|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **بان جهاد عمران** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | البروفيل البايولوجي لبعض مكونات الجسم (العظمي , العضلي , الدهني)وعلاقتها بمستوى الانجاز في فعالية الرماي بالبندقية الهوائية |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | **الباب الاول : التعريف بالبحث**  احتوى هذا الباب على المقدمة واهمية البحث وتم التطرق فيها الى ضرورة تحديد المواصفات والمتطلبات المورفولوجية البدنية والحركية والانفعالات التي يتطلبها النشاط الرياضي. ومشكلة البحث تتلخص في ان عملية اختيار اللاعبات تخضع لاساليب غير العلمية في فعالية الرماية حيث اعتمدت لمدة على الصدفة والملاحظة العابرة والخبرة الشخصية مما ادى الى انخفاض مستوى الانجاز عند الممارسات في النتخب النسوي كذلك قلة الابحاث التي تناولت مشاكل الاخفاق فيها وفي جميع الاتجاهات لاسيما مكونات الجسم والمواصفات المطلوبة للاعبات الرماية  **اما اهداف ابحث فهي :-**   * التعرف على الكميات المطلقة والنسبية لمكونات الجسم الاساسية (العظمية , العضلية , الدهنية )عند الطالبات في كلية التربية الرياضية للبنات) في فعالية الرمي بالبندقية الهوائية. * معرفة العلاقة بين الكميات المطلقة والنسبية لمكونات الجسم الاساسية ومستوى الانجاز. * تصميم البروفيل البايولوجي (الجانبي) للمكونات الجسمية لطالبات كلية التربية الرياضية لبنات في فعالية الرمي بالبندقية الهوائية.   **فرضية البحث :-**   * تفرض الباحثة ان هناك علاقة ذات دالة احصائية بين الكميات المطلقة والنسبية لمكونات الجسم الاساسية ومستوى الانجاز لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات في فعالية الرمي بالبندقية الهوائية.   **اما مجالات البحث فهي :-**   * المجال البشري :- طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية للبنات * المجال الزمني : المدة من 11/1/2009 لغاية 8/3/2009 * المجال المكاني : قاعة الرماية في كلية التربية الرياضية للبنات- جامعة بغداد   **الباب الثاني : - الدراسات النظرية والدراسات المشابهة**  احتوى هذا الباب على الدراسات النظرية وتم التطرق الى نبذة تاريخية للرماية وعن اساسيات فعالية الرماية وعن السن المناسب لبدأ التعلم وانتقاء الرماة وكذلك عن اسلوب انتقاء لاعبي الرماية في العراق وتطرقت الباحثة عن مفهوم القياس و القياسات الجسمية والعوامل المثرة فيها كذلك تتضمن مكونات تركيب الجسم والعوامل المؤثرة في التركيب الجسماني وطرق تقدير مكونات تركيب الجسم واخيرا تضمن هذا الفصل الدراسات المشابهة.  **الباب الثالث : منهج البحث واجراءاته الميدانية**  احتوى هذا الباب على منهج البحث , وادواته من العينة والادوات والوسائل المستخدمة بالبحث والاجهزة المستخدمة في البحث والتكلم عن تجانس العينة وعن خطوات تنفيذ البحث واجراءاته, وتحديد القياسات الجسمية المستخدمة بالبحث مثل قياس كمية العظام المطلقة والنسبي والعضلات المطلق والنسبي وكمية الدهون المطلقة والنسبية واخذ التكلم عن اختيار الانجاز في الرماية والتجربة الاستطاعية للبحث واجراءات التجربة الرئيسية واخيرا الوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث.  **الباب الرابع :-عررض النتائج وتحليلها ومناقشتها** احتوى هذا الباب على عرض وتحليل الكميات اللمطلقة والنسبية لمكونات الجسم الاساسية (العظمية , العضلية , الدهنية ) لعينة البحث , وتحديد المعايير للمكونات الجسمية (العظمية , العضلية , الدهنية ) ومستوى الانجاز لعينة البحث وكذلك تحديد مستويات معايرية للمكونات الجسمية السابقة الذكر ومستوى الانجاز واخيرا وضع انموذج التقويم العام للمكونات الجسمية الاساسية والانجاز (تصميم الشكل الجانبي (البروفيل ) لطالبات كلية التربية الرياضية – للبنات في فعالية الرماية  **الباب الخامس:- الاستنتاجات والتوصيات**  احتوى هذا الباب على الاستنتاجات التي توصلت لها الباحثة من خلال دراستها واهمها :- أن المواصفات الجسمية لها تأثير في أنجاز الرامي لفعالية البندقية الهوائية إذ اتضح مدى تأثير تلك المواصفات في مستوى رفع انجاز الرامية وكذلك تباين المكونات الثلاثة (العظمي، العضلي، الدهني) في تأثيرها على مستوى الانجاز في الرماية، كما اتضح من خلال البحث أن المكونين العظمي والعضلي يؤثران في مستوى الانجاز بشكل كبير وكذلك وجود علاقة عكسية أي سالبة بين المكون الدهني والانجاز واخيرا توصلت الباحثة الى قياسات خاصة للمكونات الجسمية لدى الطالبات وايجاد (بروفيل) خاص عند اختيار الطالبات للممارسة هذه اللعبة.  وانتهت الباحثة الى توصيات , تم التأكد من خلالها على ضرورة الاهتمام بالمكون العضلي للاعبي الرماية من خلال التدريبات الخاصة بفعالية الرمي بالبندقية الهوائية وضرورة الاهتمام بعملية انتقاء بالنسبة للمدربين يجب ان تتلائم مع طبيعة الفعالية وخصوصيتها وكذلك يجب ان تكون عملية اختيار الراميات على اساس تصميم البروفيل الذي وضعته الباحثة للمكونات (العظمية , العضلية , الدهنية) المثالية. |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **اسيل ناجي فهد** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **تأثير تمرينات التحمل اللاهوائي بأزمنة مختلفة في تطوير تحمل ( سرعة وقوة الأداء ) لدى لاعبات نادي الفتاة بالمبارزة** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | اشتملت الرسالة على خمسة أبواب, وتم التطرق في الباب الأول إلى التعريف بالبحث من خلال مقدمة البحث وأهميته, والتي تجلت في أن رياضة المبارزة من الألعاب التي تتطلب من اللاعب مجهودا كبيرا، ويجب إن تتوافر فيه شروط خاصة كأن يتميز بلياقة بدنية عالية وقدره على التحمل ، لان الأداء الحركي هو حصيلة للتآزر بين القدرات البدنية والمهارية, لذلك سعت الباحثة تطوير الجانب البدني الذي يساهم في تطوير الجانب المهاري وبالتالي تحسين مستوى الأداء المهاري.وتكمن مشكلة البحث في إن اغلب لاعبات المبارزة تعاني من عدم القدرة في الاحتفاظ على نفس المستوى طول فترة المنافسات بسبب ضعف التحمل، وحتى تتمكن من الأداء على نفس المستوى طيلة فترة المنافسة عملت الباحثة في تجريب تأثير تمرينات التحمل اللاهوائي بأزمنة مختلفة في تطوير تحمل ( سرعة وقوة الأداء ) لدى لاعبات نادي الفتاة بالمبارزة  وهدفت الدراسة إلى:  –التعرف على تأثير استخدام التمرينات اللاهوائيه بأزمنة مختلفة على تطوير تحمل سرعة الأداء لدى لاعبات المبارزة.  –التعرف على تأثير استخدام التمرينات اللاهوائيه بأزمنة مختلفة على تطويرتحمل قوة الأداء لدى لاعبات المبارزة.  وافترضت الباحثة:  - توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديه في اختبارات تحمل(سرعة وقوة الأداء ) لدى مجموعتين البحث ولصالح الاختبارات البعديه.  – توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين المجموعتين التجريبية الأولى والتجريبية الثانية في تحمل(سرعة وقوة الأداء ) في الاختبارات البعدي  أما مجالات البحث فقد تم تحديدها بـ:  - المجال البشري: لاعبات نادي الفتاة (بغداد) بالمبارزة البالغ عددهن ( 14 )لاعبة.  - المجال ألزماني: الفترة من24-1- 2010 ولغاية2-5-2010 م  -المجال المكاني قاعة المبارزة في كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد.  وقد تطرقت الباحثة في الباب الثاني إلى الدراسات النظرية والدراسات المشابهة ذات العلاقة بموضوع الدراسة .  أما في الباب الثالث والمتضمن منهج البحث وإجراءاته الميدانية, فقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث ، إذ أُجريت الدراسة على (14 لاعبة) من لاعبات نادي الفتاة (بغداد) الرياضي للموسم الرياضي 2009-2010م، تم اختيارهن بالطريقة العمدية، ثم إجراء التجانس لهن في متغيرات (الطول ، والوزن ، والعمر الزمني ، والعمر التدريبي) ومن ثم تقسيمها بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة إلى مجموعتين تجريبيتين وإجراء التكافؤ بين المجموعتين في الاختبارات القبلية وهي (اختبار تحمل قوة وسرعة الأداء)، ومن ثم تم تطبيق المنهاج التدريبي على المجموعتين التجريبيتين، إذ تخضع المجموعة التجريبية الأولى لتدريبات التحمل بزمن 30 -60 ثا . اما المجموعة التجريبية الثانية تخضع لنفس التدريبات لكن بزمن 90 -120 ثا ، واستمر المنهاج التدريبي ثمانية أسابيع بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع, ولمدة شهرين وفي فترة الأعداد الخاص وتم اعتماد طريقة التدريب الفتري ، علماً أن زمن الوحدة التدريبية 120 د، وتم تطبيق تدريبات التحمل في قسم الإعداد البدني الخاص وبزمن 50 دقيقة.  وبعد الانتهاء من تنفيذ المنهاج أُجريت الاختبارات البعدية ، وتمت معالجة النتائج بواسطة اختبار(ت) للعينات المترابطة والمستقلة.وتم عرضها وتحليلها ومناقشتها في الباب الرابع على شكل جداول وإشكال بيانية .  وقد استنتجت الباحثة في الباب الخامس ان :  - تمرينات التحمل بأزمنة مختلفة لها تأثير ايجابي في تطوير تحمل (قوة وسرعة الأداء ) لدى لاعبات المبارزة  - تمرينات التحمل بأزمنة 30 - 60 ثا لها تأثير أفضل في تطوير تحمل سرعة الأداء لدى لاعبات المبارزة.  - تمرينات التحمل بأزمنة 90 -120 ثا لها تأثير أفضل في تطوير تحمل قوة الأداء لدى لاعبات المبا رزة.  وتوصي الباحثة بما الآتي :  - لتطوير تحمل سرعة الأداء يفضل استخدام أزمنة 30 -60 ثا  - لتطوير تحمل قوة الأداء يفضل استخدام أزمنة 90 -120 ثا  - أداء تمرينات باستخدام أزمنة مختلفة أخرى وقدرات بدنية أخرى وفعاليات رياضية مختلفة |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **هدى صالح محمد** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **تأثير استخدام التمرينات التبادلية المزدوجة في تطوير التوافق العضلي الثنائي ومستوى الأداء لبعض المهارات بسلاح الشيش لدى لاعبات المبارزة** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | اشتمل هذا الباب على المقدمة وأهمية البحث التي تم التطرق فيها إلى رياضة المبارزة كونها رياضة تحمل أصالة الماضي بنكهة الحاضر , وان لعبة المبارزة إحدى الألعاب العالمية والاولمبية التي لها متطلبات رياضية واجتماعية ونفسية وتربوية اذ إنها تمارس على وفق قوانين وقواعد منظمة خاصة تحكم المنافسة بين المتبارزين، وكذلك تم التطرق إلى أهمية التعرف على تأثير التدريبات التبادلية والمزدوجة في تطوير التوافق العضلي الثنائي التي تعد من الوسائل التي تمكننا من الربط بين الصفة البدنية والمهارة الحركية من خلال استخدامها في الوحدات التدريبية بشكل علمي ومنظم كخطوة بسيطة لمساعدة المدربين في مجال التدريب لتحقيق مستوى أفضل.  **وهدفت الدراسة إلى:**   * إعداد تمرينات خاصة تبادلية مزدوجة لتطوير التوافق العضلي الثنائي ومستوى الأداء المهاري. * التعرف على تأثير التمرينات التبادلية المزدوجة في تطوير التوافق العضلي الثنائي ومستوى الأداء المهاري.   **وافترضت الباحثة**   * التمرينات التبادلية المزدوجة لها تأثير إيجابي في تطوير التوافق العضلي الثنائي لدى لاعبات المبارزة . * هناك فروق ذو دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في التوافق العضلي الثنائي ومستوى الأداء المهاري. * هناك فروق ذو دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في التوافق العضلي الثنائي ومستوى الأداء المهاري.   وقد تضمن هذا الباب المجالات التي أجريت الدراسة خلالها واشتمل المجال البشري على العينة المتمثلة بلاعبات نادي فتاة بغداد بالمبارزة والبالغ عددهن (16) لاعبة، والمجال الزماني الذي جرت خلاله التجربة من ( 21-1/2010) ولغاية( 9/5/2010) والمجال المكاني قاعة المبارزة في كلية التربية الرياضية للبنات جامعة بغداد  **الباب الثاني- (الدراسات النظرية والدراسات المشابهة):** تطرقت الباحثة في الدراسات النظرية الى متطلبات رياضة المبارزة والى التوافق الحركي وأنواعه، العوامل المؤثرة فيه أهميته في لعبة المبارزة وثم تطرقت إلى التدريبات التبادلية والمزدوجة وكيفية تقييم مستوى الأداء المهاري،أما الدراسات المتشابهة فقد تطرقت الباحثة إلى دراسات هي دراسة (رجاء حسن إسماعيل)، و(مهند حسين) وقد تناولت الدراسات ملخص كل دراسة مع مناقشتها من حيث أوجه التشابه والاختلاف مع الدراسة الحالي  **الباب الثالث:- منهج البحث واجراءته الميدانية** تناول هذا الباب منهج البحث, إذ اختارت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعته المشكلة, اذ اختيرت لاعبات نادي فتاة بغداد الرياضي للمبارزة والبالغ (16) لاعبة قسمت على مجموعتين :  مجموعة تجريبية وشملت(8) لاعبات  مجموعة ضابطة وشملت (8) لاعبات  وتطرقت الباحثة في هذا الباب أيضا" إلى الأجهزة والأدوات التي تم استخدامها في التجربة مع شرح الاختبارات المستخدمة وثم معالجة النتائج إحصائيا عن طريق النظام الإحصائي spss.  **الباب الرابع:- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها**  تمرق في هذا الباب إلى عرض النتائج التي حصلت عليها من الاختبارات وتحليلها على وفق جداول وأشكال بيانية وتوضيحية ومناقشتها على وفق الأسلوب العلمي المتبع.  **الباب الخامس:- الاستنتاجات والتوصيات**  توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الاتية:-  1- التدريبات التبادلية والمزدوجة لها تأثير ايجابي في تطوير التوافق العضلي الثنائي ومستوى الأداء المهاري لدى عينة البحث.  2- حققت المجموعة التجريبية نسب تطور في اختبارات التوافق العضلي الثنائي ومستوى الأداء المهاري أفضل من المجموعة الضابطة.  اما التوصيات فهي :ـ  **1ـ اعتماد التمرينات التي اعدتها الباحثة لتطوير التوافق العضلي الثنائي للاطراف العليا والسفلى للاعبي المبارزة**  **2ـاعتماد الاختبارات المستخدمة التي اعتمدتها الباحثة لغرض تقويم التوافق العضلي الثنائي للاعب المبارزة اثناء التدريب .**  **3ـاجراء بحوث ودراسات مشابهة لفئات عمرية اخرى ولمهارات اخرى في لعبة المبارزة .** |

جامعة بغداد

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **سندس كريم كيطان** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **الكشف عن الأجهاد التأكسدي الناتج من الجهد البدني بدلالة بعض مضادات الأكسدة الانزيمية وبعض المتغيرات البيوكيميائية والوظيفية لدى المشاركات في دورات اللياقة البدنية** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | **تركزت مشكلة البحث في امكانية تاثير الجهد البدني (الايروبكس) في عمل الاجهزة الوظيفية في الجسم مما يولد امراضا تصل الى حد السرطان نتيجة للأجهاد التأكسدي الذي لم يدمر الخلية العاملة فقط وانما الـ (DNA) إذ ينشطر مركب (O2) الى (O) فيرتبط بأي مركب يقابله، يحدث هذا عندما يكون خلل في مضادات الاكسدة الانزيمية منها الفيتامينات هذا وقد هدفت الدراسة الى:-**  **- وضـــع منهـج تدريبـــي يتضـمـن تمرينـات الايروبكــس.**  **- الكشف عن الاجهاد التأكسدي بدلالة كل من الكلوتاثيون والمالون داي الديهايد والكاتالاز لدى عينـة البحـث فـي الاختبـارات القبليـة عنهـا فـي البعديـة.**  **- الكشــف عـــن الاجهاد التاكسدي بدلالــة بعـص الامـلاح المعدنيــــة ( Seleniumالسيلينيوم) (النحاس cu) (الزنك zn)، لـدى عينـة البحـث فـي الاختبـارات القبلية عنها في البعدية.**  **- الكشف عن مستوى قيـم بعـض المتغيرات الوظيفية في الاختبارات القبلية عنهما في البعدية.**  **وازاء ذلك فقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي طريقة لحل مشكلة بحثها واستخدمت لذلك ايضا الوسائل والادوات والاختبار المتعلقة بموضوع البحث علما ان تلك الأجراءات اجريت على عينة من الممارسات للياقة البدنية بعمر (20 – 25 سنة) واستخدمت لذلك تصميم العينة التجريبية الواحدة (قبلي – بعدي) وبعد استكمال تلك الاجراءات والمتطلبات الخاصة بأجراء البحث، إذ يتم التوصل الى بعض الاستنتاجات، إذ كان اهمها ان الاجهاد التأكسدي وليد الجهد البدني وهذا الجهد يتطلب تنظيم مدد العمل والراحة والاستمرار بأختيار نوعية الاغذية التي تتوافر فيها مضادات الاكسدة.**  **أما التوصيات فكان اهمها:-العمل على تنظيم مفردات البرنامج التدريبي وفقا للمستوى الذي تكون عليه العينة فضلا عن تهيئة مضادات الاكسدة الطبيعية أو البديلة بحيث تتلائم مع قابلية العينة التي يجري عليها البحث.** |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **خلود عبد الوهاب احمد** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | الضغوط النفسيه والتوجه التنافسي وعلاقتهما بنتائج الدوري |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | **الباب الاول : المقدمة البحث واهمية :**  تطرقت الباحثة إلى اهمية الضغوط النفسية ودورها في المجال الرياضي ولا سيما لعبة كرة السلة فضلا عن التوجه التنافسي للاعبين.  اما مشكلة البحث فتتمثل في قلة اهتمام المدربين والعاملين في المجال الرياضي بالضغوط النفسية والتوجه التنافسي ودورها في التأثير بنتائج الدوري الممتاز بكرة السلة .  **اما اهداف البحث:-**  1- التعرف على الفرق في مستويات محاور الضغوط النفسية لدى لاعبي الدوري الممتاز بكرة السلة , والمقياس عموما .  2-التعرف على الفرق في مقياس التوجه التنافسي ( سلبي , ايجابي ) لدى لاعبي الدوري الممتاز بكرة السلة , والمقياس عموما .  3- التعرف على العلاقة بين مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوجه التنافسي بنتائج الدوري الممتاز بكرة السلة .  **اما فروض البحث :-**  1- لا توجد فروق ذو دُلالة إحصائية في مستويات محاور الضغوط النفسية بين لاعبي اندية الدوري الممتاز بكرة السلة للمرحلة الثانية.  2- لا توجد فروق ذو دُلالة إحصائية في مقياس الضغوط النفسية عموما بين لاعبي اندية الدوري الممتاز بكرة السلة .  3- لا توجد فروق ذو دُلالة إحصائية في مقياس التوجه التنافسي ( سلبي , ايجابي) ونتائج الدوري الممتاز بكرة السلة .  **اما مجالات البحث فكانت :-**  **1-المجال البشري** : لاعبو أندية الدوري الممتاز بكرة السلة .  **2- المجال الزماني** : 25/3/2010 ولغاية 30/6/2010 .  **3- المجال المكاني** : قاعات الاندية المشاركة في الدوري الممتاز بكرة السلة (الشرطة ،الكرخ،النجف ،الحله،البصرة ،الناصرية ،دهوك).  **الباب الثاني : الدراسات النظرية والمتشابهة .**  شملت الضغوط النفسية ومصادرها وأسبابها وأنواعها والتوجه التنافسي بنوعيه السلبي والايجابي ودوري كرة السلة .  كما تطرق البحث إلى بعض الدراسات ذي العلاقة بموضوع البحث .  **الباب الثالث :منهج البحث واجراءته .**  استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة طبيعة البحث وتم استخدام مقياس الضغوط النفسية والتوجه التنافسي فضلا عن الاستعانة بنتائج مباريات الدوري بأستخدام ترتيب الفرق .  **الباب الرابع :عرض النتائج ومناقشتها .**  تضمن هذا الباب عرض نتائج البيانات وتحليلها ومناقشتها التي تم الحصول عليها بعد اجراء المعاملات الاحصائية الملائمة منها الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بيرسون وتحليل التباين واقل فرق معنوي (L.S.D )  وعرضت النتائج وحٌللت من خلال جداول خاصة بذلك ونوقشت النتائج باسلوب علمي مع الاعتماد على المصادر العلمية والمقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص .  **الباب الخامس : الاستنتاجات والتوصيات**  **في ضوء محور نتائج البحث توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية :-**   1. انخفاض الطاقة النفسية لدى بعض لاعبي الأندية المشاركة في دوري كرة السلة الممتاز في المرحلة الثانية (الإياب). 2. انخفاض الاستعداد البدني لدى بعض لاعبي الأندية المشاركة في دوري كرة السلة الممتاز في المرحلة الثانية (الإياب). 3. نمط الشخصية له تاثير متوسط على لاعبي الاندية المشاركة في دوري كرة السلة الممتاز في المرحلة الثانية (الإياب). 4. الضغوط الاداريه لها تاثير متوسط على بعض لاعبي الأندية المشاركة في دوري كرة السلة الممتاز في المرحلة الثانية (الإياب). 5. انخفاض تاثير الضغوط الاجتماعية على لاعبي الاندية المشاركة في دوري كرة السلة الممتاز في المرحلة الثانية (الإياب) 6. التوجه التنافسي الايجابي اكبر من التوجه التنافسي السلبي لدى لاعبي الاندية المشاركين في دوري كرة السلة الممتاز في المرحلة الثانية (الإياب). 7. التوجه التنافسي الايجابي له علاقة ارتباط اكبر من التوجه التنافسي السلبي تتناسب وترتيب الأندية في نهاية المرحلة الثانية من دوري كرة السلة |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **شيماء علي ناصر** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **تأثير منهج بدني في بعض القدرات البدنية – الحركية، والمهارات الكشفية لدى دليلات كلية التربية الرياضية للبنات** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | **الباب الأول: التعريف بالبحث:**  اشتمل هذا الباب على المقدمة وأهمية البحث، حيث تحدثنا في المقدمة عن الحركة الكشفية ودورها بالنسبة لقطاع الطلبة والشباب بعدَهم قطاع مهم في المجتمع، وكذلك تم التطرق إلى مفهوم (اللياقة البدنية) ومكوناتها البدنية - الحركية، وكيفية تنمية الجانب البدني لفئة الدليلات، وتكمن أهمية الدراسة في وضع برنامج بدني مقنن يًعنى بالبدن وتطوير القدرات البدنية - الحركية، وتأثيرها في المهارات الكشفية.  أما مشكلة،البحث فتتلخص: هناك برامج وخطط مدروسة علميا في مديرية التربية الكشفية خاصة بمرحلة الجوالة، ولكن (قلة البحوث والدراسات والبرامج الخاصة بهذه المرحلة كونها استحداث جديد ولاهمية هذه المرحلة لاعتبارها الامتداد الرئيسي للحركة الكشفية والمرأة العاكسة لسنوات من الخبرة في مجال العمل الكشفي ) فضلا عن عدم وجود البحوث التجريبية بهذا المجال داخل العراق، لذلك إرتأت الباحثة وضع منهج بدني - يعمل على تنمية بعض القدرات البدنية - الحركية المؤثرة في المهارات الكشفية التي تحتاجها الدليلة في عملها الكشفي.  **أهداف البحث**:   1. التعرف إلى أهم المهارات الكشفية الممارسة من قٍِبل الدليلات واختباراتها. 2. تحديد أهم القدرات البدنية - الحركية المؤثرة في الدليلات واختباراتها. 3. إعداد منهج تطويري بدني لفئة الدليلات. 4. التعرف إلى تأثير المنهج البدني في المهارات الكشفية والقدرات البدنية - الحركية المختارة.   **فروض البحث**:   1. هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة( الضابطة-التجريبية) بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في بعض القدرات البدنية - الحركية والمهارات الكشفية لدى الدليلات. 2. هناك فروق ذات دلالة إحصائية للاختبارات البعدية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في بعض القدرات البدنية - الحركية والمهارات الكشفية لدى الدليلات.   **مجالات البحث**:   1. المجال البشري: دليلات كلية التربية الرياضية للبنات/المرحلة الأولى. 2. المجال الزماني: 14/3/2010، وحتى 16/5/2010. 3. المجال المكاني: قاعات كلية التربية الرياضية للبنات والساحات الكشفية المخصصة في الكلية.   **الباب الثاني: الدراسات النظرية والمشابهة:**  تطرقت الباحثة في هذا الباب إلى الدراسات النظرية الخاصة بموضوع الدراسة، والمتكونة من مفهوم (اللياقة البدنية) ومكوناتها ألاً وهي: (القوة العامة، الرشاقة، المرونة، المطاولة، التوافق، التوازن)، وكذلك إلى تاريخ الحركة الكشفية قبل (بادن باول)، ومراحل الكشافة، والتعريف بمرحلة الجوالة موضوع الدراسة (أهدافها، وشعارها، ومراتبها، ومسميات الرهوط والتشكيلات والعشيرة، والمهارات الكشفية موضوع الدراسة الحالية (نصب الخيمة، تقويضها، العقدة الوتدية، العقدة المربعة).  **الباب الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية:**  تناول هذا الباب منهج البحث وإجراءاته الميدانية بحيث استعملت الباحثة المنهج التجريبي على عينه البحث المؤلفة من (48) طالبة من كلية التربية الرياضية للبنات، إذ تم إختيارهن بالطريقة العمدية عن طريق القرعة بشكل مجموعتين ضابطة وتجريبية، وبلغ عدد كل مجموعة (24) طالبة.  وقد عرضت الباحثة إستمارات الإستبانه، وعرضها على الخبراء في مجال الكشافة واللياقة، وتم تحديد أهم المتغيرات الخاصة بالقدرات البدنية، وهي: (القوة العامة، الرشاقة، المرونة، التوافق، التوازن، المطاولة)، ومن ثم اختباراتها، وكذلك تم تحديد أهم المتغيرات الخاصة بالمهارات الكشفية، إذ تم عرضها على الخبراء والمختصين في هذا المجال، ومن ثم تم اختيار الاختبارات الخاصة بها (نصب وتقويض الخيمة، العقدة المربعة، العقدة الوتدية).  وقد أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية، وكذلك الاختبارات (القبلية والبعدية) بعد تطبيق المنهج المًعد للياقة البدنية على المجموعة التجريبية لمعرفة مدى تأثيره في القدرات البدنية والمهارات الكشفية للدليلات، وبعد الحصول على النتائج بوبت وعولجت إحصائياً باستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة.  الباب الرابع: **عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها**:  شمل هذا الباب عرضا وتحليلا لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية، ولجميع المتغيرات البدنية والحركية والكشفية وقد نوقشت هذه النتائج بالأسلوب العلمي مستندة إلى المصادر العلمية الخاصة بموضوع الدراسة إذ ظهرت فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لتطوير القدرات البدنية - الحركية (القوة العامة، الرشاقة، التوازن، التوافق، المرونة، مطاولة ) للمجموعة التجريبية وهذا نتيجة للمنهج البدني الذي طبق على المجموعة نفسها، وبالنظر إلى نتائج اختبارات المهارات الكشفية: (نصب وتقويض الخيمة، العقدة الوتدية، العقدة المربعة) نلاحظ تطورا لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، تعزوه الباحثة إلى استخدام العينة للمنهاج البدني الذي عمل على تنمية الصفات البدنية المختارة، إذ كان مبني على أساس مدروس، أما المجموعة الضابطة، فنلاحظ تطور لصالح الاختبار البعدي علما أن هذه المجموعة لم تخضع إلى أي منهاج تدريبي، بل اكتفوا فقط بما كان يؤخذ من تمارين ودروس منهجية، وتعزو الباحثة أسباب هذا التطور البسيط إلى عامل الاستمرار في التدريب.  الباب الخامس: **الاستنتاجات والتوصيات:**  أهم الاستنتاجات هي:   1. هناك تطور واضح في نتائج المجموعة التجريبية، ولصالح الاختبار البعدي في القدرات البدنية المختارة: (القوة العامة، الرشاقة، التوافق، التوازن، مطاولة ، المرونة). 2. هناك تطور كبير في نتائج المجموعة التجريبية، ولصالح الاختبار البعدي في المهارات الكشفية: (نصب وتقويض الخيمة، العقدة الوتدية، العقدة المربعة). 3. هناك تطور في نتائج المجموعة الضابطة، ولصالح الاختبار البعدي في القدرات البدنية المختارة: (القوة العامة، الرشاقة، التوافق، التوازن، مطاولة ، المرونة). 4. هناك تطور في نتائج المجموعة الضابطة، ولصالح الاختبار البعدي في المهارات الكشفية: (نصب وتقويض الخيمة، العقدة الوتدية، العقدة المربعة). 5. كان للمنهج التجريبي (البدني) المطبق على المجموعة التجريبية تأثيره الايجابي مما أدى إلى تفوق المجموعة التجريبية في نتائجها البعدية على المجموعة الضابطة بجميع المتغيرات البدنية والكشفية. |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **طيف ابراهيم عبد الله** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **دراسة مقارنة في بعض القدرات البدنية والحركية بين سباحوا مدرسة البطل الاولمبي واتحاد السباحة العراقي المركزي في السباحة الحرة بأعمار (8-10) سنوات** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | تطرقت مقدمة البحث وأهميته إلى الاهتمام الكبير بممارسة النشء رياضة السباحة بما يتفق والمتطلبات المتنوعة للمجتمع وتساعد على التمتع بالنشاط الترويحي واستثمار أوقات الفراغ، وتحتاج البدء بأعمار صغيرة لكي يتم الارتقاء بقابلية الرياضي في تحمل الأحمال التدريبية العالية بعد سنوات من التدريب، ولتحقيق الأرقام القياسية، وهذا ما عمل به كل من الاتحاد العراقي المركزي للسباحة، بالبدء بتدريب الأطفال بأعمار (6) سنوات ممن يملكون مواهب وطاقات رياضية وميولاً لهذه اللعبة لكي يصبحوا أبطال المستقبل.  ومما سبق تتجلى أهمية البحث في مقارنة بعض القدرات البدنية والحركية لسباحو مدرسة البطل الاولمبي ومقارنتها بالقدرات البدنية والحركية للاتحاد السباحة العراقي المركزي في المرحلة العمرية نفسها لمعرفة أيهما أفضل، وهل أن التدريب يسير حسب الخطط العلمية بإشراف الخبراء والأساتذة من حملة الشهادات العليا وقوفاً على مدى كفاءة وملاءمة هذه الخطط التدريبية المتعبة لغرض تعميمها على أندية العراق للاستفادة منها في رفع مستوى الرياضة في العراق.  **مشكلة البحث:**  من خلال الاطلاع على خطط مدرسة البطل الاولمبي وأهدافها، وكذلك الاطلاع على خطط اتحاد السباحة العراقي المركزي وأهدافه،لاحظت بان مدرسة البطل الاولمبي ذات اهمية باعتبارها مشروع تدريبي مبني على خطط تدريبية مقننة ومدروسة لامد بعيد وانتقاء ماهو جيد من هذه الخامات وزجهُ في برامج الاتحاد التدريبية للوصول به الى التتويج وحصد الاوسمة لذلك .  أرتأت الباحث معرفة الفروق في القابليات البدنية والحركية لسباحوا مدرسة البطل الاولمبي وسباحوا اتحاد السباحة العراقي المركزي، لكون أن كلاً من مدرسة البطل الاولمبي واتحاد السباحة العراقي المركزي يتبعان برامج تدريبية مختلفة ويقومان بضبط المتغيرات مثل (النظام الغذائي المتبع من قبل مدرسة البطل الاولمبي لمجتمعهم، والنقل)، لذا وجهت الباحث جل اهتمامها في معرفة تلك الفروق بين العينتين عسى أن تكون هذه اضافة علمية بسيطة في محافل العلم والمعرفة.  أهداف البحث إلى:   1. التعرف على بعض القدرات البدنية والحركية لسباحوا مدرسة البطل الاولمبي وسباحوا اتحاد السباحة العراقي المركزي في فعالية السباحة. 2. التعرف على الفروق بين سباحوا مدرسة البطل الاولمبي واتحاد السباحة العراقي المركزي في بعض القدرات البدنية والحركية.   أما فرض البحث فكان:   1. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين سباحوا مدرسة البطل الاولمبي واتحاد السباحة العراقي المركزي في بعض القدرات البدنية والحركية.   أما مجالات البحث:   * المجال البشري: سباحوا مدرسة البطل الاولمبي واتحاد السباحة العراقي المركزي بأعمار (8-10) والبالغ عددهم (16)لاعباً موزعين (8) لكلاً منهم. * المجال الزماني: 15/3/2010 ولغاية 6/4/2010. * المجال المكاني: مسبح الشعب الاولمبي المغلق /بغداد.   **الباب الثاني (الدراسات النظرية والمشابهة):**  تناولت الدراسات النظرية:القدرات البدنية، والقوة العضلية، والعوامل المؤثرة في القوة العضلية، وأنواع القوة العضلية، والقوة الانفجارية، والقوة القصوى، والقوة المميزة بالسرعة، ومطاولة القوة، والسرعة، وأنواع السرعة، والمطاولة، والقدرات الحركية، والرشاقة، والمرونة، والتوافق، وفعالية السباحة، والسباحة الحرة، ومدرسة البطل الاولمبي، والاتحاد العراقي المركزي للسباحة.  **الباب الثالث (منهجية البحث وإجراءاته الميدانية):**  استخدمت الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المقارنة بين المجموعتين، وذلك لملاءمته لطبيعة البحث، وتم اختيار عينة البحث بالصورة العمدية التي تمثل سباحوا اتحاد السباحة العراقي المركزي من هم اختصاص سباحة بأعمار (8-10) سنوات وعددهم (8) من أصل (12) سباحاً وهم يمثلون المجموعة الأولى، أما المجموعة الثانية فكانت (8) سباحين يمثلون سباحوا مدرسة البطل الاولمبي من أصل (12) سباحاً ممن هم اختصاص سباحة بأعمار (8-10) سنوات، واختارت الباحث الاختبارات البدنية والحركية الخاصة بالصفات البدنية والحركية ووضعها في استمارة استبانه، وتم عرض الاستمارة على مجموعة من الخبراء والمختصين وقد تم اختيار القدرات التي حصلت على نسبة اتفاق (70%) فما فوق ، وتم اختيار عدد من هذه الاختبارات لقياس الصفات البدنية والحركية والتي تم ترشيحها من قبلهم فضلاً عن تمتعها بدرجه عالية من الصدق والثبات والموضوعية، ومن خلال استمارة أعدت لهذا الغرض، وقدآشارت هذه العملية إلى ترشيح (21) اختباراً إذ حققت كل منها نسبة تزيد على (70%) فما فوق .  **الباب الرابع (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):**  وتم في هذا الباب عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعة طلاب مدرسة البطل الاولمبي ومجموعة لاعبي اتحاد السباحة، وبعدها تم عرض نتائج الاختبارات البدنية والحركية للمجموعتين لبيان الفروق بينهما عن طريق اختبار (t-test) للعينات المستقلة، وبعد ذلك تمت مناقشة النتائج بصورة علمية.  **الباب الخامس (الاستنتاجات والتوصيات):**استنتجت الباحث ما يأتي:   1. عدم ظهور فروق معنوية بين سباحوا مدرسة البطل الاولمبي وسباحوا اتحاد السباحة العراقي المركزي في الصفات البدنية الآتية: 2. القوة الانفجارية لعضلات الذراعين. 3. القوة الانفجارية لعضلات الرجلين. 4. القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين. 5. ظهور فروق معنوية بين سباحوا مدرسة البطل الاولمبي وسباحوا اتحاد السباحة العراقي المركزي في الصفات البدنية الآتية ولصالح سباحوا اتحاد السباحة العراقي المركزي: 6. القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين. 7. مطاولة القوة لعضلات الذراعين. 8. مطاولة القوة لعضلات الرجلين. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** | |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** | |
| االاسم الثلاثي | **شذى عبد الحافظ** | |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** | |
| المهنه | **لايوجد** | |
| نوع الدراسة | **الماجستير** | |
| عنوان الرساله | **المعوقات الإدارية والاجتماعية وتأثيرها على درس التربية البدنية والرياضة في مدارس ثانويات البنات بغداد / الكرخ** | |
| السنه | **2010** | |
| الملخص العربي | الباب الاول : ( التعريف بالبحث )  إحتوى الباب على مقدمة البحث وأهميته إذ تم التطرق الى كل من أهمية الادارة في التربية الرياضية وعلاقة التربية البدنية والرياضة بالتربية العامة ودور التربية البدنية والرياضة الحيوي في الاسهام ببناء المجتمع القوي السليم, وذلك لان لم تعد التربية البدنية والرياضة تهتم بالبدن فحسب بل أصبحت تهتم بالفرد ككل وذلك من خلال تنمية جوانبه البدنية والإجتماعية والعقلية والنفسية ومن هنا برزت اهمية البحث لايجاد صيغة تنظيمية لإدارة التربية البدنية والرياضة المدرسية وبيان دور الاسرة في حث ابنائها على الاشتراك بنشاطاتها الصفية واللاصفية لمردوداتها الايجابية على الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والإجتماعية والعمل على تطوير مستوى الرياضة المدرسية ومواكبة التطور الحاصل في هذا المجال .  وتركزت مشكلة البحث في الإهمال الإداري والتنظيمي لدرس التربية البدنية والرياضة بنشاطيها الصفي واللاصفي وخاصة بالنسبة للطالبات بسبب الظروف الإجتماعية والإقتصادية والثقافية لهن .  وعليه أرادت الباحثة الخوض في هذا الموضوع وإيجاد الحلول المناسبة له .  أما أهداف البحث فهي التعرف على المعوقات الإدارية لدرس التربية البدنية والرياضة والتعرف على المعوقات الاجتماعية لدرس التربية البدنية والرياضة في ثانويات البنات بغداد/الكرخ لذا فرضت الباحثة أن هناك معوقات إدارية واجتماعية تعيق درس التربية البدنية والرياضة.  الباب الثاني : ( الدراسات النظرية والمشابهة )  تطرق الباب إلى الدراسات النظرية تناولت المواضيع الآتية ( الهيكل التنظيمي للرياضة المدرسية في العراق . البرنامج العام للتربية الرياضية المدرسية . الرياضة والتنشئة الاجتماعية والرياضة والتنمية الاجتماعية وأهمية الإدارة في التربية البدنية والرياضة ومكانة التربية البدنية والرياضة في الدول النامية فضلاً عن العناصر الاساسية للعمليات الادارية في التربية البدنية والرياضة ) وأخيراً البحوث المشابهة ومناقشتها .  **الباب الثالث : (منهجية البحث وإجراءاته الميدانية )**  تناول الباب على منهج البحث حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بدراسته المسحية وكذلك مجتمع البحث وعينتاه الإستطلاعية والرئيسة . أما العينة الرئيسة وشملت ( 10 ) عشرة من مشرفات التربية الرياضية و( 43 ) ثلاثة وأربعين من مدرسات التربية البدنية والرياضة و( 260 ) مائتان وستون طالبة من الطالبات الممارسات للفعاليات الرياضية في المدارس و( 260 ) من أولياء أمور الطالبات الرياضيات في المدارس واستخدمت الباحثة الاستبانة كأداة لجمع البيانات إذ استخدمت أربع استمارات استبانه الأولى خاصة لمشرفات التربية الرياضية والثانية لمدرسات التربية الرياضية والثالثة للطالبات الممارسات للفعاليات الرياضية المدرسية والرابعة لأولياء أمور الطالبات الرياضيات في المدارس . اما المعالجات الاحصائية المستخدمة فهي معامل الارتباط البسيط والنسبة المئوية والمتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء ومربع كاي .  **الباب الرابع : ( عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها )**  تضمن الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها التي توصلت إليها الباحثة والتي تم عن طريقها تحقيق أهداف البحث  **الباب الخامس : ( الاستنتاجات والتوصيات )**  توصلت الباحثة إلى استنتاجات عدة يمكن تلخيصها ما يأتي :-  1 – قلة اهتمام مديريات النشاط الرياضي والكشفي في نشر الوعي بين الطالبات والأُسر وتوضيح دور التربية البدنية والرياضة وأهميتها من النواحي البدنية والعقلية والنفسية والإجتماعية .  2 – ضعف التنسيق بين مديريات النشاط الرياضي والكشفي ومديريات التربية في متابعة النشاطين الصفي واللاصفي كذلك الحال بالنسبة لمشرفات التربية الرياضية  3 – قلة وجود الملاعب والقاعات الرياضية أو عدمها وقلة التجهيزات الرياضية وصيانتها وعدم التخطيط المسبق لتوزيعها, الأمر الذي يعرقل سير تنفيذ اغلب البرامج والمسابقات في التربية البدنية والرياضة .  4 – قلة الموارد المالية المخصصة للمجال الرياضي لمديريات النشاط الرياضي والكشفي والمدارس مما يعيق عملية إجراء المسابقات وتحفيز الطالبات على المشاركة في المسابقات الرياضية.  5 – إن الكثير من أولياء أمور الطالبات يمنع مشاركة إبنته في النشاطات الرياضية المختلفة بسبب العادات والتقاليد الاجتماعية والوضع الامني وعدم وجود حوافز مادية ومعنوية يقنعهم للسماح لهن بالمشاركة في تلك النشاطات , كذلك عدم وجود التعاون بين المدرسة والأسرة في هذا الخصوص .  وفي ضوء هذه الاستنتاجات تم وضع التوصيات اللازمة والمؤكدة على إستخدام الأساليب العلمية في الإدارة وتنظيم درس التربية البدنية والرياضة مع تذليل الصعوبات كافة التي *يواجهها* . | |
| اسم الجامعة | | **بغداد** |
| اسم الكلية | | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | | **شيرين ولسن يواب** |
| البريد الالكتروني | | **لايوجد** |
| المهنه | | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | | **استخدام الكرة السويسرية (Swiss ball) في تدريبات الايروبكس لتطوير التوافق الحركي وعلاقته ببعض أنواع الذكاء المتعدد لدى النساء (غيرالرياضيات)/بأعمار(30\_39) سنة** |
| السنه | | **2010** |
| *الملخص العربي* | | *إن ممارسة النشاط الرياضي سؤاء كان للرياضين الذي يرمي الى الوصول بهم الى الإنجاز او لغير الرياضين ولمختلف الاعمار الذي يرمي الى المحافظة على الصحة والترويح وكسب اللياقة البدنية يجب ان يخضع لقواعد مبنية على اسس علمية تدريبية للحصول على نتائج ايجابية وفي العقود الاخيرة انصب الاهتمام على تدريبات الايروبكس لما اثبتته الدراسات والبحوث من فوائد صحية وجسمية واجتماعية للفرد بشكل عام ،ومن هنا تكمن اهمية البحث في تطبيق المنهج التجريبي لتمرينات الايروبكس باستخدام الكرات السويسرية لتطوير التوافق الحركي وايجاد العلاقة بينه وبين بعض انواع الذكاء المتعدد.*    *1\_ وضع منهج لتدريبات الايروبكس باستخدام الكرات السويسرية.*  ***2****\_ التعرف على مدى تاثير المنهج المعد لتدريبات الايروبكس لتطوير التوافق الحركي على المجموعة التجريبية قيد البحث .*  ***3****\_ التعرف على العلاقة بين التوافق الحركي وبعض انواع الذكاء المتعدد ( الذكاء الجسمي\_ الحركي ، والذكاء الانفعالي)*    *1\_لا توجد هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث للمجموعة الضابطة.*  ***2****\_ لا توجد هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث للمجموعة التجريبية.*  ***3****\_ لا توجد هناك فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في متغيرات البحث للاختبار البعدي .*  ***4****\_ ليس هناك علاقة ارتباط بين التوافق الحركي وبعض انواع الذكاء المتعدد ( الذكاء الجسمي\_ الحركي، والذكاء الانفعالي).*    *1\_5\_1 المجال البشري: منتسبات مركز اللياقة البدنية في الجامعة التكنولوجية بأعمار(30\_ 39) سنة وبعدد ( 14) منتسبة.*  *1\_5\_2 المجال الزماني: المدة من 1\_2\_2010 ولغاية 25 \_4\_2010.*  *1\_5\_3 المجال المكاني: قاعة اللياقة البدنية في الجامعة التكنولوجية.*  *(تمرينات الايروبكس،ومفهوم الايروبكس،وفوائد الايروبكس،وانواع الايروبكس،والايقاع الموسيقي والحركات الرياضية ،وأثرالايقاع الموسيقي على الحركة،والكرة السويسرية،ومميزات الكرة السويسرية ،وفوائد الكرة السويسرية واستخداماتها،والتوافق الحركي،وتقسيمات التوافق الحركي،والعوامل المؤثرة في التوافق الحركي ،وانظمة التوافق الحركي ،والذكاء المتعدد،ومفهوم الذكاء ،والانواع المتعددة من الذكاءات ،والاسس العلمية لنظرية الذكاءات،ونظرية الذكاءات المتعددة،ومفهوم نظرية الذكاءات المتعددة،ومؤشرات التعرف على الذكاء الجسمي \_الحركي،والذكاء الجسمي\_الحركي وكيفية تنميته ،والذكاء الانفعالي،وأثرالذكاء الانفعالي في الحياة العملية).*  *1\_ دراسة كوزيو ورينولد.*  *2\_دراسة نوال ككوبطرس.*  *تمثل مجتمع البحث بمنتسبات مركز اللياقة البدنية في الجامعة التكنولوجية وهن من غير الرياضيات وبأعمار (30\_39) سنة والبالغ عددهن (18) متدربة انتظم في التدريب (14) متدربة آذ طبقت الباحثة منهجأ تجريبيأ من تاريخ ( 9\_2\_2010 ) ولغاية ( 22\_4\_ 2010) في القاعة الرياضية الخاصة بالجامعة التكنولوجية بواقع ثلاث وحدات تدريبية اسبوعيأ وللايام ( الاحد \_الثلاثاء\_الخميس) وقد بلغ عدد الوحدات التدريبية (30) وحدة تدريبية واستغرق تنفيذها (10) اسابيع وقد تم تعويض الوحدات المفقودة خلال العطل الرسمية التي صادفت (4\_3\_2010 ) و( 7\_3\_2010) وآجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية لمدة يومين متتاليين اولأ لاختبارات الذكاء المتعدد ( الذكاء الجسمي \_الحركي ،والذكاء الانفعالي) المصادف يوم الاثنين بتاريخ (1\_2\_2010) على خمس متدربات من خارج عينة البحث وفي اليوم الثاني طبقت الباحثة اختبارات التوافق الحركي المصادف يوم الثلاثاء بتاريخ (2\_2\_2010) أما الاختبارات القبلية فقد تم تطبيقها بتاريخ ( 7\_2\_2010) المصادف يوم الاحد بشقيها النفسي والبدني بمساعدة فريق العمل المساعد .اما الاختبارات البعدية فقد اجريت على نفس نسق الاختبارات القبلية وترتيبها بتاريخ (25\_4\_2010) المصادف يوم الاحد ومن ثم قامت الباحثة بمعالجة النتائج احصائيا.*  *1\_وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة.*  *2\_وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي للمجموعة التجريبية واظهر التطور الحاصل أن المجموعة التجريبية استخدمت اداة مساعدة (الكرة السويسرية المطاطية) في التدريب الهوائي المصاحب للموسيقى فأثر تأثيرا ايجابيا في التوافق الحركي .*  *3\_وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية الذي طبق المنهاج عليها لمدة (10) اسابيع بواقع (30) وحدة تدريبية.*  *1\_ إن المنهج التدريبي لتمرينات الايروبكس المستخدم من قبل المجموعة الضابطة أثر وبشكل ايجابي في التوافق الحركي والذكاء الجسمي\_الحركي ،والذكاء الانفعالي.*  *2\_كان للمنهج التدريبي المعد لتمرينات الايروبكس بالكرة السويسرية المطاطية أثر ايجابي فعال في تطوير صفة التوافق الحركي والذكاء الجسمي\_الحركي والذكاء الانفعالي.*  *3\_كان لتطوير التوافق الحركي الأثر الايجابي الكبير في الذكاء الجسمي\_الحركي والذكاء الانفعالي للمجموعة التجريبية.*  *4\_ هناك علاقة ارتباط ايجابية بين التوافق الحركي و الذكاء الجسمي \_ الحركي والذكاء الانفعالي.*  *1\_استخدام التمارين الهوائية مع ادوات اخرى لتطوير مكونات اللياقة البدنية والحركية.*  *2\_ ضرورة اجراء بحوث مشابهة على عينات اخرى لتنمية قابليتهم البدنية والمهارية والحسية.*  *3\_ حث المختصين على الاهتمام في التربية بمبدأ الرياضة للجميع دون الاختصار على رياضة الانجاز.*  *4\_اشراك مدرسي التربية الرياضية بدورات تدريبية للايروبكس.* |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **اميم سلمان مهدي** |
| البريدالالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **استخدام اساليب تدريبية مختلفة لعضلات الأطراف السفلى وأثرها في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبات كرة القدم** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | لقد تطرقت الباحثة الى ما شهدته الالعاب الرياضية من تطورات ولاسيما لعبة كرة القدم النسويةً، إذ بدأ انتشارها يزداد بدرجة ملحوظة مع بداية الستينات واستطاعت المراة أن تثبت جدارتها في المحافل الرياضية العالمية وعلى مختلف الاصعدة، الا أننا نرى في وطننا العربي بصورة عامة وقطرنا بصورة خاصة تلكؤاً للالتحاق بركب العالم المتطور.إذ نلحظ أن هناك انخفاضاً في مستوى اللياقة البدنية لدى اللاعبات، وضعف في اتقان المهارات الاساسية بكرة القدم، ومن خلال ذلك تجلت أهمية البحث في اعداد مناهج تدريبية ثلاثة باستخدام (تدريب الاثقال، تدريب البلايومترك، التدريب المركب اثقال – بلايومترك) لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارية بكرة القدم.إذ نرى أننا بعيدين عن الركب العالمي، وقد توضح ذلك بشكل قطعي عام (2009) حين اقيم المهرجان النسوي في عمان وبرعاية اتحاد كرة القدم النسوي النرويجي، إذ تخلف الفريق العراقي النسوي كعادته لعدم وجود مستويات تتحمل التدريب وتلتزم به، واشتراك الباحثة في الدورات التدريبية لكرة القدم واهتمامها بتلك اللعبة، استطاعت أن تعد دراسة لحل تلك المشكلة باستخدام ثلاثة مناهج تدريبية (اثقال، والبلايومترك ،والمركب) لدى اللاعبات في الملاعب المكشوفة لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارية ليسهم في استقطاب اللاعبات واعدادهن لخوض المباريات والمنافسات المحلية والعربية والدولية.  **أهداف البحث:**  .1إعداد ثلاث مناهج تدريبية (اثقال والبلايومترك والمركب) لتطويربعض القدرات البدنية والمهارية بكرة القدم.  .2التعرف على تأثير التدريب (بالاثقال والبلايومترك والمركب) في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية بكرة القدم.  **فروض البحث:**  .1ان للاساليب التدريبية (اثقال،بلايومترك ،مركب) أثر ايجابي في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية بكرة القدم .  2.وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيرات البحث للمجاميع التجريبية الثلاث ولصالح الاختبار البعدي.  3. وجود فروق معنوية بين مجموعة التدريب المركب والمجموعتين (تدريب الاثقال  والبلايومترك) في اختبارات البحث في الاختبار البعدي.  **مجالات البحث:**  المجال البشري : لاعبات منتخب محافظة السليمانية بكرة القدم . المجال الزماني: للفترة من2010\4\3 ولغاية2010\7\5  المجال المكاني: مــــــلعـــــــــب جــــــــــــامــعــــــــــــــــــــــــــــــــــة سـلــيمـــــــــانـــــــــــيــــــــــه .  **الباب الثاني (الدراسات النظرية والسابقة):**  تطرقت الباحثة في الدراسات النظرية الى الموضوعات الاتية:علم التدريب وطرائقه، وطريقتي التدريب الفتري المنخفض والمرتفع، ووسائل التدريب، والتدريب المركب ومفهومه ونبذه تاريخية عنه واشكاله والكثافة في التدريب وتشكيل الحمل التدريبي والراحة في التدريب، وتدريب البلايومترك واهميته، وتدريب الاثقال واهميته ومتطلبات التدريب، ونبذة تاريخية عن كرة القدم النسوية، والقدرات البدنية، والقوة العضلية مفهومه وانواعه، والقوة الانفجارية، والقوة المميزة بالسرعة، ومطاولة القوة، والسرعة القصوى، ومطاولة السرعة، والمهارات الاساسية بكرة القدم، والمناولة، والدحرجة، والتهديف، والعضلات العاملة في كرة القدم.اما الدراسات السابقة من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات والبحوث فلم تجد اي دراسة سابقة تتطرق مثل هكذا دراسة باستخدام اساليب تدريبية مختلفة في لعبة كرة القدم النسوية لذلك كانت الدراسة الوحيدة من نوعها في القطر .  **الباب الثالث (منهجية البحث واجراءاته الميدانية):**  استخدمت الباحثة المنهج التجريبي،الذي يقوم على تصميم ثلاث مجموعات تجريبية، وذا اختبار قبلي وبعدي؛ لملاءمته مع طبيعة المشكلة، وتم اختيار عدد من لاعبات منتخب محافظة السليمانية لكرة القدم والبالغ عددهن (18)لاعبة، وبعد ذلك تم تقسيمهن على ثلاث مجموعات تجريبية ،كل مجموعة متكونة من (6) لاعبات، تم اختيارهم بصورة عشوائية بطريقة القرعة ، المجموعة الاولى يطبق عليها تدريب الاثقال، والمجموعة الثانية يطبق عليها تدريب البلايومترك، والمجموعة الثالثة التدريب المركب، أما القدرات البدنية المختارة فهي(القوة الانفجارية، والقوة المميزة بالسرعة، ومطاولة القوة، والسرعة القصوى، ومطاولة السرعة)، والمهارات الاساسية بكرة القدم فهي(المناولة، الدحرجة، التهديف).  وقامت الباحثة بإعداد مجموعة من التدريبات الخاصة المستخدمة في كرة القدم وذلك باستخدام تدريبات الاثقال وتدريبات البلايومترك، واستخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية، الجاهزة (SPSS) ،لاستخراج القوانين الاتية: (قانون النسبة المئوية، و الوسط الحسابي، و الانحراف المعياري، و الوسيط، واختبار (t-test) للعينات المترابطة، واختبار (f-test) للعينات غير المترابطة ،L.S.D،تحليل التباين.  **الباب الرابع (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):**  عُرضت في هذا الباب نتائج اختبارات البحث البدنية والمهارية لمجاميع البحث الثلاث (الاثقال، والبلايومترك، والمركب) للاختبارين القبلي والبعدي وتحليلها ومناقشتها.وبعدها عُرضت نتائج الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث للاختبارات البدنية والمهارية وتحليلها ومناقشتها.  ومن خلالهاتم التوصل الى تحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه .  **الباب الخامس (االاستنتاجات والتوصيات):**  وتوصلت الباحثة الى الاستنتاجات الاتية:  .1تدريب الاثقال عمل على تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومطاولة القوة والسرعة القصوى ومطاولة السرعة والمناولة والدحرجة والتهديف.  .2تدريب الاثقال كان أكثر تأثيراً من تدريب البلايومترك في تطوير مطاولة القوة.  .3تدريب البلايومترك عمل على تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومطاولة القوة والسرعة القصوى ومطاولة السرعة والمناولة والدحرجة والتهديف.  .4تدريب البلايومترك كان أكثر تأثيراً من تدريب الاثقال في تطوير السرعة القصوى والدحرجة  .5التدريب المركب (اثقال-بلايومترك) عمل على تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومطاولة القوة والسرعة القصوى ومطاولة السرعة والمناولة والدحرجة والتهديف.  .6التدريب المركب كان أكثر تأثيراً من تدريب الاثقال وتدريب البلايومترك في تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ومطاولة القوة والسرعة القصوى ومطاولة السرعة والمناولة والدحرجة والتهديف.  .7 لاتوجد فروق بين تدريب الاثقال وتدريب البلايومترك في تطوير القوة المميزة بالسرعة ومطاولة السرعةوالمناولة والتهديف.  .8 جميع أساليب التدريب عملت على تطوير متغيرات البحث في الاختبارات القبلية عن الاختبارات البعدية بعد تطبيق المنهاج التدريبي .  وفي ضوء الاستنتاجات التي توصلت اليها الدراسة خرجت الباحثة بعدد من التوصيات هي:  .1التأكيد على استخدام التدريب المركب في تطوير القدرات البدنية المختلفة لفاعليته.  .2 التأكيد على الاهتمام بتدريب القوة العضلية بجانب تدريب الصفات البدنية الاخرى لكي تحدث عملية التدريب بصورة متكاملة.  .3اجراء دراسات وبحوث مشابهة على عينات أخرى.  .4الاهتمام من لدن العاملين في مجال اللعبة والتدريب ببناء مناهج تدريبية(اثقال\_ بلايومترك \_ مركب) وتوزيعها بشكل مدروس للاستفادة منها  .5تدعيم المشاركة الرياضيةالخاصة بالنساء من لدن اللجنة الاولمبية الوطنية العراقية للاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم .  .6الإستفادة منهذه الدراسة بوضعها ضمن مناهج الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم للنساء . |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **سوزان صادق داود** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **"منهج تدريبي مقترح على وفق الإيقاع الحيوي والتحكم بالطاقة النفسية وتأثيره في بعض المتغيرات الوظيفية والبدنية** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | اشتملت الرسالة على خمسة أبواب إذ جاء في الباب الأول وفي مقدمته وأهميته أن الأستخدام الأمثل للإيقاع الحيوي يعد من الوسائل المهمة والناجحة في التدريب وفقاً لمراحله الايجابية والسلبية وقد لوحظ في الآونة الأخيرة استخدامه في كثير من المجالات وخصوصاً المجال الرياضي لاعتماده بشكل علمي في تنظيم حياة الرياضي في جوانبها كافة وقد استخدمت الباحثة نظرية الإيقاع الحيوي التي تكمن فلسفتها باستغلال قدرات اللاعبة البدنية من خلال الدورة البدنية إضافة إلى مستوى الطاقة النفسية التي تكون هي الأخرى مهمة للاعبة المبارزة لما لها من أهمية أيضاً على الحالة البدنية مع دراسة عدد من المتغيرات الوظيفية لمعرفة استجابة اللاعبات لتأثير مفردات المنهج التدريبي المقترح كمعالجة لمشكلة البحث التي باتت تكمن بأن أغلب المدربين والمعنيين بشؤون الرياضة ليست لديهم فكرة عن الإيقاع الحيوي وعدم مراعاتهم الجانب النفسي وتطبيقه في الوحدات التدريبية فالمدربين يضعون البرامج التدريبية من دون الأخذ بنظر الاعتبار الإيقاعات الحيوية للرياضيين وكيفية التحكم بالطاقة النفسية متناسين الحالة النفسية التي يكون عليها الرياضي خلال التدريب مما يعطي مفاجآت بين التدريب والمنافسة في حين كانت الدراسة ترمي إلى :   1. إعداد منهج تدريبي مقترح على وفق الإيقاع الحيوي بدورته البدنية والتحكم بالطاقة النفسية لدى عينة البحث . 2. التعرف على نتائج الاختبارات البدنية والوظيفية والنفسية قبل وبعد تطبيق المنهج التدريبي المقترح ضمن الإيقاع الحيوي . 3. التعرف على الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ونتائجها في الاختبارات الوظيفية والبدنية والنفسية .   هذا وقد استخدم المنهج التجريبي لملائمته طبيعة الدراسة في حين اختيرت العينة بالطريقة العمدية اذ شملت لاعبات من فريق المبارزة في نادي الفتاة وكانت أعمارهن بين (20**-**24) سنة .ولأجل ذلك فقد استخدمت الأجهزة والأدوات والإختبارات الخاصة بحل مشكلة البحث سواء كانت القبلية أو البعدية منها. وقد طبق المنهج التدريبي المقترح على عينة البحث في مدة (10) أسابيع بواقع (12) وحدة شهرية موزعة على (3) وحدات أسبوعية خلال شهرين ونصف بواقع (30) وحدة تدريبية مدة كل وحدة (90) دقيقة . وقد خضعت (العينة) لممارسة المنهج التدريبي المقترح على وفق الإيقاع الحيوي والتحكم بالطاقة النفسية وبعد الانتهاء من تطبيق المنهج التدريبي أجريت الاختبارات البعدية وتمت معالجة البيانات بجهاز الحاسوب على وفق البرنامج الإحصائي (spss) ثم تحليلها على وفق جداول وأشكال بيانية توضيحية ومناقشتها بصيغة وأسلوب علمي وذلك بهدف تحقيق أهداف البحث وفروضه التي تكمن في التأثير الايجابي للمنهج التدريبي المقترح و الفروق المعنوية بين الاختبارين القبلي عنه في البعدي التي اجريت على بعض المتغيرات الوظيفية و البدنية و النفسية .  وقد خرج البحث بعدة إستنتاجات وتوصيات :   1. إن المنهج المدروس والمستخدم كان له من الإستنتاجات وفقا للإيقاع الحيوي أثر في انخفاض زمن السرعة الأنتقالية لدى لاعبات المبارزة فضلا عن حصول تطور في القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والرجلين وكذلك القوة المميزة بالسرعه زيادة التطور الحاصل في مستوى الرشاقة . 2. فضلا عما ذكر في الفقرة السابقة فإن المنهج المستخدم حقق تطوراًَ في مستوى تحسين معدل ضربات القلب وضغط الدم .أما فيما يتعلق باستخدام التمرينات الإسترخائية والتنفسية فقد حققت هي الأخرى تأثيرا كبيرا على مستوى الطاقة النفسية .   أما التوصيات فكانت أهمها :   * الإهتمام بالإيقاع الحيوي ووضع الشدد والتمرينات والأحجام التدريبية وفقا للإيقاع الحيوي الخاص بكل لاعبة .والإهتمام بتمرينات اللاعبة وأفكارها وطرق التحكم بالطاقة النفسية لها. |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **ايمان عبد الحسين شندل** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | تأثير تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة في تطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية الهجومية المركبة بكرة السلة للنساء |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | تطرقت مقدمة البحث وأهميته الى المتطلبات البدنية والمهارية العالية التي جعلت لعبة كرة السلة ذات شعبية كبيرة، إذ إن جانبها البدني يعتمد وبشكل كبير على عنصري القوة والسرعة ولزمن طويل نسبياً أي إن لاعب كرة السلة عليه أن يركض ويقفز بأعلى مستوى لزمن طوله (40) دقيقة مقسمة إلى أربعة أرباع متساوية، علماً إن هذا اللاعب يقع تحت طائلة قانون اللعبة من إحدى بنوده الخمسون بنداً هي زمن الهجمة الواحدة والتي قصرت الى (24) ثانية خلال نصف العقد الأخير بعدما كانت (30) ثانية لأكثر من خمسين سنة، مما قلب جميع موازين التدريب فأصبح لزاماً على اللاعب أن يؤدي جميع واجباته المهارية (الدفاعية والهجومية) بزمن اقل (20%) مما كان عليه سابقاً، وقد دفعت هذه النسبة اللعبة الى أن تكون أسرع وعليه فقد تغيرت خارطة المتطلبات البدنية للتصدي لهذا التغير الكبير.  لذلك برز مكون يسمى بـ(تحمل القوة المميزة بالسرعة) او (تحمل القوة المميزة بالسرعة) الى السطح جراء التغيرات التي حدثت في علم التدريب الرياضي في أواخر الثمانينات وبداية التسعينات، وجاء هذا المكون مطابقاً لما تحتاجه اللعبة لدفعها لتأدية مهارتها المتميزة بشكل أسرع وفعال، فعلى لاعب كرة السلة القيام بواجباته المهارية بشكل فعال وقوي وعلى طول زمن المباراة، فان الإيقاع السريع في الانتقال من الوضع الدفاعي الى الهجومي وبالعكس يعد الصفة الغالبة على اللعبة لذلك وجب على المدرب أن يسلح لاعبيه بأفضل الإمكانيات البدنية والتي تؤهلهم الى الاستمرار الى الثانية الأخيرة في المباراة متفوقاً اغلب المواقف التي يضعها المنافس إمامه.  وتبرز أهمية البحث في معرفة تأثير تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة على تطوير الجانب البدني والمهاري للاعبات كرة السلة.أما مشكلة البحث - ولأن الباحثة كانت إحدى لاعبات المنتخب الوطني ومدربة سابقاً - فترى إن مشاكل كرة السلة النسوية كثيرة ولكن من المنظار التدريبي والميداني أن هناك ضعف في تحمل القوة المميزة بالسرعة او تحمل القوة المميزة بالسرعة، لذلك تجربة إدخال تدريب هذا المكون من ضمن المنهاج التدريبي للأندية النسوية سيكون خطوة ايجابياً في تطوير القدرات البدنية الأخرى التي تشكل أجزاء من تحمل القوة المميزة بالسرعة وهي (تحمل القوة، وتحمل السرعة) والأداء المهاري ومن ثم التقدم باللعبة خطوة الى الإمام.  وهدف البحث الى:   * معرفة تأثير تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة في تطوير بعض المتغيرات البدنية للاعبات كرة السلة. * معرفة تأثير تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة على أداء بعض المهارات الهجومية المركبة للاعبات كرة السلة.   أما الفروض فكانت:   * هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تطوير بعض المتغيرات البدنية ولصالح الاختبار البعدي في المجموعة التجريبية لعينة البحث. * هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تطوير بعض المهارات الهجومية المركبة ولصالح الاختبار البعدي في المجموعة التجريبية لعينة البحث.   **الباب الثاني (الدراسات النظرية والمشابهة):**  تطرقت البحث في الباب الثاني الى مجموعة من الدراسات النظرية التي لها علاقة بموضوع البحث، وكانت ضمن المحاور الآتية:  القدرات البدنية، والتحمل وأهميته، والتحمل الخاص وأهميته، وتحمل القوة وأهميته، وتحمل السرعة وأهميته، والقوة المميزة بالسرعة وأهميته، وتحمل القوة المميزة بالسرعة وأهميته، وتحمل القوة المميزة بالسرعة في كرة السلة، والمهارات الهجومية في كرة السلة، والمناولة، والطبطبة (المحاورة)، والتصويب، والحجز والدوران، وأهمية المهارات المركبة.أما الدراسات المشابهة فكانت (دراسة ليث محمد عبد الرزاق (2009))، و(دراسة عمار دروش رشيد النداوي (2004))، وتم مناقشتها بصورة علمية.  **الباب الثالث (منهجية البحث وإجراءاته الميدانية):**  استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته طبيعة المشكلة، وتم اختيار عدد من لاعبات نادي أكاد الرياضي بكرة السلة البالغ عددهن (12) لاعبة، وتم استبعاد (2) لاعبة من الفريق لقيامهم بالتجربة الاستطلاعية، وأصبح عدد أفراد عينة البحث (10) وتم تطبيق التمرينات البدنية عليهن، وكانت القدرات البدنية (تحمل القوة، وتحمل السرعة، وتحمل القوة المميزة بالسرعة)، اما اختبارات البحث فكانت (اختبار تحمل القوة للذراعين، واختبار تحمل القوة لعضلات الرجلين، واختبار تحمل السرعة لعضلات الذراعين، واختبار تحمل السرعة لعضلات الرجلين، واختبار تحمل القوة المميزة بالسرعة للذراعين، واختبار تحمل القوة المميزة بالسرعة للرجلين، والاختبار المهاري) وبعد إجراء الاختبارات القبلية تم تطبيق التمرينات البدنية الخاصة وبعد الانتهاء من تطبيق التمرينات الخاصة، قامت الباحثة بإجراء الاختبارات البعدية، أما الوسائل الإحصائية فاستخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية الجاهزة (SPSS) لإيجاد ما يلي: (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار (t-test) للعينات المترابطة، ومعامل الالتواء والوسيط).  **الباب الرابع (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):**  تم في هذا الباب عرض نتائج اختباري تحمل القوة للذراعين والرجلين وتحمل السرعة للذراعين والرجلين وتحمل القوة المميزة بالسرعة للذراعين والرجلين والاختبار المهاري وتحليلها ومناقشتها بصورة علمية وبالاعتماد على المصادر العلمية.  **الباب الخامس (الاستنتاجات والتوصيات):**  توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الاتية:   1. ان استخدام تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة له تأثير ايجابي في تطوير تحمل القوة لعضلات الرجلين والذراعين باستخدام (طريقة التدريب الفتري مرتفع الشدة). 2. لاستخدام تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة تأثير ايجابي في تطوير تحمل السرعة للذراعين والرجلين باعتبار ان تحمل السرعة متكون من صفتي (التحمل والسرعة) كما له تأثيراً ايجابيا في الأداء البدني والمهارات الهجومية بكرة السلة. 3. ان للتدريب الفتري مرتفع الشدة تأثيراً ايجابياً على تطوير الجانب البدني والمهاري في المهارات الهجومية لدى أفراد عينة البحث. 4. ان تحقيق النتائج في الاختبارات البعدية لمصلحة عينة البحث في المهارات الهجومية بالنسبة لصفتي التحمل والقوة أعطت مطاولة لقوة الذراعين والرجلين مما أعطى دلالة على ان التمرينات جميعها التي استخدمتها الباحثة كانت وفقاً للأداء المهاري والبدني الصحيح.   وفي ضوء الاستنتاجات التي توصلت اليها الدراسة خرجت الباحثة بعدد من التوصيات هي:   1. استخدام تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة في تطوير الصفات البدنية (تحمل القوة، وتحمل السرعة) باعتبارها أجزاء من هذا المكون. 2. تطبيق تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة من اجل رفع المستوى البدني لدى اللاعبات لتطوير الجان المهاري المتمثل بالمهارات المركبة. 3. التأكيد على تدريب تحمل القوة المميزة بالسرعة لمنطقة الجذع بالإضافة الى الرجلين والذراعين لان التدريب عملية منظمة ومتكاملة ولا يمكن تطوير جزء واستثناء آخر. 4. وضع تمرينات تحمل القوة المميزة بالسرعة في منهج تدريبي في الألعاب الأخرى. 5. تدريب مكونات بدنية أخرى في لعبة كرة السلة. 6. العمل على إجراء بحوث مشابهة لإيجاد وسائل تدريبية تدخل فيها هذه التمارين تهدف الى تطوير الإعداد البدني العام والخاص وصفات وقدرات أخرى وبالتالي تطوير المهارات الهجومية. |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| الاسم الثلاثي | **ماجدة عبد الاله عبد الستار** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **المواقف التقويمية وأثرها في تطوير مستوى أداء مهارتي (الإرسال والضرب الساحق) بالكرة الطائرة** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | احتوى الباب على مقدمة البحث وأهميته فيما يخص التطورات الكبيرة في المجالات كافة، وخاصة المجال الرياضي، والذي يتطلب إجراء بحوث ودراسات عدة من أجل تحديد مواطن الضعف والقوة، ومن ثم إيجاد حلول مناسبة لتفسير الأسباب والوصول إلى النتائج المطلوبة في الألعاب الرياضية عن طريق (التقويم) الذي يُعدّ حجر الأساس لأي عملية تعليمية، إذ يتم عن طريقه معرفة مواطن الضعف والقوة، ومدى تقدم المتعلم فيما يتعلمه، وتحفيزه نحو الأداء الجيد وصولاً إلى الأهداف التي نرجو إنجازها من أجل تطويرها نحو الأفضل، وتبرز أهمية البحث ليس في مراعاة الفروق الفردية من ناحية المستوى المهاري، والحد من تباين المستوى بين الطالبات، وتقليل التفاضل بين الأفراد، وتقليل الاهتمام بالقدرات التي تشكل مستوى الأداء المهاري، وصولاً بهم إلى المستوى الأفضل، لذلك تكمن أهمية البحث في استخدام المواقف التقويمية لتطوير مستوى أداء مهارتي: (الإرسال والضرب الساحق) بالكرة الطائرة.  **مشكلة البحث:**  تلخصت مشكلة البحث بوجود ضعف واضح في العديد من المهارات الأساسية، واختلاف مستوى الأداء المهاري لمهارتي (الإرسال والضرب الساحق) بالكرة الطائرة لطالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية للبنات، وتعزو الباحثة سبب ذلك إلى عدم الاهتمام بتقييم مستوى كل طالبة، وعدم الأخذ به بنظر الاعتبار في أثناء العملية التعليمية بالرغم من أهميته، ومن ثم عدم تقسيمهم إلى مجاميع وفقاً لمستواهم مما يؤدي إلى ضعف الدافع نحو ممارسة تلك المهارات، وهذا يؤدي إلى هبوط المستوى، ولذلك عمدت الباحثة إلى دراسة هذه المشكلة، ووضع حلول لها عن طريق المواقف التقويمية (تقييم الأداء)، ومعرفة أثرها في تطوير مستوى الأداء المهاري لمهارتي: (الإرسال والضرب الساحق) بالكرة الطائرة.  **أهداف البحث:**   * التعرف على مستوى الأداء المهاري لمهارتي (الإرسال، الضرب الساحق). * التعرف إلى تأثير استخدام المواقف التقويمية في تطوير مستوى الأداء المهاري لمهارتي: (الإرسال والضرب الساحق). * معرفة أكثر المواقف التقويمية تأثيراً في مستوى الأداء المهاري لمهارتي: (الإرسال والضرب الساحق).   **فروض البحث:**   * هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية في مستوى أداء مهارتي: (الإرسال والضرب الساحق) بالكرة الطائرة، وللمجاميع التجريبية والضابطة. * هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين المجاميع التجريبية والضابطة في مستوى أداء مهارتي: (الإرسال والضرب الساحق) بالكرة الطائرة. * هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مجاميع البحث (السبع) في تطوير مهارتي: (الإرسال والضرب الساحق) بالكرة الطائرة.   أما مجالات البحث، فكانت:   * المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية للبنات. * المجال الزماني: للمدة من 2010/2/11، ولغاية 2010/5/16. * المجال المكاني: القاعة الداخلية في كلية التربية الرياضية للبنات/جامعة بغداد.   **الباب الثاني (الدراسات النظرية والسابقة):**  احتوى هذا الباب عدة محاور تتعلق بموضوع البحث، فقد تم التطرق إلى المواقف التقويمية وماهية التقويم وأهميته، وكذلك التقويم والتقييم، وكيفية تعلم المهارة وتطويرها، وقياس المهارة عن طريق التعلم، والمراحل التي تمر بها عملية التعليم، والمستوى المهاري في الكرة الطائرة، والمهارات الأساسية بالكرة الطائرة: (الإرسال والضرب الساحق)، فضلاً عن الدراسات السابقة.  **الباب الثالث (منهجية بالبحث وإجراءاته الميدانية):**  استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب أكثر من مجموعتين متكافئتين لملائمته لموضوع البحث، كما تم اختيار طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية للبنات بالطريقة العمدية، والبالغ عددهن (152) طالبة مقسمين إلى ست شعب (أ – ب – ج – د – هـ - و)، إذ أنها تمثل مجتمع البحث، أما عينة البحث، فقد كان عددها (58) طالبة، وبلغت النسبة المئوية في عينة البحث (%43) من مجتمع الأصل وتم اختيارهم بالطريقة العمدية أيضاً، وذلك بناءاً على اختبار (تقييم الأداء)، والذي على ضوءه تم تقسيم العينة إلى ثلاثة مستويات تقويمية، وهي: (جيدا جداً، جيد، ضعيف)، وبذلك تم تقسيم العينة إلى (7) مجاميع منها (6) مجاميع تجريبية ومجموعة ضابطة واحدة، وتم تحديد اختبارين لكل من من مهارتي: (الإرسال والضرب الساحق) في (الأداء المهاري والدقة) من قِبَل مجموعة من الخبراء والمختصين بالكرة الطائرة، وقد تم معالجة النتائج بالوسائل الإحصائية (النظام الإحصائي SPSS).  **الباب الرابع (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):**  لقد ضم هذا الباب في طياته عرضاً وتحليلاً ومناقشة لنتائج الاختبارين: القبلي والبعدي لمهارتي الإرسال والضرب الساحق (التكنيك والدقة)، وقد عرضت النتائج في جداول لتوضيح الغرض وتسهل من عملية المقارنة.  **الباب الخامس (الاستنتاجات والتوصيات):**  ضمن ما عرض من نتائج، فقد تم التوصل إلى أهم **الاستنتاجات** الآتية:   1. وجود فروق معنوية في الاختبارات القبلية والبعدية، ولمصلحة الاختبارات البعدية في اختبار الأداء المهاري لمهارتي (الإرسال والضرب الساحق). 2. وجود فروق معنوية في الاختبارات القبلية والبعدية، ولمصلحة الاختبارات البعدية في اختبار دقة مهارتي (الإرسال والضرب الساحق). 3. ان أفضل مجموعة ضمن مجاميع البحث هي المجموعة الثالثة (الضعيف)، وهي أكثر مجموعة تطوراً بمهارة (الإرسال والضرب الساحق). 4. ان أفضل مجموعة ضمن مجاميع البحث هي المجموعة الثالثة (الضعيف)، وهي أكثر مجموعة تطوراً بدقة (الإرسال والضرب الساحق).   أهم **التوصيات**، فكانت:   1. ضمن حدود المواقف التقويمية يجب مراعاة الفروق الفردية للحد من تباين المستوى بين الطالبات. 2. استخدام تقييم الأداء بشكل دوري في المنهج الدراسي كجزء لا يتجزأ من العملية التعليمية. 3. استخدام المستويات (المواقف التقويمية) بشكل مستمر أثناء العملية التعليمية وذلك للتميز بين المستويات ومن ثم إدخالها في الخطة المعدة من قبل المدرس لرفع مستوى الطالبات الضعيفات. |

|  |  |
| --- | --- |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **عذراء عدنان محمود** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | **اثر مرحلة ما قبل المنافسة في بعض متغيرات النشاط الكهربائي (EMG) ودقة اداء المهارات الهجومية في الكرة الطائرة للمعاقين حركياً** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | تطرقت الباحثة في هذا الباب إلى أهمية لعبة الكرة الطائرة للمعاقين حركياً-جلوس ومن المهارات المهمة في الكرة الطائرة (الارسال ، الضرب الساحق ) والتي تعد من المهارات التي تحتاج الى جهاز (عصبي –عضلي) سليم ومن اجل تقيم الجهاز العصبي العضلي نستخدم اجهزة كثيرة اهمها جهاز التخطيط الكهربائي للعضلات (EMG ) وتكمن اهمية البحث في معرفة اثر مرحلة ماقبل المنافسة على النشاط الكهربائي للعضلات العاملة في هاتين المهارتين وهي العضلة الدالية وذات الرؤوس الثلاث .  **مشكلة البحث :**  من خلال أطلاع على نتائج المباريات الداخلية والخاجية لمنتخب الكرة الطائرة  -جلوس وجدت بان هناك تفاوت في نتائجهم الداخلية والخارجية لاسيما في المهارات الهجومية.  **اهداف البحث :**   1. التعرف على متغيرات النشاط الكهربائي (EMG) للعضلتين الدالية الكتفية وذات الرؤوس الثلاثة العضدية للاعبي الكرة الطائرة للمعاقين حركياً-جلوس. 2. التعرف على تاثير مرحلة ماقبل المنافسة في متغيرات النشاط الكهربائي (EMG) للعضلة الدالية الكتفية والعضلة ذات الرؤوس الثلاث العضدية للاعبي الكرة الطائرة للمعاقين حركياً-جلوس. 3. التعرف على تاثير مرحلة ماقبل المنافسة على دقة مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للمعاقين حركياً -جلوس.   **فرضيتا البحث** :  -1هناك فروق معنوية بين مرحلة ما قبل المنافسة وبعدها في متغيرات النشاط الكهربائي للعضلة الدالية الكتفية والعضلة ذات الرؤوس الثلاثة العضدية ومهارة الارسال بالكرة الطائرة للمعاقين حركياً -جلوس .  2-هناك فروق معنوية بين مرحلة ما قبل المنافسة وبعدها في دقة مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للمعاقين حركياً-جلوس.  **مجالات البحث** :  ***المجال البشري*** :عينة من لاعبي المنتخب الوطني العراقي بالكرة الطائرة للمعاقين حركياً-جلوس .  ***المجال الزماني*** :  *المجال المكاني* :القاعة الداخلية المغلقة في كلية التربية الرياضية - للبنات –جامعة بغداد-الوزيرية.  **الباب الثاني: الدراسات النظرية والدراسات المشابهة** .  تطرقت الباحثة الى الدراسات النظرية التي اشتملت على (الجهاز العصبي، والعضلة الهيكلية، وجهاز الالكترومايكرفي، والمفهوم العام للاعاقة، واسباب الإعاقة الحركية، والبتر، والتصنيف الطبي للاعبي الكرة الطائرة من الجلوس، وتاريخ لعبة الكرة الطائرة للمعاقين حركياً - الجلوس والقدرات المهارية واهميتها بلعبة الكرة الطائرة للمعاقين حركياً -الجلوس وتناولت الباحثة عدداً من الدراسات المشابهة .  **الباب الثالث : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية** .  استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتضمن هذا الباب العينة وعددها (8)لاعبين، وهم المنتخب الوطني العراقي للمعاقين حركياً- الجلوس بالكرة الطائرة وتجانس العينة والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث وعلى الاختبارات المهارية وعددها (2)، فضلاً عن وسائل جمع البيانات، واختبارات تخطيط العضلات باستخدام جهاز (EMG)، والتجربة الرئيسة، فضلاً عن الوسائل الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات (SPSS).  **الباب الرابع :** تم في هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها عن طريق جة البياات بالحقيبة الإحصائية (SPSS).  وتوصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية :  **1**- ظهور فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات النشاط الكهربائي لمهارة الارسال والضرب الساحق للعضلة الدالية وفي متغير الدقة لمهارة الضرب الساحق.  **2**- عدم ظهورفروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات النشاط الكهربائي لمهارة الارسال والضرب الساحق للعضلة ذات الرؤوس الثلاث. وفي متغيرالدقة لمهارة الارسال  وتوصلت الباحثة الى ثمان توصيات اهمها.  1- تحليل النشاط الكهربائي لعضلات الذراع الضاربة للاعبين الكرة الطائرة (العضلة الدالية، العضلة ذات الرؤوس الثلاث، العضلة ذات الرأسين،العضلة نثنية الرسغ) لمعرفة الخصائص الشخصية لكل لاعب وإنشاء جدول تدريبي خاص لتحسين هذه العضلات وبالتالي الإنجاز.  2- ضرورة إعطاء أهمية لمثل هذه الدراسات التي تختص بشريحة المعاقين والأخذ بنظر الاعتبار النتائج التي توصلوا اليها لتلافي الاخطاء التي قد تحصل في اثناء إعداد وتدريب هذه الشريحة من المجتمع. |
| اسم الجامعة | **بغداد** |
| اسم الكلية | **التربية الرياضية للبنات** |
| االاسم الثلاثي | **فرح علاء جعفر** |
| البريد الالكتروني | **لايوجد** |
| المهنه | **لايوجد** |
| نوع الدراسة | **الماجستير** |
| عنوان الرساله | ***تأثير تدريبات المطاط في تطوير تحمل الأداء العمل العضلي الثابت ودقة التصويب لدى راميات القوس والسهم لمسافة 70 م*** |
| السنه | **2010** |
| الملخص العربي | تضمن البحث جانب تطوير تحمل الأداء العمل العضلي الثابت ودقة التصويب وذلك بإعداد منهاج تدريبي باستخدام تدريبات المطاط وتأثيره في تحمل أداء العمل العضلي الثابت ودقة التصويب لدى راميات القوس والسهم للمسافات الطويلة .  **وهدفت الدراسة** الى :  - إعداد منهج لتدريبات المطاط لتطوير تحمل أداء العمل العضلي الثابت .  - التعرف على تأثير تدريبات المطاط في تطوير تحمل أداء العمل العضلي الثابت ودقة التصويب لدى راميات القوس والسهم للمسافة 70 م .  - التعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لتحمل الأداء العمل العضلي الثابت ودقة التصويب لدى راميات القوس والسهم للمسافة 70 م .  **وتضمنت فرضيات البحث :**  - وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير تحمل أداء العمل العضلي الثابت لدى راميات القوس والسهم لمسافة 70 م .  - وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لدى المجموعتين والضابطة والتجريبية في تطوير دقة التصويب لدى راميات القوس والسهم لمسافة 70 م .  - وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية.  وتناولت الباحثة عدداً من الدراسات النظرية منها مفهوم التحمل ، وتقسيمات التحمل ، والتحمل العضلي الثابت ، والدقة ، ونبذة تاريخية عن القوس والسهم وماهيته - والأدوات المستخدمة في هذه الفعالية - والجوانب الفنية ومواصفات الميدان وبرنامج الرمي ومسابقات اللعبة ، وتطرقت إلى جهاز ( سكابور ) رباط الشد ( التمطية ) . وركزت الباحثة أيضا على الدراسات المشابهة ، إذ تطرقت إلى ثلاث دراسات ، وعرضت الباحثة اوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات المشابهة .  واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي في تصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي ، إذ تكونت العينة من ( 12 ) لاعبة يمثلن لاعبات المنتخب الوطني للقوس والسهم للمسافات الطويلة . وتم البدء بتنفيذ المنهاج التدريبي بتاريخ 21 / 2 / 2010 لغاية 16 / 5 / 2010 ، واستخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات المستحصلة من الاختبارات القبلية والبعدية لمتغيرات البحث .  وبعد معالجة البيانات المستحصلة احصائيأ استنتجت الباحثة أن المنهاج التدريبي باستخدام تدريبات المطاط كان ذا تأثير فعال في تطوير تحمل أداء العمل العضلي الثابت ودقة التصويب لأفراد عينة البحث .  وأثبتت النتائج أن التدريب باستخدام المطاط والتدريب باستخدام أساليب التدريب التقليدية كان لهما أثر في تطوير التحمل العضلي الثابت ودقة التصويب لدى راميات للقوس والسهم للمسافات الطويلة  وأن التطور الحاصل في أفراد المجموعة الضابطة لم يرتقِ إلى مستوى أفراد المجموعة التجريبية وهذا يدل على أن التدريبات باستخدام المطاط كان أكثر فاعلية وفائدة من أساليب التدريب الأخرى التقليدية .  وأن للتدريبات باستخدام المطاط فاعلية في تطوير التحمل العضلي الثابت ودقة التصويب ، إذ أظهرت أثراً ايجابياً ، وتحسناً ملموساً في الاختبارات البعدية لدى المجموعة التجريبية .  وأوصت الباحثة الاتحاد العراقي المركزي للقوس والسهم باستخدام تدريبات المطاط في مناهجهم التدريبية لكونه قد اثبت تأثيره بشكل ايجابي في تطوير التحمل العضلي الثابت ودقة التصويب وبالتالي تم تطوير الانجاز  وأوصت الباحثة أيضا بإجراء بحوث ودراسات مشابهة باستخدام المطاط في فعاليات رياضية أخرى والعمل على ابتكار وسائل تدريبية جديدة ليس في ميدان القوس والسهم فحسب بل في كل ميادين الرياضة الأخرى في القطر من أجل النهوض بالمستوى الرياضي نحو الأفضل . |