



جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية الأساسية

# تأثير تمرينات مقترحة في بعض المتغيرات الكينماتيكية لأداء مهارة التصويب من الزاوية بكرة اليد للناشئين

رسالة مقدمة الى

مجلس كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى  
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في  
علوم التربية الرياضية

من قبل

رويدة عادل عبد النبي

بإشراف

أ.م.د عبد المنعم حسين

أ.د مها محمد صالح

2015 م

1437 هـ

## 1 - التعريف بالبحث

## 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

شهد المجال الرياضي تقدماً ملحوظاً في كافة الألعاب الرياضية ومن أجل الوصول الى الاهداف المرجوة ، إن الدول لا تدخر وسعاً في البحث عن وسائل وطرائق علمية والتي لم تترك باباً إلا طرقته لتحقيق تلك الأهداف. إن كرة اليد من الألعاب الرياضية التي شهدت هذا التقدم بشكل كبير، فلقد احتلت في بعض دول العالم المرتبة الأولى بين ألعابها نظراً لما تحتويه من مزيج رائع من الأداء الفني الحركي السريع ، وتبقى الأهداف الكثيرة التي يحرزها اللاعبون هي القاسم المشترك الذي يجعل الجماهير تتبهر بهذه اللعبة الرائعة وخاصة عندما يكون تحقيق تلك الأهداف عن طريق الأداء المهاري العالي لهؤلاء اللاعبين.

وكرة اليد تعتمد على اللعب السريع ولفترات طويلة مما يتطلب الاهتمام الكلي في تدريب وتطوير المهارات الحركية الأساسية تحت ظروف ومواقف مختلفة ترتبط أساساً بطريقة أداء اللاعبين وتقنهم، إذ شهدت تطوراً كبيراً تحقيقاً للمستويات العالية في نتائج المباريات وذلك بفضل البحوث والدراسات التي تناولت هذه الفعالية بجوانبها المختلفة بهدف الوصول إلى أفضل مستوى للاعبين في أداء مختلف المهارات ولاسيما المهارات الهجومية ومنها مهارة التصويب من الزاوية والتي تعد أكثرها نجاحاً وهذا ما يجمع عليه اغلب المختصين والقائمين على العملية التدريبية لان هذا النوع من التصويب يعد من أكثر أنواع التصويب تأثيراً على المرمى.

وتعتمد كرة اليد على لاعب الزاوية ، نظراً لما يمتاز به هذا اللاعب من مواصفات خاصة تمكنه من الإجابة باللعب وكذلك يعتمد عليه الفريق في تسجيل الأهداف ، لذا تم اهتمام المدربين في الوقت الحاضر على المستوى العالي للاعب هذا المركز للاستفادة من هذه الثغرة في صف الدفاع لإنهاء الهجمات بعيداً عن الكثافة الدفاعية في منتصف الملعب عن طريق أجادة لاعب الزاوية لكافة أنواع التصويب ، لذا يعد التحليل

الكينماتيكي لمهارة التصويب من الزاوية أساسا في معرفة دقائق مسار الحركة ومدى العلاقة بين المتغيرات التي تؤثر في ذلك هو تحليل الحركة.

ويعد التصويب من الزاوية من المهارات المهمة في لعبة كرة اليد إذ يعتمد عليه المدرب في وضع التدريبات المناسبة وكذلك يعتمد عليه الفريق في تسجيل الأهداف . ومركز الزاوية من المراكز المهمة في كرة اليد الحديثة الذي يغير نتيجة المباراة على ضمان فاعلية ذلك المركز أسوة بباقي مراكز اللعب مما يعزز تكامل خطوط الهجوم بكرة اليد الأمر الذي يجعل إعداده ضرورة لتحقيق الفوز عن طريق المتغيرات البايوميكانيكية التي يجب على المدرب الأخذ بها في إعداد لاعب الزاوية وفي قمة متطلبات الأداء الميكانيكية للاعب بما يحتم إعداد مناهج التدريب بما يتلائم مع طبيعة المهارة أو الحركة المطلوب تنفيذها.

وتكمن أهمية البحث في تسليط الضوء لفاعلية التدريب التخصصي للاعب الزاوية باخذها بنظر الاعتبار أهمية المتغيرات الكينماتيكية من خلال وضع تمارين مقترحة وتبيان تأثيرها في بعض المتغيرات الكينماتيكية لأداء مهارة التصويب من الزاوية بكرة اليد للناشئين للأعمار (14-17) سنة . ومدى تأثير هذا التمارين على لاعب الزاوية ليتمكن من خلاله تطوير الأداء الفني الجيد طيلة فترة المباراة.

## 2-1 مشكلة البحث :

من خلال اهتمام الباحثة ومتابعتها للعبة كرة اليد والاستعانة بالسادة المدربين والخبراء استطاعت أن تؤشر ضعفا واضحا في أداء لاعب الزاوية وعند تتبع هذه المشكلة استطاعت الباحثة تشخيص إن لاعب الزاوية يتدرب مع باقي أعضاء الفريق ولا توجد تدريبات خاصة بهذا المركز بما يؤثر سلبا على أداء لاعبي الزاوية الذي يظهر من خلال عدم فاعلية هذا المركز المهم في نتيجة المباريات ناتج من اغفال الاهتمام المناسب بتدريبات لاعب الزاوية لتعزيز فاعلية هذا المركز. وهذا ما عدته الباحثة مشكلة بحثية حاولت من خلالها تسليط الضوء وبالأستعانة بأحد العلوم المساعدة لعلم التدريب المتمثل بعلم البايوميكانيك لدقة الإجراءات التي ترتبط بهذا العلم إذا ما عرفنا أن أحد جوانبه البحث في الحقائق والمميزات الميكانيكية المثالية للاعبين، بما دعاها الى إعداد تمارينات خاصة بلاعبي الزاوية التي تساهم في تطوير هذا النوع من التصويب عن طريق تطوير بعض المتغيرات الكينماتيكية لأداء أفراد العينة قيد البحث .

## 3-1 أهداف البحث :

- 1- التعرف على المتغيرات الكينماتيكية لأفراد عينة البحث .
- 2- إعداد تمارينات مقترحة لتطوير بعض المتغيرات الكينماتيكية لأداء مهارة التصويب من الزاوية بكرة اليد للناشئين .
- 3- التعرف على تأثير التمارينات المقترحة في بعض المتغيرات الكينماتيكية لأداء مهارة التصويب من الزاوية بكرة اليد للناشئين .

**4-1 فرض البحث:**

1- هناك فروق ذو دلالة إحصائية للتمرينات المقترحة في بعض المتغيرات الكينماتيكية لأداء مهارة التصويب من الزاوية بكرة اليد للناشئين .

**5-1 مجالات البحث :-**

1-5-1 **المجال البشري** :- عينة من لاعبي نادي ديالى الرياضي بكرة اليد الناشئين للأعمار (14-17) سنة .

1-5-2 **المجال المكاني**:- القاعة الرياضية المغلقة ( قاعة الشهيد عباس إبراهيم ) في نادي ديالى بمدينة بعقوبة - محافظة ديالى .

1-5-3 **المجال الزمني**:- 1 / 9 / 2014 - 3 / 8 / 2015 .

- Invoked a moment
  - The moment of correction
    - accelerate the body's moment invoked before getting to correction of the right corner of the stadium:
  - Before approaching the line of 6 meters
  - Line after approaching 6 meters
    - accelerate the body's moment invoked before getting to correction of the left corner of the stadium:
  - Before approaching the line of 6 meters
  - Line after approaching 6 meters
2. The training program was morally and positive impact on the technical performance of the skill of scoring from a corner.



3. The success of the training method adopted by a researcher at the interval training method of high and low intensity in the development of the skill of scoring from the corner roller Hand junior started.
4. The training program has achieved Tothiramanuya research on the technical performance of the sample.

The main recommendations are: -

1. Increase physical and skill Baltmarenat that contribute to the development of the skill of scoring from a corner, taking into account individual differences among the players in order that the program be effective when the application.
2. pay more attention to player corner, which is one of the important centers in handball.