

ملخص الرسالة باللغة العربية

عنوان الرسالة

((تطوير القوة الثابتة وأثرها في بعض المتغيرات الكينماتيكية للوقوف على اليدين بالضغط على جهاز المتوازي))

الباحث : علي بديوي طابور

المشرف : أ.د. حسين مردان البياتي , أ.د. احمد توفيق الجنابي

اشتملت الرسالة على خمسة ابواب ..

الباب الأول :التعريف بالبحث

اشتمل هذا الباب على المقدمة وأهمية البحث : إذ تم التطرق إلى مستوى التطور الحاصل في رياضة الجمناستك نتيجة جهود المختصين باستخدام اساليب تدريبية متقدمة وأجراء دراسات علمية مستمرة لهذه الرياضة , وتم التطرق إلى أهمية القوة العضلية للاعبين الجمناستك وتنوع أساليب التدريب , فضلا عن أهمية علم البايوميكانيك في تطور الإنجازات الرياضية , والتأكيد على المتطلبات الخاصة بالجهاز التي يجب مراعاتها في السلسلة الحركية عند التقويم .
أما مشكلة البحث : فمن خلال تتبع الباحث إلى مستوى الفرق العراقية بالجمناستك وخصوصا فئة البراعم وجد الباحث ضعف في القوة الثابتة والاستثمار الغير الجيد للمتغيرات الكينماتيكية الذي يؤثر في الأداء وظهور الاخطاء الفنية التي يعاقب عليها القانون بالخصم من درجة اللاعب لذلك قام الباحث بتطوير القوة الثابتة ومعرفة تأثيرها على المتغيرات الكينماتيكية .

وتضمنت هدف البحث :

- تطوير مهارة الوقوف على اليدين بالضغط من خلال تطوير القوة الثابتة وتحديد المتغيرات الكينماتيكية لأدائها .

أما فرضا البحث : أن تطوير القوة الثابتة يؤثر في

- تطوير الأداء المهاري

- تحسين المتغيرات الكينماتيكية

ومجالات البحث : تحدد البحث بالمجالات الآتية

- المجال البشري : لاعبي براعم بغداد بالجمناستك بأعمار (٨-١٠) سنة .
- المجال المكاني : قاعة الجمناستك في كلية التربية الرياضية في جامعة بغداد .
- المجال الزمني : للمدة من ٢٠٠٤/٧/١٧ ولغاية ٢٠٠٤/١٠/١٦ .

الباب الثاني :

اشتمل على الدراسات النظرية والمشابهة , إذ اشتملت الدراسات النظرية على ثلاث محاور

رئيسية هي :

- ١- مفهوم القوة العضلية واقسامها وأهميتها وتمييزها وأنواع الانقباضات .
- ٢- أما المحور الثاني فتناول البايوميكانيك , مفهومه وأنواعه وخصائصه .
- ٣- وأخيرا المحور الثالث تطرق فيه الباحث إلى جهاز المتوازي من خصائص ومواصفات والاحوال الفنية للمهارة .

الباب الثالث :

اشتمل منهج البحث واجراءاته حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي واشتمل البحث على

عينة كان عددهم (١١) لاعب , والاجهزة والأدوات المستخدمة والاختبار البدني والتجربة الاستطلاعية وخطوات اجراء البحث من تصوير قبلي واختبار قبلي والمنهج التدريبي والاختبار البعدية والتصوير البعدي وتقييم الأداء الفني والوسائل الاحصائية .

الباب الرابع :

تضمن عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على ثلاث محاور .

١- للاختبار البدني (اختبار القوة الثابتة)

٢- للاختبار المهاري .

٣- للمتغيرات الكينماتيكية

ومن خلال ذلك تم التوصل إلى تحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه .

الباب الخامس :

اشتمل هذا الباب على الاستنتاجات والتوصيات التي توصل إليها الباحث من خلال دراسته

وانتهى إلى توصيات تؤكد أهمية التدريب على القوة الثابتة للاعبين الجمناستك .



Abstract

Developing the stability power and its effect in some of the kinematic – changes to stop on the hands by pressing on parallel – bars Apparatus .

The thesis contains five chapters :-

The first chapter consists of introduction – important of the research , The research taking in consideration by his introduction the rapid development level that had taken place in Gymnastics athletics as a result of the specialists efforts by using the development training styles , and continuous scientific studies to this special athletic . Also the researcher talks in this study about the muscular ability and its significant for the Gymnastics player and he talks about the training styles variety , beside to the significant of Biomechanic science to develop athletic achievements . The researcher do assurance on special recommendation to parallel – bars apparatus which should be considered in motor series in evaluation .

The problem of the research:-

Through the continuous watching of the researcher to the Gymnastics – Iraqi,s teams especially in a child – age , he found that there is a weakness in the stability power , using badly of the kinematic – change that effect on the performance , and there is technical mistakes which the rule,s punishment will be on it through discount from player – degree . So that the researcher do some development on the stability – power and knowing the effect of it on the kinematic – change .

Aims of the research concluded :-



- Development the stopping on the hands by the pressing through improvement the stability – power , and restriction the the kinmatic – change to performance the stopping on the hands by the pressing

Hypotheses of the research :-

The study includes the following Hypotheses :-

The development of the stability – power effect on :-

- Skill performance development
- Improve the kinmatic – change

Field of the study (research)

- 1- the human field : A sample of Gymnastic,s Bagdad players with the age (8 – 10) .
- 2- the special field : The Gymnastic,s Hall in physical education College of Bagdad university .
- 3- The Temporal field : The span from 17/7/2004 Till 16/10/2004

The secod chaper :-

Theoretical and similar studies

The Theoretical studies involves three aspect

- 1- The first aspect is concept of the muscular – power , it,s branch , it,s significant , improve it , the types of contraction .
- 2- The second aspect dealing with the concept , types , features of the Biomechnic
- 3- The Third aspect , the researcher talking about paralled – bars apparatus especially it,s feature , skill technical states .

The third chapter :-

Entails the methodology and field procedure which are based on the experiential methodology and conclude (11) player , using tools ,



apparatuses – and physical test , reconnaissance experiment and – the research step from precedent – photo and precedent experiment training methodology subsequently - experiment , subsequently – photo and evaluation of technical performance and statistics styles .

Chapter four :

Present analysis of the results and discussion of three aspects :-

- 1- physical test (stability power test)
- 2- Skill test
- 3- Kinematic change

And through that the researcher reach to the aims of the research and hypotheses assurance .

Chapter five :-

Includes some conclusion and recommendations which can be summed up as following .

Development of the stability power that help in improvement of skill performance and improvement the kinematic changes

Recommendations :-

The training signification on the stability power are very necessary for Gymnastic player .