

**عنوان البحث**

**(القوة الانفجارية للرجلين والذراعين وعلاقتها بدقة التصويب من القفز في كرة اليد )**

**اسم الباحثة: شهد شاكر خضر اسم المشرفة :ا.د .غصون ناطق**

**أهداف البحث.1\_التعرف على علاقة القوة الانفجارية للرجلين والذراعين بدقة التصويب من القفز لدى لاعبات فريق كرة اليد في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .**

**منهج البحث. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وذلك لملائمة طبيعة البحث اذ يهدف البحث الوصفي الى جمع البيانات لمحاولة اختيار فروض او الاجابة على التساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد البحث.**

**عينة البحث. تمثل مجتمع البحث لفريق كرة اليد لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات عددهن 25 لاعبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المنتظمة عن طريق القرعة وتم اختيار 20 لاعبة واستبعاد 5 لاعبات للتجربة الاستطلاعية .**

**إجراءات البحث بشكل ملخص :** **اشتمل البحث على خمسة ابواب وتناول الباب الاول مقدمة واهمية البحث ان التطور السريع في عديد من نواحي الحياة وظهور اتجاهات حديثة وافكار تدريبية في كافة المجالات ومنها المجال الرياضي وتناولت مشكلة البحث هي ان القوة لها تأثير على الاداء المهاري بكرة اليد وكان هدف البحث التعرف على علاقة القوة الانفجارية بالذراعين والرجلين بدقة التصويب من القفز لدى لاعبات فريق كرة اليد في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات وفروضه كانت لا توجد علاقة بين القوة الانفجارية للذراعين والرجلين بدقة التصويب من القفز لدى لاعبات فريق كرة اليد بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة**

**جدول (2)**

**جدول يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للرجلين ودقة التصويب بكرة اليد:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغيرات  | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معامل الارتباط | نسبة الخطا | دلالة |
| القوة الانفجارية للرجلين  | 2,507 | 0,782 | 0,742 | 0,00 | معنوية |
| دقة التصويب | 4,85 | 0,745 |  - | 0,00 | معنوية |

**من خلال الاطلاع على الجدول (2) والذي يوضح نتائج الاختبار القوة الانفجارية للرجلين ، يتضح لنا ان المتوسط الحسابي للاختبار بلغ ( 2,507) ، وبانحراف معياري ( 0,782)، ومعامل الارتباط (0,742) ونسبة الخطا (0,00).**

**أهم الاستنتاجات1.\_. هنالك علاقة ارتباط معنوية بين القوة الانفجارية للرجلين ودقة التصويب بكرة اليد لعينة البحث.**

**أهم التوصيات.** **- من الضروري التأكيد على القوة الانفجارية بالطرق والأساليب للاعبي كرة اليد.**

**2- أن تكون تدريبات القوة العضلية وفقا للمسارات الحركية للمهارات الأساسية بكرة االيد .**