

**جمهورية العراق**

**وزارة التعليم العالي والبحث العلمي**

**جامعة القادسية**

**كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة**

سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها ببعض المهارات للاعبي خماسي الكرة

**بحث تقدم به الطالب**

**علي زيدان راضي**

**كجزء من متطلبات نيل درجة البكالوريوس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة**

**بأشراف**

**أ . م .د ضياء ثامر مطر**

**2023 م 1444هـــ**

**بِسْمِ اللَّـهِ الرَّحْمَـٰنِ الرَّحِيمِ**

**﴿اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ (1) خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ (2) اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ (3) الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ (4) عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ (5) ﴾**

**صدق الله العظيم**

**الاهـــــــداء**

‎‎الى من توكلت عليه (الحكيم العليم) ذي الاسماء الحسنى لرعايته حمدا وشكرا

‎ الى من تشرفت الارض والسماء بوجودهم

(فاطمة وابيها وبعلها وبنيها)

‎الى والدي الذي غرس بقلبي حب العلم.....

‎الى والدتي التي انعم ببركه دعائها وطيب حنانها....

‎الى اخوتي الذين خفقت قلوبهم من أجلى .....

‎الى كل من نبض قلبهم لأجلي .....

‎الى كل من يتمنى لي الخير والنجاح.....

‎اهدي جهدي المتواضع هذا عرفانا وامتنانا

**الشكــــر والتقدير**

**‎قف للمعلم وفه التبجيلا كاد المعلم ان يكون رسولا**

**‎اتقدم بالشكر والتقدير والامتنان لأساتذتي في كليه التربية البدنية وعلوم الرياضة والى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على الجهود المبذول لرفع مستوى الطلبة والنهوض بالواقع التربوي لإنتاج جيل واعي قادر على قيادة البلد والنهوض به**

**المحتويات**

|  |  |
| --- | --- |
| عنوان الموضوع | الصفحة |
| الآية القرآنية | **ب** |
| الاهداء | **ت** |
| الشكر والتقدير | **ث** |
| المحتويات | **ج** |
| الفصل الأول: هدف البحث ومشكلة البحث | **1** |
| مشكلة البحث | **2** |
| اهداف البحث وفروض البحث ومجالات البحث | **3** |
| الفصل الثاني: الدراسات النظرية | **4-6** |
| الفصل الثالث: منهج البحث ومجتمع البحث | **7-9** |
| الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها | **10-11** |
| الفصل الخامس: الاستنتاجات والتوصيات | **12** |
| المصادر والمراجع | **13** |

**الفصل الاول**

**المقدمة**

**هدف البحث**

**مشكلة البحث**

**تعريف بالبحث:**

**المقـدمـة واهمية البحـث:**

**‎**تعد لعبه كره القدم من الالعاب الشعبية المشهورة فقد حضيت باهتمام خبراء الرياضة بكافة اختصاصها ونظرا لتطور العلوم والمعارف في كثير من المجالات لا سيما المجال الرياضي فقد نالت لعبه كره القدم نصيبا كبيرا من اهتمام الباحثين مما انعكس ذلك على تطور اساليب اللعب والخطط والقوانين التي ساهمت في لعطاء جمالية في اداء اللاعبين وزيادة اثاره حماس الجماهير. ان لعبه خماسي كره القدم واحدة من تطورات كره القدم الحديثة فهي اسلوب لعب جديد وتعد ركيزة اساسية لتطوير كره القدم وهي لعبه قديمة حديثه ،قديمة في الاصل والمنعب وحديثه بأسلوبها واستقلاليتها ان تأهيل لاعبي كره القدم لا يقتصر على المهارة، فرغم اهميتها الا ان تحسينها مرتبط بتحسن الخصائص البدنية والحركية والفسيولوجية عند اللاعب، فالحالة البدنية فقد كانت قاعدة الصلبة التي يرتكز عليها الاداء الفني ، كمـا انــت التعرف على استجابات الجسم الفسيولوجية كونها تغيرات وطبقيه وامكانيه التحكم فيها من خلال الاحمال التدريبية تساعد في تحسين استجابات اجهزه الجسم وتكيفها لذا فان اكتشاف الخصائص الفسيولوجية يسرع في الحول على النجاح وتحقيق المستويات المطلوبة مع الاقتصاد في الوقت والجهد. "وفي مجال الانتقاء لابد من وجود معايير أو قيم تنبؤيه تأخذ بنظر الاعتبار البناء الجسمي للاعب من حيث الطول والوزن والعمر وطول الاطراف فهناك علاقة بين مميزات الجسم وبين المستوى الرياضي العالي وان لكل لعبه او فعالية رياضيه صفات جسميه يتطلب ملاحظتها اثناء اختيار الرياضيين للألعاب او الفعاليات المختلفة.

**مشكلة البحث**

‎حظي خماسي كره القدم باهتمام لم تسبقه اليه اي رياضه اخرى وعلى المستويات كافة الرسمية والشعبية على حد سواء بذل المختصون جهودا كبيره من اجل تطوير هذه اللعبة فلم تعد المهارة وحدها هي الفيصل كما كانت قبل أكثر من نصف قرن بل اصبحت القابلية البدنية بما تحتويها من متغيرات سواء حركيه منها او الفسيولوجية ناهيك عن القياسات الجسمية ذات التأثير على تطور اللعبة.

‎وبهذا اتجه الباحثين لتسليط الضوء على الدور الفعال للأسلوب العقلي والمهارى ومن خلال تزويد المتعلم بالمثيرات اللفظية لتطوير دقه وسرعه استجابتها الحركية والمصاحبة للتعلم البدني المهاري لبعض مهارات كره القدم الخماسية ومن خلال استخدام اختبارات مخصصه لهذه المهارة وقياس مدى الاستجابة الحركية الأتية غير المتوقعة والمشابهة لحالات اللعب الواقعية وفي المهارات الأساسية وان الدقة وسرعه الاستجابة الحركية من الظواهر الشائعة في تعليم المهارات الحركية هو قياس الاستجابة من خلال الدقة والسرعة او الاثنين بالتبادل. فعند التدريب على الدقة نتوقف عن تدريب السرعة لأنها سوف تفقد الدقة في الاداء الذي يحتاج الى البطء والسيطرة والتحكم وعلى عكسـه عنـد تدريب السرعة نتوقف عن تدريب الدقة ويطلق على هذه الظاهرة تبادل التدريب بين السرعة والدقة.

**اهداف البحث**

‎**يهدف البحث للتعرف الى:**

‎١- قياس سرعه الاستجابة الحركية لدى لاعبي خماسي كر القدم وبعض المهارات الأساسية لدى لاعبي خماسي كره القدم

۲- ايجاد او تحديد العلاقة بين بعض المهارات الأساسية وسرعه الاستجابة الحركية لدى لاعبي خماسي كره القدم

‎**فروض البحث:**

‎هناك علاقة ارتباط بين سرعه الاستجابة الحركية وبعض المهارات الأساسية قيد الدراسة

‎**مجالات البحث:**

‎ ‎**المجال المكاني:** قاعات وملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

‎**المجال الزماني:** من 15/1/2022 الى 1/3/2023

‎**المجال البشري:** لاعبي قسم كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية

**2-الدراسات النظرية والمشابهة**

**الفصل الثاني**

‎**١-2 الاستجابة الحركية:**

‎تعتبر الاستجابة الحركية من العناصر المهمة للفرد بشكل عام و الرياضي بشكل خاص، لأنها من القدرات الحركية الضرورية التي تبرز اهميتها في الفعاليات والنشاطات التي تتصف بالسرعة وتغيير المكان مثل مهمه حارس المرمى بكره اليد وعرف مصطلح الاستجابة في مفهوم علم النفس "هو كل ما يطرا على السلوك نتيجة وتعرف ايضا بانها "مجموع زمن رد الفعل وزمن الحركة وهو الوقت لمنبه معين "او" بانها “الربط بين زمن الرجوع وزمن الكلي ظهور المثير حتى انتهاء الاداء " الحركة" اي انه الزمن الكلي الذي ينقضي ما بين حدوث المثير والانتهاء من اتمام الحركة

‎**٢-٢ سرعه الاستجابة الحركية:**

‎ان الجهاز العصبي هو الجهاز المسيطر والمهيمن على جميع وظائف وفعاليات الجسم الذي يتكون من مجموعه من المراكز المترابطة في ما بينها والتي تصل اليها التنبيهات الحسيه من جميع اجزاء الجسم وان اداء الحركة يكون ضمن زمن محدد وهذه الحركة ناتجه كعمليه رد علي مثير خارجي من قبل شخص او اداه وان زمن استلام المثير من قبل الحراس وايصاله الى الجهاز العصبي ثم الرد عليه ظهور الحركة العضلة او العضو المراد تحريكه ويسمى هذا بزمن رد الفعل عمها زمن الاستجابة الحركية فهو زمن رد الفعل مضافا اليه زمن اداء الحركة لحين انتهائها وعليه فان سرعه الاستجابة الحركية ناتج عن سرعه رده الفعل. كما في الشكل.



**2-3 اقسام الاستجابة الحركية**

تقسم الاستجابة الحركية من حيث زمن مراحلها الى:

أولا: زمن رد الفعل

ثانياً: زمن الحركة

2-4 المهارات الأساسية بكرة القدم (قيد الدراسة)

1-4 التهديف

‎ان اهميه التهديف في خماسي كره القدم يعتبر الجزء المهم والاكثر اثاره في اللعبة والهدف النهائي لكل فريق يكون في خلق فرصه او فرص لتسجيل الاهداف وفي خماسي كره القدم تكون فرص التهديف كثيره لكون مساحة الملعب صغيره ولعب الكره ضمن إطار اللعبة يتم بالسرعة والحركة وان وقت الوصول الى فرص الخصم بسرعه خاطفه

‎**4-1-2التهديف من الحركة في خماسي الكره**

‎ان التهديف من الحركة يعد من أحسن واقوى انواع التهديف لان الكره تسير وفي حاله الحركة سواء كانت الكره في حركه مستقيمه او متعرجة ولان الكره تسير اطول مسافة ممكنه بالإضافة الى وصولها في اقل زمن ممكن

**4-2-3 الدحرجة**

‎وتعني قدره اللاعب على التحرك والانتقال بالكره من مكان الى اخر في مناطق ضيقه بوجود خصم او أكثر ويتم التحرك اما بشكل مستقيم او عرضي او قطري وعلى شكل خطوات قصيره وموزونه مع المحافظة على الكره تحت السيطرة وتستخدم هذه المهارة عندما يكون الزملاء تحت ضغط المنافسين ويتعذر على اللاعب الحائز على الكره اعطاء مناوله للزميل والدحرجة بحاجه الى توافق عصبي عضلي عال واتزان لكي تؤدى بانسيابيه وارتخاء، ولكي تتم الدحرجة بنجاح لابد من حماية الكره من خلال وضع اللاعب لجسمه حاجزا بين الخصم والكره.

**2-4-5 أغراض الدحرجة**

هي اشغال المنافس واعطاء فرصه للزملاء للتحرك وخلق الفراغ واعطاء فرصه للزملاء لتنظيم الموقف الهجومي وتبادل الحركات وتأخير اللعب وكسب الوقت وتشتيت انتباه الخصم وتستخدم كمقدمه لأداء المراوغة او الخداع او التصويب

**انواع الدحرجة:**

1 - الدحرجة بالوجه الامامي للقدم

2 - الدحرجة بالجزء الخارجي من القدم

3 - الدحرجة بالجزء الداخلي من القدم

**3- منهج البحث**

**الفصل الثالث**

**1-3 منهج البحث**

‎ان (اهداف البحث والاجراءات التي يستخدمها الباحث وتحديد طبيعة العينة التي سيختارها لتمثيل مجتمع الدراسة)

‎استخدام الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمه طبيعة المشكلة

**‎2-3مجتمع البحث:**

‎حدد الباحث مجتمع البحث وهم لاعبو كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي 2022-2023 والبالغ عددهم () لاعباً

‎ **3-3** **الادوات المستخدمة في البحث:**

**‎استخدم الباحث الادوات البحثية الأتية:**

* شواخص عدد (١٥)
* كره قدم خماسي عدد (۱۲)
* صافره عدد(۲)

‎**3-4اجراءات البحث الميدانية:**

**‎1-4 تحديد الاختبارات:**

‎عمد الباحث الى تحديد بعض الصفات البدنية والمهارية الأساسية من خلال الاستعانة بالمراجع والمصادر العلمية والتي من خلالها تم تحديد اهم المهارات الأساسية وادراجها في استمارة استبيان ثم تم عرضها

**4-2 الاختبارات المستخدمة**

1. الاستجابة الحركية
2. التهديف
3. الدحرجة

‎**3-5التجربة الاستطلاعية:**

هي عباره عن دراسة مسحيه اوليه يقوم بها الباحث على عينه اخرى غير عينه البحث وقد تمت التجربة بتاريخ ۲۰/۲/2022 لغايه 25/٢/ 2023 في القاعة الرياضية او في الكلية وكان الهدف منها التعرف على:

1. دراسة الوقت المستغرق لكل حركه او نشاط او اختبار.
2. مدى ملائمه الاختبارات لعينه البحث والدراسة.
3. تدريب فريق العمل المساعد

**‎3-6 التجربة الرئيسية:**

‎تم اجراء التجربة الرئيسية في يوم الاربعاء المصادف 9/3/2023 في ملعب الكلية حيث تم اجراء الاختبارات المهارية واختبارات الاستجابة الحركية.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| اليوم | التاريخ | الساعة | نوع الاختبار | المكان |
| الاربعاء | 9/3/2023 | 10 صباحاً | السرعة | ملعب الكلية |
| الاستجابة |
| المهارات |

**الفصل الرابع**

‎**عرض النتائج ومناقشتها**

‎**جدول يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات قيد الدراسة:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| المتغيرات | س | ص |
| سرعة الاستجابة الحركية | 1.890 | 0,0771 |
| مهارة الدحرجة | 15.525 | 0,393 |
| مهارة التهديف | 25,327 | 5,870 |

‎من خلال الجدول اعلاه يتبين ان الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البدنية والمهارية للمتغيرات قيد الدراسة حيث بلغ الوسط الحسابي لسرعه الاستجابة الحركية (۱.۸۹۰) في حين بلغ الانحراف المعياري (0,0771) وقد بلغت الأوساط الحسابية لمهارتي الدحرجة والتهديف ( ١٥.٥٢٥ ) و ( ٢٥.٣٢٧ )

‎على التوالي وبلغت الانحرافات المعيارية لها ( ۰.۳۹۳ ) و ( 5.۸۷۰ ) علی التوالي ايضا.

‎عرض نتائج علاقة الارتباط بين سرعه الاستجابة الحركية ومهارتي الدحرجة والتهديف وتحليلها ومناقشتها:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| المهارات | الاستجابة الحركية | الدلالة |
| التهديف | 0,81 | معنوي |
| الدحرجة | 0,56 | عشوائي |

‎من خلال الجدول اعلاه يتبين ان هنالك علاقه بين مهاره التهديف وسرعه الاستجابة الحركية في حين لا توجد علاقه ارتباط بین مهاره الدحرجة وسرعه الاستجابة الحركية وهذا نتيجة متطلبات اداء المهارات للصفات البدنية حيث ان مهارات التهديف تتطلب سرعة استجابة حركية عالية من اللاعب لأداء المهارة بالصورة المطلوبة الصحيحة وهذا ما أكده الكثير من العلماء في مجال التدريب الرياضي حيث ذكر(( ان زمن الاستجابة يتضمن زمن رد الفعل وزمن الحركة وهي المتطلبات الضرورية التي يجب تنميتها عند اللاعبين ولمعظم الالعاب الرياضية ومنها لعبه كره القدم ، فكلما قصر زمن الاستجابة كلما استطاع اللاعب التصرف في الوقت المناسب وخاصه في مهارات التهديف التي تحتاج الى سرعه استجابة تجاه التأثيرات المختلفة وفق اللعب )) .

‎

**الفصل الخامس**

‎**الاستنتاجات والتوصيات**

**‎الاستنتاجات**

‎ 1- ان لاعبي كره القدم من افراد عينة البحث يتميزون بسرعه الاستجابة الحركية

۲ - هنالك علاقه بين سرعه الاستجابة الحركية مهاره التهديف

٣ - لم يكن هنالك علاقة ارتباط بین سرعه الاستجابة الحركية الدحرجة

**‎التوصيات**

‎۱ - تطوير مستوى سرعة الاستجابة الحركية والمهارات الأساسية بصوره أفضل للاعبي خماسي كره القدم

٢ - التأكيد على متغير سرعه الاستجابة الحركية والتي لها تأثير مباشر على الاداء المهاري للمهارات الأساسية للاعبي خماسي كره القدم

3- ضرورة التأكيد على بعض التمارين لتطوير سرعه الاستجابة الحركية باستغلال الادوات والتجهيزات المتوفرة

4- اجراء الدروس البحوث المشابه لإيجاد العلاقات بين سرعه الاستجابة والمهارات الأساسية الاخرى للاعبي خماسي كره القدم.

‎

**المصـــادر والمراجـــع**

‎1- وجيه محبوب، اصول البحث العلمي ومناهجه، دار المناهج.

۲ - بهاء الدين سلامه : الاعداد المهاري في كره القدم ، الرياض ، مكتبه الطالب الجامعي ، ۱۹۸۷ ، ص ٨٦.

3- قاسم حسن حسين وعبد علي نصيف، علم التدريب الرياضي، ط ۲، الموصل، دار الكتب، ۱۹۸۷.

4- العراق . شبك الانترنيت: مكتبه الدكتور ابراهيم بن عبد الله المحيسن

5 - عمار زبير احمد، التشكيك والتكتيك في خماسي كره القدم، ط1، بغداد، دار الكتب للوثائق، ٢٠٠٥

‎٦ - المسالمة احمد عبد الرحمن، التوقع الحركي لحراس المرمي، رسالة ماجستير، جامع بغداد كليه التربية الرياضية.