



جامعة ديالى

تأثير تمارينات خاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات

البايوكينماتيكية وعلاقتها بصد ركلة الجزاء

لحراس المرمى الشباب بكرة القدم

رسالة مقدمة

الى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة

من قبل

مصطفى مهدي عيدان

بإشراف

أ. د عبد الرحمن ناصر راشد

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

❁ قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا
 إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ❁

صدق الله العلي العظيم

سورة البقرة - الآية (32)

إقرار المشرف وترشيح لجنة الدراسات العليا

أشهد أنّ إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ: (تأثير تمرينات خاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية وعلاقتها بصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم) المُقدمة من طالب الماجستير (مصطفى مهدي عيدان) قد تمت بإشرافي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة.

التوقيع

أ. د عبد الرحمن ناصر راشد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى

2016 / / م

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوفرة نرشح هذه الرسالة للمناقشة.

أ.م د مجاهد حميد رشيد

معاون العميد للشؤون العلمية والطلبة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى

2016 / / م

إقرار المقوم الاحصائي

أشهد إنني قد قرأت الرسالة الموسومة بـ:

(تأثير تمرينات خاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية

وعلاقتها بصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم)

تمت مراجعتها من الناحية الاحصائية بإشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم

خالٍ من الأخطاء ولأجله وقعت ...

التوقيع :

المقوم الإحصائي : د. بشار غالب شهاب

اللقب العلمي : أستاذ مساعد

مكان العمل : كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة / جامعة ديالى

التاريخ : / / 2016

إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنني قد قرأت الرسالة الموسومة بـ:

(تأثير تمرينات خاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية
وعلاقتها بصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم)

تمت مراجعتها من الناحية اللغوية بإشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ
من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت ...

التوقيع :

المقوم اللغوي : د. لؤي ال صيهود

اللقب العلمي : أستاذ مساعد

مكان العمل : كلية التربية للعلوم

الانسانية/ جامعة ديالى

التاريخ : / / 2016

إقرار المقوم العلمي

أشهد أنني قد قرأت الرسالة الموسومة بـ:

(تأثير تمرينات خاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية

وعلاقتها بصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم)

تمت مراجعتها من الناحية العلمية بإشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ

من الأخطاء ولأجله وقعت ...

التوقيع :

المقوم العلمي : د. علي شبوط ابراهيم

اللقب العلمي : استاذ دكتور

مكان العمل: كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة / جامعة بغداد

التاريخ : / / 2016

بسم الله الرحمن الرحيم

إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقييم نشهد إننا قد اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ : (تأثير تمرينات خاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية وعلاقتها بصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم) وقد ناقشنا الطالب (مصطفى مهدي عيدان) في محتوياتها وفيما له علاقة بها، ونُقِّر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة.

التوقيع:

الاسم : أ. م د صادق جعفر محمود

عضو اللجنة

2016 / /

التوقيع:

الاسم : أ. م د لقاء غالب ذياب

عضو اللجنة

2016 / /

التوقيع:

الاسم : أ. د صريح عبد الكريم الفضلي

رئيس اللجنة

2016 / /

صدّقت هذه الرسالة من قبل مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة

ديالى بجلسته المنعقدة بتاريخ 2016 / /

التوقيع

أ.م د ليث ابراهيم جاسم

عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

2016 / /

الاهداء

الى من بلغ الرسالة وادى الامانة.. ونصح الامة .. الى نبي

الرحمة ونور العالمين نبينا

محمد صل الله عليه واله وصحبه المنتجبين

الى اول قبس استنرت به ..والذي الشهيد

الى اطول نخلة في بستان عمري ..والدتي المناضلة

الى جميع من رافقني في دربي ..اصدقائي.. زوجتي.. اطفالي

الى الدماء الزاكية التي سالت من اجل العراق

اهدي ثمرة جهدي المتواضع

الباحث

شكر وتقدير

الحمد لله والشكر لله الذي لا اله إلا هو لا شريك له ولا عديل ولا خلف لقوله ولا تبديل والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين حبيب رب العالمين البشير النذير السراج المنير نبينا محمد وعلى آل بيته الطيبين الطاهرين وصحبه المنتجبين ومن وآله بإحسان إلى يوم الدين.

الشكر لله أولاً وآخراً الذي وفقني في إتمام هذه الرسالة بعطفه ومنه ورحمته وهدايته، ويتقدم الباحث بالشكر والامتنان إلى كل من مد يد العون وأسدى خدمة لإتمام هذه الدراسة سواء بمصدر أو قدم لي النصيحة أو أعانني بعلمي الميداني، واعترافاً بالفضل يتقدم الباحث بالشكر إلى الأستاذ الدكتور عبد الرحمن ناصر راشد المشرف على الرسالة لتوجيهاته القيمة وآرائه السديدة بما يخدم البحث فجزاه الله خير الجزاء.

كما يتقدم الباحث بالشكر والتقدير إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / جامعة ديالى وقسم الدراسات العليا لما أبدوه من مساعدة في تذليل الصعاب لكل طلبة الدراسات العليا، ومن دواعي العرفان بالجميل يقدم الباحث شكره إلى أساتذة السنة التحضيرية الدكتور ناظم كاظم والدكتور عبد الرحمن ناصر والدكتور قيس جياذ والدكتور كامل عبود والدكتور ليث إبراهيم والدكتور سنان عباس والدكتور نصير قاسم والدكتورة ماجدة حميد والدكتورة فردوس مجيد والدكتورة سها عباس والدكتورة لمى إبراهيم والدكتورة بسمة نعيم والدكتورة نبراس كامل والدكتورة لقاء غالب والدكتورة سوزان خليفة.

وأقدم شكري الجزيل إلى (الدكتور صريح عبد الكريم والدكتور سعد منعم والدكتور علي شبوط والدكتور صفاء عبد الوهاب) على حسن تعاونهم مع الباحث فجزاهم الله خيراً.

وكلمة شكر وامنتان إلى فريق العمل المساعد الدكتور حيدر سعود والاستاذ احمد سلمان والاستاذ ياسر جعفر والاستاذ عبد الستار محمد علي والسيد محمد عباس والسيد علي لطيف فجزاهم الله أفضل الجزاء..

وجزى الشكر والامنتان إلى موظفي الدراسات العليا في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى كل من (هبة حميد وليث طالب وايد كامل ونرمين وسام وعبد الرحمن محمود وحمزة حميد) وموظفي مكتبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى كل من (محمد عباس ورشا خزعل وماجد نافع وعمران علي).

وأقدم بالشكر إلى زملاء الدراسة احبتي (ياسر جعفر وغزوان صادق ومقداد لطيف وعباس احمد وكريم هادي واسد خضير ومحمد رافد ومحمد سالم وعادل حمدان وعلاء عاصي وعلاء عيسى وحسين علي فقير وانور جميل واسامة عبود وياسر سعد وجلييلة جوهر ويزدان نجم وضحي سعد وسجى ستار وزينب عبدالرحيم وآية قاسم ونور عبدالقادر) الذين كانوا خير صحبة، والى جميع اصدقائي الاعزاء فجزاهم الله خير الجزاء.

والى الأصدقاء الاعزاء (دريد صبيح وكرار احسان وليث كاظم ومهند صباح ومحمد منشد) ولا انسى اخوتي واحبائي كادر ثانوية المأمون المختلطة على مساعدتهم للباحث وتشجيعهم المستمر وفقهم الله لكل خير، كما أتقدم بالشكر الجزيل الى نادي الخالص الرياضي ونادي هبهب الرياضي لتعاونهم مع الباحث.

وأخيرا يقف الباحث عاجز اللسان عن التعبير عن مشاعر الحب والحنان إلى من كانوا خير جليس وتحملوني طيلة مدة الدراسة صبرا جميلا عائلتي لا يسعني أمامهم إلا أن أقدم لهم ما وفقني الله إليه وحفظهم الله وأدامهم عزاً وسنداً.

وعذرا إلى كل من ساعدني وفاتني ذكر اسمه مع شكري وتقديري ، والحمد لله والشكر له، وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين وصلى الله على محمد وآل بيته الطيبين واصحابه الميامين.

مستخلص الرسالة

تأثير تمرينات خاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية وعلاقتها بصد
ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم

بأشراف

الباحث

أ. د عبد الرحمن ناصر راشد

مصطفى مهدي عيدان

2016م

1437هـ

هدف البحث الى :-

احتوى الباب الاول على مقدمة البحث وأهمية ومشكلته وأهدافه وفرضياته ومجالاته.
تطرق الباحث الى إن التطور العلمي الحاصل في المجال الرياضي فرض أفاقاً جديدة
لا حدود لها في العلوم الرياضية كالتدريب الرياضي والتعلم الحركي اللذين يشهدان تطوراً
واسعاً، واتخذت نظرياتهم منحى جديداً لمواكبة الاتجاهات الحديثة في التعلم والتدريب،
للتوصل الى تحقيق افضل النتائج الجيدة من خلال اتباع الاساليب العلمية الدقيقة
والموضوعية بشكل سليم مخطط له، وبهذا اصبح اتباع كل ما هو جديد وابداعي في العلوم
الرياضية ضرورة لابد من اخذها بنظر الاعتبار عند التخطيط للعملية التعليمية والتدريبية
ومناهجها وفهم المدرب والحارس للقوانين الميكانيكية وكيفية الاستفادة منها في اثناء التدريب
والمباريات ولاسيما اثناء صد ركلة الجزاء، لهذه الاسباب يجب ان تكون تدريبات حارس
المرمى فردية وتستند على اسس بايوميكانيكية علمية وهنا تظهر اهمية البحث في دراسة
المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) في تنفيذ المهارات والحركات المعقدة
والتي تحتاج الى تدريبات على وفق المبادئ العلمية ، وبخاصة في صد ركلة الجزاء.

اما مشكلة البحث فيجب ان يتمتع حارس المرمى بمتغيرات بايوكينماتيكية (مؤشرات زمانية ومكانية) تختلف عن باقي اللاعبين، لأنه يتعامل مع متغيرات عديدة وعليه مواجهتها، منها متغيرات التهديد من حالات اللعب الثابت والمتحرك واحدى هذه الحالات الثابتة هي ركلة الجزاء, لذا ارتأى الباحث دراسة المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) وتطويرها و هدف البحث الى :-

1- اعداد تمارينات لتطوير بعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

2- التعرف على تأثير التمارينات الخاصة في تطوير بعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

3- التعرف على العلاقة بين بعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) وصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

وافترض الباحث :-

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في بعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

2- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) وصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

أما مجالات البحث:

المجال البشري : اشتمل البحث على حراس المرمى لأندية (هبهب , الخالص) من محافظة ديالى لفئة الشباب (16 -18) سنة بكرة القدم للموسم (2015-2016) م .

المجال الزماني: من 12 /8 /2015 الى 18 /4 /2016

المجال المكاني: ملعب نادي هبهب الرياضي.

اما الباب الثاني فتضمن الدراسات النظرية والمشابهة وتم التطرق فيه الى اهمية ومفهوم التمرينات، الشروط الواجب توفرها في التمرينات، اهداف التمرين وفوائدها، العوامل المؤثرة على التمرين، انواع التمرينات الرياضية، الادراك، انواع الادراك، الخصائص والمؤشرات الميكانيكية، التحليل الحركي، حارس المرمى، الحركات والمهارات التي يستخدمها حارس المرمى، ركلة الجزاء واهميتها، واخيرا الدراسات المشابهة اذ تناول الباحث دراستين مشابهتين .

واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة لملاءمته طبيعة البحث، مع استخدام المنهج الوصفي في ايجاد علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية، واختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية وهم حراس مرمى شباب نادي ههب الرياضي ونادي الخالص الرياضي، والبالغ عددهم (8) حراس مرمى وبنسبة مئوية مقدارها (50%) من مجتمع البحث الأصلي المكون من حراس المرمى الشباب في محافظة ديالى والبالغ عددهم (16) حراس مرمى للموسم (2015-2016)، وتم التحقق من تجانس افراد عينة البحث في متغيرات العمر والطول والكتلة والعمر التدريبي التي لها علاقة بموضوع البحث، فضلا عن عرض للأجهزة والادوات المستعملة في البحث، وقد تم تحديد المتغيرات الكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) وعرضها على السادة الخبراء والمختصين وتصميم اختبار لصد ركلة الجزاء وعرضه على السادة الخبراء والمختصين ثم اجرى الباحث تجربة استطلاعية في تاريخ (2016/1/20) م على عينة من مجتمع البحث يمثلون نادي الجديدة للتعرف على صلاحية الاختبارات، وتضمنت الاجراءات الميدانية للدراسة على الاختبارات القبلية والتجربة الرئيسة اذ خضع افراد عينة البحث الى تطبيق وتنفيذ تمارين خاصة استمرت (8) أسابيع لتطوير بعض المؤشرات الزمانية والمكانية لحراس المرمى بكرة القدم، بواقع (3) وحدات تدريبية أسبوعياً، وبذلك يكون عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة وقد تم استخدام تموج حمل (3:1) وتم البدء بتنفيذ التمارين الخاصة بتاريخ (2016/2/6) م ومن ثم الانتهاء منها بتاريخ (2016/4/4) م ، وبعدها تم اجراء الاختبارات البعدية، وتم معالجة البيانات إحصائياً

باستخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء والجذر التربيعي لمعامل الثبات واختبار (t) والارتباط البسيط بيرسون.

وفي الباب الرابع تم عرض نتائج المتغيرات البايوكينماتيكية على شكل جداول وتحليلها ومناقشتها وتم عرض اختبار صد ركلة الجزاء وتحليله ومناقشته من خلال استخراج قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للاختبارات القبلية والبعديّة واستخراج معامل الارتباط بيرسون بين اختبار صد ركلة الجزاء والمتغيرات البايوكينماتيكية .

واستنتج الباحث :-

1- فاعلية استخدام التمرينات الخاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) اذ كان لها تأثير ايجابي في تطوير تلك المؤشرات الزمانية والمكانية .

2- كان هناك تأثير واضح في تطور درجة صد ركلة الجزاء بسبب تطور بعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

3- ان استخدام الوسائل الحديثة (التحليل الحركي لحركة حارس المرمى) ساعد في تطوير المؤشرات الزمانية والمكانية وصد ركلة الجزاء لدى حراس المرمى بكرة القدم .

كما واوصى الباحث الى :-

1- ضرورة التأكيد على استخدام التمرينات الخاصة على الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية لما لها من تأثير في تطوير المؤشرات الزمانية والمكانية لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

2- على مدربي حراس المرمى استخدام مناهج تدريبية مبنية على اسس علمية منظمة عند اعداد التمرينات الخاصة من حيث تسلسل التمرينات ومن حيث تنظيم الحمل المعطى وفترات الراحة خلال الوحدة التدريبية وترك العمل العشوائي الغير منظم .

3- ضرورة استخدام الوسائل العلمية الحديثة اثناء تدريب حراس المرمى .

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع	المبحث
أ	العنوان	
ب	الآية القرآنية	
ج	إقرار المشرف	
د	إقرار الخبير الاحصائي	
هـ	إقرار المقوم اللغوي	
و	إقرار المقوم العلمي	
ز	إقرار لجنة المناقشة	
ح	الإهداء	
ط	شكر وتقدير	
ك	مستخلص البحث	
س	قائمة المحتويات	
ر	قائمة الجداول	
ت	قائمة الصور	
ت	قائمة الاشكال	
ث	قائمة الملاحق	
24	الباب الاول	
25	المقدمة وأهمية البحث	1-1
27	مشكلة البحث	2-1
28	اهداف البحث	3-1
28	فرضيتا البحث	4-1
28	مجالات البحث	5-1

29	الباب الثاني	
30	الدراسات النظرية	1-2
30	اهمية ومفهوم التمرينات	1-1-2
31	الشروط الواجب توافرها في التمرينات	2-1-2
31	اهداف التمرين وفوائده	3-1-2
32	العوامل المؤثرة على التمرين	4-1-2
32	انواع التمرينات الرياضية	5-1-2
33	الادراك	6-1-2
34	قدرات الادراك	7-1-2
36	انواع الادراك الحس _ حركي لحارس المرمى	8-1-2
37	قدرات الاحساس بالمكان (الحيز)	9-1-2
39	قدرات الاحساس بالزمان (الوقت)	10-1-2
40	الخصائص والمؤشرات الميكانيكية	11-1-2
41	الخصائص والمؤشرات الزمنية	1-11-1-2
41	الخصائص والمؤشرات المكانية	2-11-1-2
42	التحليل الحركي	12-1-2
43	حارس المرمى	13-1-2
45	الحركات والمهارات التي يستخدمها الحارس اثناء صد ركلة الجزاء	14-1-2
47	ركلة الجزاء واهميتها	15-1-2
48	الدراسات المرتبطة	2-2
48	دراسة شهاب احمد حمود 2009	1-2-2
49	دراسة حسين جبار جاسم 2012	2-2-2

50	مناقشة الدراسات السابقة	3-2-2
52	الباب الثالث	
53	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	3
53	منهج البحث	1-3
53	مجتمع البحث وعينته	2-3
54	الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة	3-3
54	الوسائل المستخدمة لجمع المعلومات.	1-3-3
55	الادوات والاجهزة المستخدمة	2-3-3
56	تحديد متغيرات البحث	4-3
56	تحديد المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية).	1-4-3
56	اختبار المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية)	1-1-4-3
58	تحديد اختبار صد ركلة الجزاء	2-4-3
58	اختبار صد ركلة الجزاء لحراس المرمى فئة الشباب بكرة القدم	1-2-4-3
60	التجارب الاستطلاعية	5-3
61	الاسس العلمية للاختبارات	6-3
61	صدق الاختبارات	1-6-3
61	ثبات الاختبارات	2-6-3
63	الموضوعية	3-6-3
64	اجراءات البحث الميدانية	7-3
64	تطبيق اختبارات المتغيرات البايوكينماتيكية وصد ركلة الجزاء القبلية	1-7-3

64	التجربة الرئيسة (تنفيذ التمارين الخاصة المستخدمة في البحث)	2-7-3
67	تطبيق اختبارات المتغيرات البايوكينماتيكية وصد ركلة الجزاء البعدية	3-7-3
67	الوسائل الاحصائية	8-3
68	الباب الرابع	
69	عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث:	-4
70	عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث	1-4
70	عرض وتحليل نتائج اختبارات الجذع القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث	1-1-4
75	عرض وتحليل نتائج اختبارات الراس القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث.	2-1-4
80	عرض وتحليل نتائج اختبارات الرجل اليمين القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث	3-1-4
85	عرض وتحليل نتائج اختبارات الرجل اليسار القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث.	4-1-4
90	عرض وتحليل نتائج اختبارات اليد اليمين القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث.	5-1-4
95	عرض وتحليل نتائج اختبارات اليد اليسار القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث	6-1-4
100	عرض وتحليل نتائج اختبار صد ركلة الجزاء القبلية والبعدية المبحوثة لأفراد عينة البحث	7-1-4
101	مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لأفراد عينة البحث	2-4

101	مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمتغيرات البايوميكانيكية لأفراد عينة البحث	1-2-4
104	مناقشة نتائج اختبار صد ركلة الجزاء القبليّة والبعديّة المبحوثة لأفراد عينة البحث	2-2-4
105	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء وجميع المتغيرات في الاختبارات البعديّة	3-4
105	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الجذع في الاختبارات البعديّة	1-3 -4
108	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الراس في الاختبارات البعديّة	2-3-4
111	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الرجل اليمين في الاختبارات البعديّة	3-3-4
114	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الرجل اليسار في الاختبارات البعديّة	4-3-4
117	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات اليد اليمين في الاختبارات البعديّة	5-3-4
120	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات اليد اليسار في الاختبارات البعديّة	6-3-4
123	مناقشة نتائج علاقات الارتباط بين اختبار صد ركلة الجزاء ومتغيرات البحث في الاختبارات البعديّة	4-4
124	الباب الخامس	
125	الاستنتاجات	1-5
126	التوصيات	2-5
127	المصادر العربيّة والاجنبية	
135	الملاحق	
B	ملخص الرسالة باللغة الانكليزية	

قائمة الجداول

رقم الصفحة	اسم الجدول	رقم الجدول
54	يبين تجانس العينة في متغيرات (العمر - الطول - الكتلة - العمر التدريبي)	1
63	يبين معامل الثبات والصدق الذاتي للاختبارات البايوكينماتيكية وصد ركلة الجزاء	2
66	الوقت المستغرق للتمرينات خلال 24 وحدة تدريبية	3
70	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات للاختبارين (القبلي - البعدي) للجذع	4
71	المعالجات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق للاختبارين (القبلي - البعدي) للجذع لأفراد عينة البحث	5
75	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات للاختبارين (القبلي - البعدي) للراس	6
76	المعالجات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق للاختبارين (القبلي - البعدي) للراس لأفراد عينة البحث	7
80	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات للاختبارين (القبلي - البعدي) للرجل اليمين	8
81	المعالجات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق للاختبارين (القبلي - البعدي) للرجل اليمين لأفراد عينة البحث	9
85	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات للاختبارين (القبلي - البعدي) للرجل اليسار	10

86	المعالجات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق للاختبارين (القبلي - البعدي) للرجل اليسار لأفراد عينة البحث	11
90	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات للاختبارين (القبلي - البعدي) لليد اليمين	12
91	المعالجات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق للاختبارين (القبلي - البعدي) لليد اليمين لأفراد عينة البحث	13
95	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات للاختبارين (القبلي - البعدي) لليد اليسار	14
96	المعالجات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق للاختبارين (القبلي - البعدي) لليد اليسار لأفراد عينة البحث	15
100	يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات للاختبارين (القبلي - البعدي) لاختبار صد ركلة الجزاء	16
100	المعالجات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق للاختبارين (القبلي - البعدي) لاختبار صد ركلة الجزاء لأفراد عينة البحث	17
105	يبين نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الجذع في الاختبارات البعدية	18
108	يبين نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الراس في الاختبارات البعدية	19
111	يبين نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الرجل اليمين في الاختبارات البعدية	20
114	يبين نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات الرجل اليسار في الاختبارات البعدية	21

117	يبين نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات اليد اليمين في الاختبارات البعدية	22
120	يبين نتائج علاقة الارتباط بين صد ركلة الجزاء ومتغيرات اليد اليسار في الاختبارات البعدية	23

قائمة الصور

رقم الصفحة	اسم الصورة	رقم الصورة
57	توضح طريقة التحليل الحركي في استخراج المسافة	1
57	توضح طريقة التحليل الحركي في استخراج الزمن	2

قائمة الاشكال

رقم الصفحة	اسم الشكل	رقم الشكل
58	يوضح طريقة استخراج المتغيرات البايوكينماتيكية	1
59	يوضح اختبار صد ركلة الجزاء بكرة القدم	2
66	يوضح تموجات الحمل التدريبي وشدة التدريب المستخدمة خلال الدورات المتوسطة	3

قائمة الملاحق

رقم الصفحة	اسم الملحق	رقم الملحق
136	يوضح أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تم عرض استمارة قياس المتغيرات البايوكينماتيكية عليهم	1
136	يوضح أسماء السادة الخبراء والمختصين بكرة القدم الذين تم عرض استمارة اختبار صد ركلة الجزاء عليهم	2
137	يوضح أسماء فريق العمل المساعد	3
138	يوضح استمارة استبانة لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول طريقة قياس المتغيرات البايوكينماتيكية	4
140	يوضح استمارة استبانة لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول اختبار صد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم	5
142	يوضح التمرينات الخاصة المستخدمة في البحث	6
177	يوضح الوحدات التدريبية المستخدمة	7

الباب الأول

1 - التعريف بالبحث :-

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث :-

1 - 2 مشكلة البحث.

1 - 3 أهداف البحث.

1 - 4 فرضيتا البحث.

1 - 5 مجالات البحث :-

1 - 5 - 1 المجال البشري.

1 - 5 - 2 المجال الزماني.

1 - 5 - 3 المجال المكاني.



1- التعريف بالبحث:-

1-1 مقدمة البحث وأهميته:-

ان الوسائل التدريبية الحديثة تساهم بلا شك في مساعدة الباحثين والدارسين والقائمين على العملية التدريبية في مجال التربية الرياضية في تغيير وتخطي الوسائل والأساليب القديمة المعتمدة عليها وإخراجها من حيز التكهن والمصادقة إلى اعتماد وسائل علمية حديثة تؤدي الى معرفة تأثير التدريب الرياضي في تطوير القدرات البدنية والمهارية فضلا عن استخدام أساليب وطرق التدريب المناسبة واعتماد النظريات الميكانيكية في التدريب وتطبيقها بشكل ميداني والتي تعمل بصورة ايجابية للحصول على انسب المسارات الحركية والتي تؤدي إلى تحسين التكنيك الرياضي, ان لعبة كرة القدم واحدة من الالعاب الجماعية التي تحظى باهتمام خاص لما لها من شعبية جماهيرية وقد اكتسبت هذه الاهمية نتيجة الاثارة والمتعة التي تضيفها هذه اللعبة من خلال الاداء المهاري العالي للاعبين والمنسجم مع القابليات البدنية والمهارية والنفسية والعقلية والتي يتم تسخيرها لتنفيذ خطط اللعب.

والادراك يمكن الفرد الرياضي من التمييز بين القدرات البدنية التي تتناسب مع قدراته، فضلاً عن ذلك فان تحديد العلاقات الزمنية في العمل الحركي، وتناسق الحركات المختلفة يعدان من عمليات الادراك، وهذا يعتمد على التنسيق الدقيق في تقلص العضلات وارتخائها، ومثال في ذلك في حركة الخطوات وتكرارها ظاهرة وقتية وهي ظاهرة التناسق في الحركة، ومما له اهمية لتكوين الادراك الزمني المختلف للحركات المختلفة بالشكل نفسه وهذا يعتمد على وقف عمل العضلات وقتياً أي درجة العضلات وربطه بنوعية الزمن المطلوب، كذلك الادراك المكاني فهو الاخر يمثل اهمية كبيرة في العمل الحركي اذ ان " ادراك المكان يمكن ان يكون بتنسيق الاحاسيس والحس للحركات ومما له اهمية في ادراك الصفات البدنية " (1).

ان مركز حارس المرمى في مؤخرة الفريق يتيح له صد كرات الفريق المهاجم وله دور اساس وحاسم في تحقيق نتيجة المباراة ولاسيما في ركلات الجزاء, اذ يتعامل مع الكرات بقدرات بدنية ومهارية ونفسية ذات مستوى عال, لوجود عدة متغيرات متداخلة في صد

(1) كامل طه الويس؛ علم النفس الرياضي في التربية الرياضية : (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 1984) ص77.



الكرات، كما لا يمكن الحصول على حارس مرمى جيد من الناحية المهارية ما لم يمتلك مستوى بدنياً عالياً، وهذا هدف يعمل المدرب المختص من خلاله على خصوصية التدريب الفردي الذي يطور القدرات البدنية والحس-حركية الخاصة بحارس المرمى فضلاً عن امتلاكه القدرات البدنية والادراك الحسي المكاني والزمني والمهارية للاعبين الآخرين، إن أغلب مهارات حراس المرمى هي من المهارات المفتوحة ولاسيما الدفاعية، كونها تتعامل مع المنافس والكرة، لذا لا يمكن دراستها بشكل دقيق إلا عندما تصبح هذه المهارة المثيرة من المهارات المسيطر على متغيراتها، وبما إن ركلة الجزاء تعد أكثر المهارات إثارة وأقلها تغييراً كونها من الحالات الثابتة، ولأهميتها الكبيرة في حسم العديد من نتائج المباريات التي تحدد الفائز، فضلاً عن الدور الرئيس الذي يلعبه حارس المرمى في صد ركلة الجزاء مع تأثيره الإيجابي في رفع معنويات أعضاء الفريق وفوزه في المباراة .

وتكمن أهمية البحث في دراسة المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات المكانية والزمانية) في تنفيذ المهارات والحركات المعقدة والتي تحتاج إلى تدريبات على وفق المبادئ العلمية، وبخاصة في صد ركلة الجزاء، لقرب المسافة بين الحارس والكرة، ويحتم القانون الدولي لكرة القدم على الحارس عدم التقدم للامام إلا بعد لمس الكرة من الطرف المنافس، ويتخذ حارس المرمى مواقف وسلوكيات عدة على وفق اتجاه الكرة وسرعتها وذلك لاتساع الهدف نسبياً والكرة في حالة ثابتة وعدم وجود أي مدافع امام الكرة إلا الحارس ويحتاج حارس المرمى في اثناء اداء حركة صد الكرة الى تحقيق مسارات حركية معينة بسبب تعامله مع موقع المنافس ومسار الكرة وبعد حارس المرمى عن الكرة او المرمى من حيث بداية ونهاية الحركة وسرعة اجزاء جسمه أو جسمه ككل وهذا لا يحدث الا من خلال فهم المدرب والحارس للقوانين الميكانيكية وكيفية الافادة منها اثناء التدريب والمباريات ولاسيما في لحظة طيران جسم حارس المرمى باتجاه الكرة لمسكها او ابعادها .



1-2 مشكلة البحث :-

يجب ان يتمتع حارس المرمى بمتغيرات بايوكينماتيكية (مؤشرات زمانية ومكانية) تختلف عن باقي اللاعبين لأنه يتعامل مع متغيرات عديدة وعليه مواجهتها منها متغيرات التهديد من حالات اللعب الثابت والمتحرك واحدى هذه الحالات الثابتة هي ركلة الجزاء التي يمكن بسهولة تسجيل هدف لقرىها من الهدف وعدم وجود لاعب امام الهدف سوى حارس المرمى الذي يقف على خط المرمى دون التقدم الى الامام وهذا ما ينص عليه قانون اللعبة وعلى هذا الاساس يجب ان تكون تدريباته خاصه وفردية لتطوير قدراته لتتلاءم مع متطلبات حركته من بذل قوة وسرعة ورشاقة للقفز وصد الكرات، فضلا عن قدرات الادراك الحسي الزماني والمكاني ليكون تطوير احساسه الحركي في استجابة جسمه نحو مسار الكرة من لحظة ركلها، مع تحديد كمية القوة والسرعة المبذولة في ادائه لمهارة الطيران باتجاه الكرة سواء أكانت بعيدة أم قريبة، منخفضة أم مرتفعة لذلك يجب ان تكون لديه مؤشرات زمانية ومكانية مبرمجة مسبقا، يعتمد عليها خلال وقوفه وطيرانه بزوايا محددة من رجليه وذراعيه وجسمه لتساعده على صد الكرة .

ومن خلال ملاحظة الباحث لمباريات الدوري المحلي لاحظ ان هناك ضعف في أداء حراس المرمى وخصوصا في حالات التصدي للتهديد من قبل اللاعبين المنافسين سواء من حالات ثابتة او متحركة والذي يعزوه الباحث الى ضعف الاداء الحركي لحراس المرمى بسبب البطيء في الحركات التي يقوم حارس المرمى بتأديتها وكذلك سوء التصرف الحركي من حيث الزمان والمكان نسبة لوقوف الحارس وموقع الكرة لذا ارتأى الباحث دراسة المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) وتطويرها بكرة القدم .

**1-3 أهداف البحث:-**

- 1- اعداد تمارينات لتطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .
- 2- التعرف على تأثير التمارينات الخاصة في تطوير الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .
- 3- التعرف على العلاقة بين الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) وصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

1-4 فرضيتا البحث:

- 1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .
- 2- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الادراك لبعض المتغيرات البايوكينماتيكية (المؤشرات الزمانية والمكانية) وصد ركلة الجزاء لحراس المرمى الشباب بكرة القدم .

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 **المجال البشري:** اشتمل البحث على حراس المرمى لأندية (ههب, الخالص) من محافظة ديالى لفئة الشباب (16- 18) سنة بكرة القدم للموسم (2015-2016) م .
- 1-5-2 **المجال الزمني:** المدة الزمنية من (2015/8/12) م ولغاية (2016/4/18) م .
- 1-5-3 **المجال المكاني:** ملعب نادي ههب الرياضي .