيرات البحث.
- هناك أفضلية في استخدام التمرينات المركبة بالأسلوب التنافسي في تطوير السرعة لأداء بعض المهارات الهجومية بكرة القدم.

#### مجالات البحث :-

واشتملت على المجال البشري الذي تمثل بلاعبي نادي الصناعة الرياضي (فئة الشباب) وعددهم (٢٠) لاعباً، وتحدد المجال الزماني من تاريخ (٢٥/٤/٢٠١٠) ولغاية (٢٨/٧/٢٠١٠)، في حين كان المجال المكاني في ملعب نادي الصناعة الرياضي – بغداد .

#### الباب الثالث :-

تطرق الباحث في هذا الباب إلى منهجية البحث وإجراءاته الميدانية إذ استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث، أما عينة البحث فتكونت من (٢٠) لاعباً تم اختيارهم عشوائياً من أصل (٣٢) لاعباً من لاعبي نادي الصناعة بكرة القدم (فئة الشباب) بأعمار (١٧-١٨) سنة، وقسمت عينة البحث إلى مجموعتين كل مجموعة تضم (١٠) لاعبين على وفق ترتيب الأرقام الفردية والزوجية، وتم تحديد المجموعتين الضابطة والتجريبية بالطريقة العشوائية (طريقة القرعة).

وأجرى الباحث الإختبارات القبلية البدنية لكلتا المجموعتين الضابطة والتجريبية يوم الأحد المصادف (٩/٥/٢٠١٠) أما الإختبارات المهارية فأجريت يوم الاثنين المصادف (١٠/٥/٢٠١٠) وعلى ملعب نادي الصناعة الرياضي – بغداد وكانت الإختبارات البدنية والمهارية التي استخدمها الباحث هي :

- اختبار نيلسون للإستجابة الحركية.
- اختبار ركض (٣٠ م) من البداية الطائفة.
- اختبار الدرجة بالكرة لمسافة (٢٠ م) والرجوع.
- اختبار المناولة باتجاه مسطبة لمدة (٢٠ ثانية).

- اختبار ركل الكرة نحو الهدف لمدة (١٠ ثوانٍ).  
بعدها تم تطبيق التجربة الرئيسة وذلك يوم الأربعاء المصادف (٢٠١٠/٥/١٢) ولغاية يوم الأحد المصادف (٢٠١٠/٧/٢٥) أي لمدة (١٠) أسابيع بواقع وحدتين في الأسبوع، إذ بلغ عدد الوحدات التدريبية (٢٠) وحدة تدريبية، وبعد الانتهاء من التجربة الرئيسة أجرى الباحث الاختبارات البعيدة البدنية لكلتا المجموعتين في يوم الثلاثاء المصادف (٢٠١٠/٧/٢٧) والاختبارات المهارية في يوم الأربعاء المصادف (٢٠١٠/٧/٢٨). وقد استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة النتائج.

#### الباب الرابع : -

اشتمل الباب على عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، إذ قام الباحث بعرض نتائج أفراد عينة البحث التي تم التوصل إليها وتحليلها ومناقشتها علمياً بالإعتماد على المصادر والمراجع التي تدعم ما توصل إليه، إذ توصل البحث إلى حدوث تطور في سرعة الاستجابة والسرعة القصوى وتطور في سرعة الأداء للمهارات الهجومية المختارة (الدرجة والمناولة والتهديف) بكرة القدم .

#### الباب الخامس : -

##### الاستنتاجات :

بعد عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعتين الضابطة والتجريبية، توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- ١- إنَّ التدريب على وفق نظام الأسلوب التنافسي يحقق مستوى جيد من التكيف على ظروف وجو المباراة، وذلك من خلال تعريض وضع اللاعب تحت ظروف وأجواء تدريبية مشابهة لما يحدث في المباراة.
- ٢- من خلال نتائج نسبة التطور في متغيرات البحث تبين أن التدريب على التمرينات المركبة على وفق الأسلوب التنافسي أفضل من الأسلوب التقليدي في تطوير السرعة لأداء بعض المهارات الهجومية بكرة القدم.

##### التوصيات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه ومن خلال النتائج التي توصل إليها البحث بأستخدام الوسائل الإحصائية ومناقشتها، توصل الباحث إلى التوصيات الآتية :

- ١- الاهتمام من قبل المدربين في لعبة كرة القدم على استخدام التمرينات المركبة في التدريب لما لها من تأثير فعال في تنمية جوانب التدريب كافة إضافة إلى الاختيار الجيد لنوعية التمرينات المناسبة والهادفة والتي تحقق أهداف التدريب.
- ٢- التركيز على استخدام التمرينات المركبة على وفق الأسلوب التنافسي بالتدريب لما له من تأثير إيجابي في تطوير السرعة لأداء بعض المهارات الهجومية بكرة القدم.

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	حمد عفات رشيد
البريد الالكتروني	لايوجد
المهنة	لايوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تأثير منهج تدريبي تاهيلي لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارية بالكرة الطائرة للمعاقين عقليا ( الإعاقة البسيطة )
السنة	٢٠١٠
ملخص الاطروحة	اشتملت الاطروحة على خمسة أبواب هي الباب الاول : التعريف بالبحث

من المنطق أنَّ الافراد المعاقين عقلياً من الفئة البسيطة يمتلكون قدرات افضل من ذوي الإعاقة المتوسطة والشديدة لكونهم قادرين على التعلم والتدريب، فكلما زادت درجة الإعاقة العقلية (متوسطة او شديدة ) كلما ضعفت إمكاناتهم وقدراتهم على التعلم، وعن طريق إعداد المناهج التدريبية والمناهج التربوية المتكاملة لهذا الغرض خدمة لهذه الشريحة التي تعد جزءاً من المجتمع والتي يجب الاهتمام بها بشكل خاص علماً أنَّ هذه الفئة تتراوح نسبة الذكاء لديهم بين (55-68-70) ° درجة على وفق مقياس ( وكسلر وبينييه ) للذكاء . فالتدريب المنظم يؤدي الى تطوير القدرات البدنية والمهارية وتأهيل المعاق، ويعمل على الارتقاء ورفع المستوى الرياضي لغرض تحقيق الانجاز والفوز في الالعاب والمسابقات الرياضية، لتسهيل عملية دمجهم في المجتمع وتأهيله. وتكمن أهمية الدراسة في وضع منهج تدريبي تأهيلي للمعاقين عقلياً في الكرة الطائرة كمهارات ( التمرير من فوق الرأس ، والإرسال ، والتمرير من الأسفل ورمي الكرة وضربها والضرب الساحق) وتهيئة الفريق العراقي للمعاقين عقلياً بالكرة الطائرة للمشاركة في البطولات والمنافسات للحصول على نتائج مميزة . إذ هدف البحث الى تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية للمعاقين عقلياً (الإعاقة البسيطة ) وافترض الباحث وجود فروق ذات دلالة احصائية في بعض القدرات البدنية والمهارية بالكرة الطائرة لذوي الإعاقة البسيطة بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي .

أمّا مجالات البحث فاشتملت على المجال البشري وهم (١٠) لاعبين معاقين عقلياً من ذوي الإعاقة البسيطة وتحدد المجال المكاني بقاعة كلية التربية الرياضية للبنات في حين تحدد المجال الزماني بالمدة من ٨/٤/٢٠٠٩ لغاية ١/٩/٢٠١٠.

#### الباب الثاني : الدراسات النظرية والمشابهة

اشتملت الدراسات النظرية على ثلاثة محاور تمثل المحور الأول بالإعاقة وتعريفاتها والإعاقة العقلية ومفهوم العوق والعوق العقلي وأسباب الإعاقة العقلية والاضطرابات المؤدية إلى الإعاقة العقلية وتصنيفها وخصائص المعاقين عقلياً والتصنيف التربوي ، واشتمل المحور الثاني على التدريب الرياضي للمعاقين عقلياً، وأهمية الرياضة لذوي العوق الذهني والأنشطة الرياضية وتدريب وتطوير المهارات الترويحية للمعاقين عقلياً وفوائد الرياضة والترويج للمعاقين عقلياً وأهداف رياضة المعاقين وأهميتها والعقبات التي تقف دون اشراك المعاقين في البرامج الرياضية والترويحية وإعادة تأهيل المعاقين في المجتمع.

أمّا المحور الثالث فاشتمل على المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (التمرير من فوق الرأس ، ومهارة الإرسال المواجه الأمامي من الأسفل ، ومهارة التمرير من الأسفل، ومهارة رمي الكرة وضربها، مهارة الضرب الساحق). والقدرات المهارية وأهميتها في الكرة الطائرة.

#### الباب الثالث : منهجية البحث وإجراءاته

اعتمد الباحث المنهج التجريبي للوصول الى تحقيق أهداف البحث ، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتخب العراق لاتحاد الاولمبياد الخاص بالمتخلفين عقلياً من المستوى البسيط للعبة الكرة الطائرة البالغ عددهم (١٢) لاعباً وتم استبعاد (٢) لاعبين منهم في التجربة الاستطلاعية ويمثلون (٨٣%) من مجتمع البحث لحدثة انضمامهم للمنتخب وأجري الباحث عليهم التجربة الاستطلاعية للتأكد من سلامة عمل الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث واختار الباحث الإختبارات الخاصة بالمعاقين عقلياً ، وبمساعدة فريق العمل المساعد تم تطبيق المنهج الذي أعده الباحث (\*) لمدة (١٢) أسبوعاً وأخيراً احتوى الباب على الوسائل الاحصائية المستخدمة في معالجة البيانات .

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	سعدون ناصر حافظ
البريد الالكتروني	لايوجد
المهنة	لايوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	دراسة تتبعية لمتطلبات التدريب و الانجاز لأفضل راكصي الماراثون في العراق للسنوات (١٩٨٠-١٩٨٥) و (٢٠٠٥-٢٠١٠)
السنة	٢٠١١

### الباب الثاني :- الدراسات النظرية.

احتوى هذا الباب على الدراسات النظرية حيث تطرق الباحث إلى نبذه تاريخيه عن الأركاض كذلك نبذه مختصره عن فعالية ركض الماراثون كما تطرق إلى التحليل وشروطه والى انظمه الطاقة فضلاً عن عرض تفصيلي للمتطلبات التدريبية الماراثونية قيد الباحث والبالغ عددها (٦) متطلبات.

### الباب الثالث :- منهج البحث و إجراءاته الميدانية.

استخدم الباحث المنهج التاريخي و بأسلوب التحليل لبعض متطلبات التدريب الماراثوني ذات التأثير الفعال على مستوى الانجاز الرقمي لعداء الماراثون و التي تم تنفيذها من قبل عينات البحث . فيما تكونت عينات البحث و التي اختارها الباحث بصورة عمدية من عداءان اثنان و أولهما أفضل عداء عراقي في ركض الماراثون للحقبة الزمنية (١٩٨٠-١٩٨٥) ممثلاً بالمتطلبات التدريبية الماراثونية التي تضمنها برنامجه التدريبي السنوي لعام (١٩٨١) و المتضمن أفضل انجاز رقمي له خلال الحقبة الزمنية المذكورة و قدره (٢,٢١,٥٢) ساعة و ثانيهما أفضل عداء عراقي في ركض الماراثون للحقبة الزمنية (٢٠٠٥-٢٠١٠) ممثلاً بالمتطلبات التدريبية الماراثونية التي تضمنها برنامجه التدريبي السنوي لعام (٢٠٠٥) و المتضمن أفضل انجاز رقمي له خلال الحقبة الزمنية المذكورة و قدره (٢,٣١,١) ساعة كما قام الباحث بتصميم استمارة البحث المتضمنة للمتطلبات التدريبية ومن ثم قام بتفريغ الأجوبة الخاصة بعينات البحث في جداول منفردة يتخصص كل جدول بمتطلب تدريبي معين وذلك لتسهيل عملية عرضها و تحليلها و مناقشتها.

### الباب الرابع :- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

قام الباحث بعرض النتائج التي توصل إليها وتحليلها ومناقشتها من خلال البيانات التي تم تفريغها وتبويبها في الجداول الخاصة بكل متطلب تدريبي من متطلبات التدريب الماراثوني وعددها (٦) لتوضيح النتائج التي توصل إليها.

### الباب الخامس:-

#### 5 - الاستنتاجات والتوصيات.

##### 5-1 الاستنتاجات.

بعد عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها ثم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:-

- 5-1-1 انخفاض حجم الركض العام لدى عدائي العراق المعاصرين بركض الماراثون.
- 5-1-2 افتقار العملية التدريبية الماراثونية في العراق إلى متطلبات تدريبية تخصصية.
- 5-1-3 تأرجح العدائين العراقيين السابقين والمعاصرين بين فعاليات ركض الماراثون تدريبا وتسابقا مما أدى إلى تشتت جهودهم التدريبية وبالتالي انخفاض مستوى انجازاتهم الرقمية.
- 5-1-4 قلة التدريبات الهادفة إلى تنميه مطاوله القوه لعدائي العراق المعاصرين بركض الماراثون.
- 5-1-5 عدم إخضاع عدائي العراق المعاصرين بركض الماراثون إلى مشاركات تسابقية بصورة كافية وكذلك قلة عدد أيامهم التدريبية السنوية وقلة الوحدات التدريبية السنوية واليومية.
- 5-2 التوصيات:-

من خلال النتائج التي توصل اليها أوصى الباحث بما يأتي.

- 5-2-1 توجيه انتباه المدربين و وعيهم إلى ضرورة العمل على زيادة حجم الركض العام لعدائي العراق بركض الماراثون كونه متطلبا تدريبيا في غاية الأهمية وعنصرا تدريبياً محددا للانجاز الرقمي لتلك الفعالية.
- 5-2-2 ضرورة إعطاء الأهمية البالغة لتنمية الصفة البدنية التخصصية لفعالية ركض الماراثون (المطاوله) ورفع كفاءة نظام الطاقة المسيطر غالباً على اداء فعالية الماراثون و هو النظام الأوكسجيني.
- 5-2-3 توجيه انتباه المدربين و الإداريين نحو أهمية التدريب التخصصي و المشاركات التخصصية.
- 5-2-4 الاهتمام بعملية إعطاء الجرعات التدريبية الكافية التي تهدف إلى تنميه مطاوله القوه لدى عداء الماراثون وذلك من خلال الركض في الأراضي المتموجة
- 5-2-5 إشراك المتسابقين الماراثونيين بعدد كاف من المسابقات الرسمية وكذلك الاختبارات الجزئية .

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	سماح نور الدين عيسى موسى
البريد الالكتروني	لا يوجد
المهنة	تدريسي
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تعديل وتقنين اختبار هارفارد للخطوة لقياس القدرة الأوكسجينية على وفق منصة بأرتفاعات مختلفة بدلالة مؤشر الوزن والنبض وزاوية الركبة على طلاب كلية التربية الرياضية بأعمار (١٩ - ٢٤) سنة
السنة	٢٠١٠



عليه استخدمت الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لغرض تحقيق أهداف الدراسة ، أما عينة البحث فتم اختيار مجتمع البحث عمدياً وهم طلاب كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد بأعمار ( ١٩ – ٢٤ ) سنة ، إذ بلغ عدد أفراد عينة البحث ( ٦٥٨ ) طالباً من المراحل جميعها والأقسام الدراسية الثلاثة ( التدريب – التدريس – الصحة والترويج ) ، منهم ( ٥٠٢ ) طالب لأغراض التجربة الرئيسية و ( ٧٢ ) طالب لأغراض الأسس العلمية ( الثبات – الموضوعية ) و ( ٨٤ ) طالباً لأغراض ( الصدق التمييزي ) . وقامت الباحثة بأجراء أربع تجارب أستطلاعية لأغراض التأكد من سلامة وصلاحية الجهاز المعدل فضلاً عن تجارب أستطلاعية أخرى لأغراض أيجاد الأسس العلمية ( الصدق التمييزي – الثبات – الموضوعية ) .

و استخدمت الباحثة الوسائل الأحصائية الآتية ( الوسط الحسابي – الإنحراف المعياري – معامل الارتباط البسيط ) بيرسون ( ) - اختبار (ت) لدلالة الفروق لمتوسطين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين – النسبة المئوية – الخطأ المعياري – الرقم الثابت – الدرجات المعيارية المعدلة بطريقة التتابع – معامل الإنثناء ) .

وأشتمل الباب الرابع على عرض وتحليل ومناقشة النتائج لعينة البحث الرئيسية ولكل فئة عمرية ( ١٩ – ٢٤ ) سنة من خلال أيجاد الدرجات والمستويات المعيارية وحدودها والنسب المئوية المتحققة لكل مستوى ولكل فئة عمرية . أما أهم الإستنتاجات فهي :

١ – لقد تم تعديل اختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد ) بتصنيع منصة ذو إرتفاعات مختلفة وعلى وفق مؤشرات القدرة ( القوة – المسافة – الزمن ) .

٢ – تم التأكد من صلاحية المنصة لقياس القدرة الأوكسجينية في ( اختبار هارفارد ) من خلال مؤشرات الثقل العلمي للاختبار .

٣ – أستعمل المنصة وتطبيقها أتاح فرصة تقنية على طلاب كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد .

٤ - التوصل الى وضع الدرجات المعيارية لاختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) لأفراد عينة البحث جميعهم ولكل فئة عمرية ممثلة لعينة البحث لأعمار ( ١٩ سنة ) ( ٢٠ سنة ) ( ٢١ سنة ) وبعمر ( ٢٢ سنة ) ( ٢٣ سنة ) ( ٢٤ سنة ) .

٥ - التوصل الى وضع حدود للدرجات المعيارية لاختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) لأفراد عينة البحث جميعهم ولكل فئة عمرية ممثلة لعينة البحث لأعمار ( ١٩ سنة – ٢٠ سنة – ٢١ سنة ) وبعمر ( ٢٢ سنة – ٢٣ سنة – ٢٤ سنة ) .

٦ – التوصل الى تحديد المستويات المعيارية لاختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) لجميع أفراد عينة البحث ، أذ بلغت المستويات المعيارية للاختبار ( ٥ ) مستويات ضمن المستوى المحصور ما بين ( جيد جداً – جيد – متوسط – مقبول – ضعيف ) وكذلك للفئات العمرية الممثلة لعينة البحث لأعمار ( ١٩ سنة – ٢٠ سنة – ٢١ سنة – ٢٢ سنة – ٢٣ سنة – ٢٤ سنة ) .

٧ – تم التوصل الى وضع حدود للمستويات المعيارية لاختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) لأفراد عينة البحث جميعهم ، وللصفات العمرية الممثلة لمجتمع البحث بأعمار ( ١٩ سنة – ٢٠ سنة – ٢١ سنة ) ، ولأعمار ( ٢٢ سنة – ٢٣ سنة – ٢٤ سنة ) .

٨ – انحسر أنجاز عينة البحث ككل في اختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) عند المستويات ( مقبول – متوسط ) .

٩ – انحسر أنجاز الفئات العمرية الممثلة لعينة البحث لاختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) بعمر ( ١٩ سنة ) عند المستويات ( مقبول – متوسط – جيد جداً ) ولم تحقق تلك الفئة العمرية أية نسب تذكر عند المستوى ( جيد ) أذ بلغت النسب المتحققة ( صفر % ) ، أما أنجاز الفئات العمرية ( ٢٠ سنة – ٢١ سنة – ٢٢ سنة – ٢٤ سنة ) فقد انحسر أنجازها عند المستويين ( مقبول – متوسط ) ، والفئة العمرية لعمر ( ٢٣ سنة ) فقد انحسر أنجازها عند المستويين ( ضعيف – مقبول ) .

أما أهم التوصيات التي تم التوصل إليها وفي ضوء النتائج فهي :

١ – التأكيد على أهمية استخدام اختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) بدلاً من الاختبار القديم كونه يمثل دقة علمية رصينة ويحقق الغرض المطلوب منه .

٢ – تعميم اختبار القدرة الأوكسجينية ( اختبار هارفارد المعدل ) عل المدربين العاملين في مختلف الألعاب الرياضية والمنضوين ضمن الاتحادات الرياضية العراقية وفي حدود الفئات العمرية التي أجريت عليها الدراسة الحالية للأفادة منه في التعرف على القدرة الأوكسجينية للاعبين .

٣ – ضرورة التأكيد على استخدام الاختبارات الفسيولوجية ومنها الاختبار (موضوع البحث) في عملية الإنتقاء والتدريب لغرض التعرف على الإمكانية البدنية والفسيولوجية للاعبين وبشكل دوري منتظم لتأشير السلبى منها ومعالجته والحفاظ على الإيجابي والإستمرار في تطويره .

٤ – التأكيد على الأقسام العلمية الثلاثة ( التدريب – التدريس – الصحة والترويج ) في كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد على العمل وبشكل جاد وحريص على تطوير القدرة الأوكسجينية لطلاب الكلية وفق آلية منتظمة ومستمرة وللمواد العملية جميعها للحفاظ على مستوى لائق بدنياً لهؤلاء الطلبة .

٥ – التوسع مستقبلاً في إجراء دراسات وبحوث مشابهة على عينات مختلفة أخرى ( ناشئين – شباب – نساء ) وللجميع .

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	طالب جاسم محسن
البريد الالكتروني	لا يوجد
المهنة	لا يوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تأثيرات التحفيز الكهربائي والتمارين العلاجية في تأهيل العضلات العاملة على مرفق التنس المصاب وبعض القدرات البدنية وأداء الضربة الأرضية الخلفية في التنس
السنة	٢٠١١

#### ملخص الاطروحة

اشتملت الأطروحة على خمسة أبواب :

في الباب الأول تجسدت أهمية البحث في دراسة تأثير الوسائل العلمية المشروعة والفاعلة ومنها التحفيز الكهربائي والتمارين العلاجية وكليهما في تأهيل العضلات العاملة على المرفق والبحث عن وسائل الإسراع في شفاء المصابين والعودة إلى الملاعب سريعاً، فضلاً عن دور التخطيط الكهربائي (EMG) الذي يعتمد على إشارة (البولتوث)، وبرامجه في قياس التخطيط الكهربائي للعضلة وتحليله عند القيام بالأداء الحركي الفعلي والنشاط العضلي المصاحب لذلك الأداء، أما مشكلة البحث تكمن في إهمال اللاعبين المصابين للإصابة وخطورتها في مدى تأثير الإصابة العضلية على مستوى أداء الضربة الأرضية الخلفية في التنس. ومن أهم أهداف البحث إعداد مناهج علاجية في تأهيل العضلات العاملة على مرفق التنس المصاب وبعض القدرات البدنية وأداء الضربة الأرضية الخلفية في التنس. أما أهم فروض البحث بين الوسائل التأهيلية الثلاث تأثير إيجابي في أفضليتها بالتأثير في تأهيل العضلات العاملة على مرفق التنس المصاب وبعض القدرات البدنية وأداء الضربة الأرضية الخلفية في التنس وتكونت عينة البحث من (15) مصاباً بالتنس المرفقي في كلية التربية الرياضية، وفي الباب الثاني تضمنت الدراسات النظرية على سبعة محاور وهي (الجهاز العصبي، التكوين الدقيق للعضلة الهيكلية المخططة، التحفيز الكهربائي، استخدام التخطيط الكهربائي للعضلة EMG، التدريب الدائري، القدرات البدنية والمهارة وأهمية القوة العضلية والعوامل المؤثرة في إنتاج القوة، وأهمية الضربات الأرضية الخلفية بالتنس، إصابة التنس المرفقي)، وأشار الباحث إلى مجموعة من الدراسات المشابهة التي لها علاقة بإجراءات البحث ونتائجه، واستخدم الباحث المنهج التجريبي وأجريت الدراسة على (١٥) مصاباً بالتنس المرفقي، في كلية التربية الرياضية، تم تقسيمهم عشوائياً بطريقة القرعة إلى ثلاث مجاميع متساوية بواقع (٥) خمسة لاعبين لكل مجموعة عملوا وفق المنهج الخاص بكل مجموعة، وفي الباب الرابع تم عرض النتائج المعالجة إحصائياً وتحليلها وتبويبها في مجموعة من الجداول التوضيحية ومن ثم مناقشتها بأسلوب علمي مدعم بالمصادر العلمية وتم التوصل من خلال هذه المناقشة إلى تحقيق أهداف هذا البحث والتحقق من صحة فروضه، أما أهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث تفوق المنهج المعد باستخدام (التحفيز الكهربائي والتمارين العلاجية) في تحقيق نتائج أفضل في تأهيل العضلات المصابة بالتنس المرفقي، كما انتهى البحث إلى مجموعة من التوصيات أهمها تأكيد على استخدام أسلوب (التحفيز الكهربائي والتمارين العلاجية) في إعداد المناهج العلاجية التي تهدف إلى ارتفاع مستوى النشاط العضلي في مستوى أداء الواجب.

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا

---

الاسم الثلاثي	عبد السلام محمد حسين
البريد الالكتروني	لا يوجد
المهنة	تدريسي
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تأثير برنامج تعليمي باستخدام تكنولوجيا التعليم لبعض مفردات منهاج درس التربية الرياضية لطلاب المرحلة المتوسطة
السنة	٢٠١١

وأكتساب الفرد المهارات الحركية الجديدة وبأقل جهد ووقت ممكنين والمحافظة على العملية التعليمية في مدارسنا التي يشترك بها المعلم والمتعلم والمنهج، إذ تكمن أهمية البحث في اعداد منهج تعليمي يستند على المعطيات المذكور سابقاً لتسهيل عملية التعلم لبعض مهارات منهج التربية الرياضية في المدارس المتوسطة وهي (بعض مهارات الجمناستك وبعض مهارات كرة السلة) لتكون أساساً صحيحاً لأعداد مناهج تعليمية لفعاليات رياضية اخرى في التربية الرياضية لوزارة التربية.

وبالنظر كون الباحث متخصص بمسؤولية ادارة النشاطات الرياضية، والاشراف على القائمين بتدريس دروس التربية الرياضية في تربية الكرخ / ١، لحظ استخدام اساليب تقليدية لانتواكب والتطور الحاصل في مجال التعليم، وليس للمتعلم دوراً إيجابياً في الموقف التعليمي، لذا باتت الحاجة مهمة لاستخدام وسائل غير تقليدية لتعلم بعض مهارات الألعاب الفردية والفرقية، كمهارات الجمناستك وكرة السلة، أملاً في تحسين العملية التعليمية لانتواكب مع التطورات العلمية والتكنولوجية الحاصلة في الوقت الحاضر، ومنها استخدام الوسائط المتعدد كالحاسب الاليكتروني والصور الفوتوغرافية كأحد هذه الوسائل المتطورة لتطوير العملية التعليمية في مدارسنا من خلال اعداد برنامج تعليمي للمهارات المعنية التي تشتمل على النواحي جميعها من التعليم والتطبيق والتغذية الراجعة والتقويم، فضلاً عن استخدام الصور الثابتة والمتحركة.

وهدف البحث الى اعداد برنامج تعليمي باستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم لبعض مفردات منهاج التربية الرياضية (الجمناستك وكرة السلة) لمرحلة الدارسة المتوسطة، كذلك التعرف على تأثير البرنامج التعليمي في مستوى تعليم بعض مفردات منهاج التربية الرياضية (بعض مهارات الجمناستك وكرة السلة) لمرحلة الدراسة المتوسطة، والتعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعيدة في مستويات التعلم للمهارات قيد الدراسة للمنهج المعد والمنهج التقليدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

وفرض الباحث وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الإختبارات القبلية والبعيدة لكلتا المجموعتين في مستوى تعلم بعض مهارات الجمناستك وكرة السلة. كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارات البعيدة لمجموعتي البحث في تعلم المهارات المقترحة.

وتناول الباحث موضوعات نظرية عدة تخص موضوع البحث، وأجرى البحث على عينة أختيرت عمداً من طلاب المرحلة الثانية المتوسطة باعمار (١٣-١٤ سنة) (متوسطة المأمون للبنين ومتوسطة عمار بن ياسر) بلغت (٤٠ طالباً)، بواقع (٢٠) طالباً من طلاب المرحلة الثانية من (متوسطة المأمون و (٢٠) طالباً من متوسطة (عمار بن ياسر)، ووقع الاختيار على متوسطة المأمون كعينة تجريبية وقام الباحث بتقسيم طلاب هذه المتوسطة عشوائياً الى مجموعتين تجريبيتين بلغ عدد كل مجموعة (١٠ طلاب) إحداها لمهارات الجمناستك والأخرى لمهارات السلة. أما طلاب متوسطة (عمار بن ياسر) البالغين ٢٠ طالباً كانوا مجموعة ضابطة

قسموا ايضاً بالطريقة العشوائية الى مجموعتين بلغ عدد كل مجموعة (١٠) طالباً لضمان ان لا تكون هناك فرصة لاطلاع أفراد المجموعة التجريبية على البرنامج التعليمي فيما لو كان افراد البحث جميعهم من المدرسة نفسها.

وتم اختيار مهارات الجمناستك وكرة السلة من لدن السادة المختصين وكالاتي:

- مهارات الجمناستك:

- الوقوف على اليدين -الدرجة الامامية المكورة - العجلة البشرية.

أماً مهارات كرة السلة فكانت:

-المنالة الصدرية - الطيطبة من الحركة - التهديف من الثبات

أعد الباحث برنامجاً تعليمياً باستخدام الحاسوب كوسيلة تقنية والصور الثابتة وأعد المحاور الرئيسة بالبرنامج ليمي وكيفية تنفيذه وتصميم استراتيجية التصوير، ووضع النصوص التي ستوضع في البرنامج، فضلاً عن النصوص رؤه عند التطبيق على المهارات تم تصوير انموذج لحركات الجمناستك وآخر لحركات كرة السلة وتم معالجة الافلام امج حاسوبية متعددة، استخدمت في التجربة الرئيسة للبحث، وبعد الانتهاء من إجراء الإختبارات القبلية، تم تطبيق نامج التعليمي ولمدة (٨) أسابيع بعدها أجريت الأختبارات البعيدة وأختبارات الإحتفاظ، وتوصل الباحث الى نتائج منها:

١. نتيجة للبرنامج التعليمي ظهر تكامل الأداء الحركي لمجمل المهارة المطلوبة الذي تمثل تطور الدرجة النهائية للأداء. للمجموعة التجريبية.

٢. لم يكن التطور ملموساً في مستويات الاداء الحركي لحركات الرجلين والذراعين والراس والجذع لمهارات الجمناستك لدى أفراد المجموعة الضابطة التي تعرضت للدروس المعتادة اليومية او الأسبوعية (التقليدية).

٣. إنَّ عرض المهارات قيد الدراسة بواسطة الحاسوب اعطى مردودات ايجابية في تسهيل عملية التعلم من خلال ما يشاهده الطالب من دقة عرض المهارات فضلاً عن قابلية العرض البطئ مما وفّر فرصة جيدة لمعرفة دقائق الحركات وسرعة استيعابها.

٤. كان هناك دور للتغذية الراجعة مع مشاهدة اللاعب لصورة الأداء في رفع مستوى الأداء المهاري عن طريق الاجهزة التقنية المرئية كوسيلة مستحدثه يمكن استخدامها في الدروس العملية.

٥. إنَّ النتائج التي حققتها المجموعة الضابطة ترجع الى الممارسة العملية خلال الدرس التي لا بد أن تؤدي الى تطور نسبي في التعلم ما دام المدرس يتبع الاسس العلمية المتبعة في التعلم والتعليم.

٦. يمتلك المدرس في المدارس المتوسطة خبرة متواضعة في استخدام التقنيات الحديثة في التعليم.

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	عبد علي عبيد الفرطوسي
البريد الالكتروني	لا يوجد
المهنة	لا يوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تأثير استخدام اسلوبي التضمن والتعاوني على وفق الاستراتيجية التكاملية بنوعيهما (J2,J1) في تعلم وتحسين وأحتفاظ مهارة القفز العالي
السنة	٢٠١١

أما إجراءات البحث فقد تضمنت ، منهج البحث إن اختيار المنهج الملائم لطبيعة مشكلة البحث وأهدافه من المتطلبات الضرورية في البحث العلمي ، وعليه فقد إختار الباحث المنهج التجريبي بالتصميم ذي المجموع التجريبية الثلاثة لملائمته طبيعة مشكلة البحث ،مجتمع البحث وعينته تم اختيار مجتمع البحث من طلاب المرحلة الاولى من قسم التدريب، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد للعام الدراسي (2009-2010). إذ بلغ عدد افراد مجتمع البحث (129) طالباً موزعين على (5) شعب وتم اختيار ثلاثة شعب منها بالقرعة وتم تقسيمهم الى ثلاث مجاميع متساوية وبواقع (60) وبمعدل (20) طالباً لكل مجموعة . ولأجل تكافؤ العينة تم اختيار الطلبة من المبتدئين تماماً ، وباعمار متقاربة ، ضمن مرحلة دراسية واحدة، وجنس واحد ومن غير اللاعبين للعبة في الاندية ، وذلك لتجنب نقل أثر التعلم بين مهارات اللعبة والتي ربما تؤثر في أدائهم .إجراءات البحث الميدانية : تحديد اساليب التعلم المستخدمة في البحث :

أجرى الباحث المقابلات الشخصية مع بعض الخبراء والمختصين في مجال طرائق التدريس والالعاب القوى وبالتشاور مع السيد المشرف تم اختيار ثلاثة اساليب لتعلم مهارة القفز العالي للطلاب وهي :

- أ – أسلوب التضمين
- ب- اسلوب التعلم التعاوني (1)
- ج- اسلوب التعلم التعاوني (2)

أختبار الانجاز القفز العالي :وهو اختبار مقنن مستخدم من قبل مدرسي المادة لمعرفة مستوى اداء وانجاز للطلاب لمهارة القفز العالي .

يؤدي كل فرد من افراد العينة اختبار القفز العالي من ركضة تقريبية ونطبق الشروط الخاصة بالقانون الدولي للالعاب القوى (الساحة والميدان) على كل فرد من افراد العينة ويحسب افضل انجاز لا قرب سنتمتر ، وذلك بالاعتماد على ثلاثة خبراء لتقييم مستوى الاداء الفني باعطائهم درجات من (10) عشرة في الاختبارين القبلي والبعدي والاحتفاظ .

أما الباب الرابع فتم عرض النتائج بجدول وتم تحليلها ومناقشتها

واما الباب الخامس الاستنتاجات والتوصيات ، فقد كانت الاستنتاجات :

- \* ظهر تحسن في انجاز القفز العالي والاداء من خلال الاختبارات القبلي والبعدي لعينة البحث .
- \* إن المجموعة التجريبية التي استخدمت اسلوب التضمين كان لها تاثير اكثر في الانجاز والاداء من المجموع الثانية والثالثة .
- \* إن المجموعتين التجريبيتين الثانية والثالثة كانتا متقاربتين في نتائج الاختبارات والانجاز على الرغم من إن الاوساط الحسابية كانت افضل في المجموعة الثانية منها في الثالثة .
- \* إن الاساليب التدريبية ساعدت في تحسين المستوى الرقمي في القفز العالي .
- \* أظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية الاولى المستخدمة (اسلوب التضمين) ثم تليها المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت (اسلوب التعلم التعاوني1) ثم ياتي (اسلوب التعلم التعاوني 2) بالمرتبة الثالثة بالنسبة للانجاز.
- \* التدريس باسلوب التضمين، التعلم التعاوني(2) كانت اكثر فاعلية في تعلم الاداء الفني والانجاز لفعالية القفز العالي .

واما التوصيات :

- استخدام اساليب التدريس ضمن برنامج الاعداد البدني لمسابقات الوثب بانواعه المختلفة .
- اجراءات دراسات مشابهة باستخدام اساليب تدريسية ضمن امكانات تعلم العاب الساحة والميدان والتدريب عليها، وكذلك باستخدام التعلم لى فعاليات اخرى وفي الالعاب الجماعية.
- ضرورة استخدام اسلوب التضمين للمبتدئين والناشئين .
- إن تكون المناهج التدريبية للمبتدئين متنوعة لتطوير المستوى الرياضي والصحي والنفسي للاعبين بصورة متوازنة.
- الاعتماد على استخدام التدريس (باسلوب التضمين وباسلوب التعلم التعاوني) وذلك لما هذا الاسلوب من فاعلية في تطوير وتقدم في الاداء والانجاز لفعالية القفز العالي .
- ضرورة حث وتوجيه القائمين بالعملية التعليمية على اجراء اختبار الاحتفاظ للمتعلمين في نهاية المناهج التعليمية لما للاحتفاظ من اهمية كبيرة في التذكر .

اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	علي محمد خلف
البريد الالكتروني	لا يوجد
المهنة	لا يوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تطور نتائج الأرقام الأولمبية لبعض العاب الساحة والميدان للرجال في مسابقات القفز والرمي والمشي والالعاب العشرية منذ عام ١٨٩٦م ولغاية عام ٢٠٠٤م
السنة	٢٠١١

الأولمبية - ومسيرة تطورها التاريخي فضلاً عن التطرق الى فعاليات القفز وفعاليات الرمي وفعاليات المشي تاريخياً والالعاب العشرية فضلاً عن تضمن تطور الأرقام الأولمبية لفعاليات القفز والرمي والمشي والالعاب العشرية عبر الالعاب الأولمبية الحديثة وتتضمن أيضاً أربع دراسات مشابهة فضلاً عن توضيح أوجه التشابه والاختلاف ومدى الاستفادة من هذه الدراسات.

الباب الثالث : منهج البحث واجراءاته الميدانية

احتوى هذا الباب على منهج البحث اذ استخدم الباحث المنهج التاريخي أو ما يسمى بالمنهج التوثيقي وذلك لملائمته لأهداف الدراسة وتضمن أيضاً وصف عينة البحث ووسائل جمع المعلومات فضلاً عن القوانين الاحصائية المستخدمة في هذا البحث .

الباب الرابع : عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

تضمن هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لمسابقات القفز والرمي والمشي والالعاب العشرية والمثبتة في المنهاج الأولمبي وبدأ من أول دورة أولمبية أقيمت في أثينا عام ١٨٩٦م ولغاية دورة أثينا عام ٢٠٠٤م .

الباب الخامس : الاستنتاجات والتوصيات

وقد تضمن هذا الباب الاستنتاجات والتوصيات التي توصل اليها الباحث من خلال دراسته وأهمها .

ملخص  
الاطروحة

- ١- وجد الباحث أنّ هناك مسابقات استمرت من أول دورة أولمبية أقيمت في أثينا عام ١٨٩٦م ولغاية دورة أثينا عام ٢٠٠٤م وهي ( القفز العالي - الوثب الطويل - الوثبة الثلاثية - القفز بالزانة - قذف النّقل - رمي القرص ) وهذا دليل على مدى نجاح هذه المسابقات .
  - ٢- فوز الولايات المتحدة بأكثر مسابقات القفز والرمي وهذا دليل على مدى تمتع رياضيي الولايات المتحدة باللياقة البدنية والمواصفات الجسمية .
  - ٣- وجد بأنّ التطور الرقمي وتحقيق الانجاز في مسابقات القفز والرمي والمشي والالعاب العشرية يرجع سببه الى تطور الأجهزة والأدوات فضلاً عن تطور وسائل التدريب وطرقه .
  - ٤- وجد بأنّ انتشار المنشطات خلال الدورات الأولمبية قد أبعدت الكثير من الأبطال عن الالعاب وكذلك الاصابات التي تعرض لها المتسابقون سواء قبل او في أثناء البطولة حال دون ذلك .
  - ٥- وجد بأنّ السياسة لعبت دوراً كبيراً في هذا المجال من خلال المشاركة والأداء وظهر ذلك خلال الالعاب الأولمبية فضلاً عن ظهور التمييز العنصري بين الرياضيين
  - ٦- وجد بأنّ الاهتمام بالانتقاء والقياسات الجسمية الملائمة لكل نوع من المسابقات فضلاً عن الاحماء الجيد واللياقة البدنية العالية تجعلها تؤدي تجنب الإصابة والإرتقاء بالتقدم الرقمي .
  - ٧- وجد بأنّ رياضيين خلال النصف الأول للالعاب استطاعوا الفوز بأكثر من مسابقتين أو ثلاثة مختلفة وبمراكز متقدمة وبأكثر من دورة أولمبية . وهذا دليل على امتلاكهم القدرات البدنية العالية في الأداء .
- ومن خلال الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث والتي حققت أهداف البحث، أنهت الدراسة الى مجموعة من التوصيات:-

- ١- يمكن الاستعانة بنتائج هذه الدراسة في فعاليات القفز والوثب والرمي والمشي والالعاب العشرية كمؤشرات لاختبار اللاعبين الاختصاص لضمان وصولهم الى تحقيق مستويات رقمية عالية عند المشاركة في الدورات والبطولات الدولية وتقويم الفرق العراقية بهذه المسابقات.
- ٢- على اللجنة الأولمبية واتحاد العاب القوى دعم الأندية بكل الوسائل والمعدات وتوفير المدربين الأكفاء والاحتكاك مع متسابقين الدول المتقدمة في هذا المجال والاطلاع على النتائج المتحققة خلال البطولات الأولمبية .
- ٣- إجراء دراسة مشابهة على مسابقات القفز والرمي والمشي والالعاب العشرية لبطولات العالم لمعرفة النتائج المتحققة فيها والفرق بينها وبين نتائج الالعاب الأولمبية للاستفادة منها في تقويم الرياضيين والعملية التدريبية وفق ما هو أفضل لتحقيق مستويات رقمية عند المشاركة في البطولات والدورات الدولية .
- ٤- ارتباط اللجنة الأولمبية الوطنية باللجنة الأولمبية الدولية والابتعاد عن السياسة من أجل عدم إفساد المفاهيم الإنسانية النبيلة للالعاب الأولمبية ، وجعل الرياضة وسيلة للسلام والمحبة واداة لبناء العلاقات الإنسانية والاجتماعية بين شعوب العالم .
- ٥- انتقاء الاعبين المتمرسين بدنياً ومهاريّاً وذات مواصفات بدنية تؤهلهم لتحقيق الانجازات المطلوبة بالعباب الساحة والميدان وفقاً لبرنامج علمي صحيح يتلائم لمتطلبات تحقيق الانجازات المطلوبة في الميدان الاولمبي .
- ٦- تشجيع طلبة الدراسات العليا اجراء الدراسات والبحوث التي تهتم بتحقيق وتطور الانجازات في المجال الاولمبي في العاب الساحة والميدان بشكل عام ومسابقات القفز والرمي والمشي والالعاب العشرية بشكل خاص لاستكمال ما توصل اليه الباحث .



اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	فارس سامي يوسف
البريد الالكتروني	لا يوجد
المهنة	تدريسي
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تأثير منهج تدريبي على وفق بعض الزوايا في تطوير بعض القدرات البدنية والادراك الحسي المكاني والزمني وصد ركلة الجزاء في كرة القدم
السنة	٢٠١٠

٣. التعرف على تأثير المنهج التدريبي على وفق الزوايا في تطوير بعض القدرات البدنية والادراك الحسي المكاني والزمني وصد ركلة الجزاء .

اما فروض البحث فكانت:-

١. توجد فروق ذو دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات البدنية قيد الدراسة .

٢. توجد فروق ذو دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض قدرات الادراك الحسي المكاني والزمني وقيد الدراسة.

٣. توجد فروق ذو دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لصد ركلة الجزاء لدى عينة البحث .  
اما مجالات البحث:-

المجال البشري : تكونت عينة البحث من (٢٣) حارس مرمى من اندية بغداد لاجل بناء اختبار صد ركلة الجزاء لحارس المرمى بكرة القدم، اما عينة التجربة الرئيسية تكونت من ( ٤ ) حراس مرمى لنادي الزوراء الرياضي لفئة الناشئين للموسم الكروي ٢٠٠٨ – ٢٠٠٩ .  
المجال الزمني : المدة من ٢٠٠٩/٦/١١ لغاية ٢٠٠٩/٩/١٣ .  
المجال المكاني: ملعب نادي الزوراء الرياضي في الشالجية وملعب نادي النفط الرياضي في حي اور في محافظة بغداد.

#### الباب الثاني:- الدراسات النظرية والمشابهة

أحتوى هذا الباب على الدراسات النظرية إذ تضمن حارس المرمى واهميته في صد ركلة الجزاء ، وركلة الجزاء والادراك الحس – حركية واهميته لحارس المرمى وانواعه ، والقدرات البدنية التي يحتاجها حارس المرمى في صد ركلة الجزاء وطرق تطويرها .

أما الدراسات المشابهة فتناول الباحث دراستين مشابهتين .

#### الباب الثالث:- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

استخدم الباحث اولا المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لاجل بناء اختبار صد ركلة الجزاء لحارس المرمى، ثانيا المنهج التجريبي في تطبيق المنهج التدريبي الذي أعد للعينة باستخدام تصميم مجموعته واحدة ، وبلغت العينة (٤) حراس مرمى وتم بناء اختبار صد ركلة الجزاء ومن ثم اختبرت العينة باختبارات قدرات بدنية وادراك حسي مكاني وزماني وكذلك تحليل حركة صد ركلة الجزاء بايوكينيمايكية لغرض وضع المنهج التدريبي وفق بعض الزوايا واستمرت التجربة لمدة ثمانية اسابيع بواقع اربع وحدات تدريبية في الاسبوع . واستخدم مبدأ تخفيض الحجم ورفع الشدة وتموج (٣:١) ..

#### الباب الرابع:- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

تم عرض نتائج اختبارات القدرات البدنية المبحوثة و قدرات الادراك الحسي المكاني والزمني وصد ركلة الجزاء لحارس المرمى وتحليلها من خلال قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة t المحتسبة ودلالاتها

#### الباب الخامس:- الاستنتاجات والتوصيات

توصل الباحث إلى استنتاجات عدة منها :-

- ❖ ان المنهج التدريبي الذي وضع على وفق بعض الزوايا عمل على تطوير بعض القدرات البدنية والادراك الحسي المكاني والزمني المبحوثة وصد ركلة الجزاء لدى عينة البحث.
  - ❖ ان استخدام الوسائل التدريبية الحديثة ( جهاز قذف الكرات ، المفاصل الحديدية، التحليل الحركي بواسطة كاميرا الفيديو ) يساعد في تطوير بعض القدرات البدنية والادراك الحسي المكاني والزمني وصد ركلة الجزاء لدى عينة البحث .
  - ❖ ساعد التحليل الحركي لحراس المرمى على تشخيص الأخطاء البايوكينيمايكية التي تحدث في اثناء صد ركلة الجزاء للزوايا المختلفة.
  - ❖ ان نتائج التحليل الحركي دور فاعل في تشخيص الاخطاء ونواحي القوة في اثناء صد ركلة الجزاء مما ساعد في اعداد المنهج التدريبي لتقليل الاخطاء وتعزيز القوة
- يوصي الباحث الى :-

- ❖ استخدام المنهج التدريبي المستخدم في الاطروحة من لدن مدربي حراس المرمى للأندية والمنتخبات العراقية لفئة الناشئين.
- ❖ التأكيد على استخدام اختبارات القدرات البدنية والادراك الحسي المكاني والزمني المستخدمة في الاطروحة.
- ❖ استخدام الاختبار الذي تم بناءه الخاص بصد ركلة الجزاء لحارس المرمى وايجاد الدرجات والمستويات المعيارية
- ❖ ضرورة استخدام الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة في تدريب حراس المرمى للفئات كافة.

الباب الرابع : عرض النتائج ومناقشتها	
احتوى الباب على عرض النتائج المعالجة احصائياً وتبويبها في جداول والأشكال البيانية التوضيحية،ومن ثم تحليلها ومناقشتها بأسلوب علمي مدعوم بالمصادر العلمية،وتوصل الباحث من خلال المناقشة الى تحقيق اهداف البحث والتحقق من صحة فروضه .	
الباب الخامس: الاستنتاجات والتوصيات	
في ضوء مناقشة النتائج التي توصل اليها الباحث خرج بمجموعة من الاستنتاجات والتوصيات اهمها ملاءمة المنهج المعد من الباحث لتحقيق هدف البحث وتطوير القدرات البدنية والمهارية لعينة البحث كما أنتهى البحث بمجموعة من التوصيات أوصى بها الباحث.	
اسم الكلية	كلية التربية الرياضية
اسم القسم	الدراسات العليا
الاسم الثلاثي	منير محمود جاسم الدفاعي
البريد الالكتروني	لايوجد
المهنة	لايوجد
الدراسة	دكتوراه
عنوان الرسالة	تأثير أسلوب التدریب الباليستي والباليومترک على تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم
السنة	٢٠١٠
<u>مشكلة البحث</u>	
بعد الاطلاع على الكثير من الدراسات والبحوث ومن خلال المشاهدة والأخذ بأراء المدربين اتضح إن هناك ضعفاً في القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة لدى لاعبي كرة القدم والذي يعكس سبب تدني وضعف في مستوى أداء اللاعبين بدنيا ومهاريا ومن ثم التأثير السلبي على نتيجة المباراة ، الأمر الذي يشكل عائقا في أداء بعض المهارات بالسرعة والقوة المطلوبة ، وعد الباحث هذه مشكلة علمية تحتاج الى حلول لذا ارتأى دراسة هذه المشكلة من خلال إيجاد تمرينات بأسلوب الباليستي والباليومترک بشكل مقنن وباستخدام الوسائل العلمية والتي يمكن من خلالها تطوير القدرتين البدنيتين ( القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ) وتأثيرهما في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم .	
ملخص الاطروحة	<u>أهداف البحث</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- إعداد منهجين تدريبيين بأسلوب التدریب الباليستي والباليومترک .</li><li>- معرفة عن تأثير اسلوب التدریب الباليستي والباليومترک في تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين لدى لاعبي كرة القدم .</li><li>- الكشف عن تأثير اسلوب التدریب الباليستي والباليومترک في تطوير بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة القدم .</li><li>- الكشف عن أي الاساليب أفضل في تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين وتطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم .</li></ul>
<u>فروض البحث</u>	
يفترض الباحث :-	
١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاختبارات القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين ولمجاميع البحث .	

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم لمجاميع البحث.

٣- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية لاختبارات القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم بين مجاميع البحث .

#### إجراءات البحث

تم اختيار نادي الصليخ الرياضي ونادي التربية الرياضي من مجموع أندية بغداد للدرجة الأولى والبالغ عددهم ( ٩ ) أندية من المنطقة الوسطى والمشاركين بدوري ٢٠١٠ وكان عدد اللاعبين المسجلين لكل نادي ( ٢٠ ) لاعبا ومجموع لاعبي الناديين ( ٤٠ ) لاعبا ، وقسمت العينة الى ثلاثة مجاميع مجموعة ضابطة ومجموعتين تجريبيتين احدهما تدريب بالاسلوب الباليستي والثانية تدربت بالاسلوب البلايومترك ، لتطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين وتأثيرهما على مهارة ركل الكرة لابتعد مسافة ممكنة ومهارة التهديف ، اختبرت عينة البحث بالاختبارات التالية :-

- اختبار القفز العمودي من الثبات .
  - اختبار الوثب العريض من الثبات .
  - اختبار الحجل لأقصى مسافة في ١٠ ثانية .
  - اختبار ثني ومد الركبتين في ٢٠ ثانية .
  - اختبار دقة التهديف نحو الهدف .
  - اختبار ركل الكرة لابتعد مسافة ممكنة .
- واستمر البرنامج التدريبي ( ١٢ ) اسبوع وبعد الانتهاء عولجت النتائج بالوسائل الاحصائية الملائمة بقانون الارتباط واختبار ( T ) وتحليل التباين واختبار ( LSD ) لافرق معنوي .

#### الاستنتاجات

في ضوء أهداف البحث وفروضه واستناداً إلى النتائج التي توصل إليها الباحث ضمن حدود الدراسة تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :-

- ظهرت فروق معنوية بدلالة احصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في تنمية القوة الانفجارية للرجلين وفي الاختبارين ، القفز العمودي من الثبات ، والوثب العريض من الثبات .
- ظهرت فروق معنوية بدلالة احصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في تنمية القوة المميزة بالسرعة للرجلين وفي الاختبارين ، الحجل لأقصى مسافة في ١٠ ثانية ، وثني ومد الركبتين في ٢٠ ثانية .
- ظهرت فروق معنوية بدلالة احصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في دقة التهديف نحو الهدف وفي ركل الكرة لابتعد مسافة ممكنة .
- ظهرت من خلال نتائج استخدام ( LSD ) لمعرفة اقل فرق معنوي ان اسلوب التدريب الباليستي ( المجموعة التجريبية الاولى ) هو افضل من اسلوب التدريب البلايومترك في اختبار ركل الكرة والحجل لأقصى مسافة ممكنة .
- ظهر من خلال نتائج استخدام ( LSD ) لمعرفة اقل فرق معنوي عدم وجود فروق معنوية بين اسلوب التدريب الباليستي والبلايومترك في اختبار القفز العمودي واختبار الوثب العريض من الثبات واختبار ثني ومد الركبتين واختبار دقة التهديف البعيد .
- ان المنهج التدريبي الباليستي المعد من قبل الباحث كان له تأثير في تحسين القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين عن طريق النتائج التي تم التوصل اليها .
- القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة لهما تأثير ايجابي لتطوير مهارة دقة التهديف ومهارة ركل الكرة .