

الشكر والامتنان

أحمد الله عز وجل كما يليق بجلال وجهه وعظيم سلطانه ، وأشكره على نعمته التي لا تعد ولا تحصى ، وأرفع اليه أسمى آيات الحمد والثناء حتى يرضى ، واسجد حمداً وشكراً الى من علي بنعمه الصحة والتوفيق الى طريق العلم والمعرفة والصلاة والسلام على سيدنا محمد نبي هذه الأمة وقدوة الأولين والآخرين وعلى اله وصحبه المنتجبين .

وبعد شكر الله (عز وجل) وحمده ، أقدم جزيل الشكر والامتنان الى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان المتمثلة بعميدها أ.د.ماجد شندي والي .

يسعدني أن أقدم في هذا المقام بجزيل الشكر والعرفان الى استاذي ومعلمي ومشرفي على الرسالة أ.د. حكمت عبد الكريم المذخوري الذي تعهدني برعايته ومرئياته العلمية بحسن تعامله وكرم أخلاقه وسعة صدره بتوجيهاته السديدة فقد اعطاني من وقته ، وبذل كل ما في وسعه لتذليل المصاعب وتخطي العقبات التي واجهتني ، وقد كان لكل ما قدمه ابلغ الأثر في هذه الدراسة ، ومهما قلت وعبرت عما في نفسي من امتنان فلن أوفيه حقه من التقدير ، جعل الله عمله هذا في موازين حسناته ، وجزاه خير الجزاء .

ويسعدني ان اقدم الشكر الى معاون العميد للشؤون العلمية أ.م.د. محمد عبد الرضا والي أ.د. ماجد عزيز لفته والي الأساتذة كافة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان لما قدموه لي من معلومات وملاحظات علمية سديدة طيلة فترة الدراسة .

وأقدم شكري وتقديري الى رئيسي القسمين قسم العلوم النظرية المتمثلة أ.د. حكمت عبد الكريم المذخوري وقسم العلوم التطبيقية المتمثلة أ.م.د. سعيد غني و اقدم شكري وتقديري الى جميع أساتذتي في جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

أقدم شكري الى أ.م.د. رحيم طو علي والي أ.م.د. عمار علي اسماعيل والي أ.م.د. ماهر عبدالله والي الدكتور وسام حميد والدكتور مصطفى عبد الزهرة الذين ساندوني في كتابة رسالتي فجزاهم الله خير الجزاء

واقدم شكري وامتناني الى أروع الأخوة والزملاء الذين بذلوا جهودهم لمساعدتي وأرجو من الله (عز وجل) ان يوفقهم في حياتهم العملية والعلمية فجزاهم الله خير الجزاء (عباس سعدون ، هند قاسم ،زينب عبد الكاظم، ضحى محمد ، ساره جبار، كاظم عبد الرضا مجيد).

وأقدم شكري وامتناني لمجموعة عينة البحث طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان فرع العلوم النظرية جزاهم الله خير الجزاء والتوفيق لهم على مدار الحياة واتقدم بالشكر والتقدير لجميع موظفي جامعة ميسان في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وخصوصا" العاملين في مكتبة الكلية.

وبأسمي أتقدم بالشكر والتقدير لجميع الأستاذة والأخوان والأصدقاء وأفراد عائلتي (أمي الغالية ،واخوتي ، واخواتي) ومن تمنى لي الخير والنجاح في عملي المتواضع هذا بفائق الشكر والتقدير والأمتنان .

وآخر دعوانا أن أحمد الله (عز وجل) عليه توكلت واليه أنيب ؛ لأنه نعم المولى ونعم النصير وادعو الله العلي القدير أن يأخذ بأيدينا الى طريق العلم والمعرفة والإخلاص وهو ولي التوفيق....

الباحثة

آيات لازم وهيب

المستخلص

تأثير تمرينات توافقية لمرحلة النهوض في تحسين قيم بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وعلاقتها بانجاز الوثب العالي

الباحثة

آيات لازم وهيب

المشرف

أ. د حكمت عبد الكريم المذخوري

1439هـ

2018م

1- اشتملت الرسالة على الفصل الأول : أصبحت الرياضة تمثل خطوة مهمة في تقدم الشعوب وان تطور وتحسن المستويات للمهارات الرياضية وفي مختلف الألعاب الرياضية ومنها مسابقات ألعاب القوى وأن تحسين قدرة التوافق للرياضي تعني مساعدته في تحقيق المستوى العالي للانجاز المطلوب خلال المنافسة خاصة وان تحسين وتطوير هذه الصفة لدى طلاب تعد حالة جيدة وايجابية لتمكن الطلاب من أداء مهام المهارة بشكل أفضل لتحسين انجاز في الدروس العملية مشكلة البحث إن هناك ضعفاً واضحاً في مرحلة النهوض والذي تبين من مستوى انجازات الطلاب في الدروس العملية خاصة وان مرحلة النهوض تتطلب حالة عالية من التوافق الذهني والعضلي وذلك لربط الركضة التقريبية ومرحلة النهوض والطيران مما دعا الباحثة إلى اعتماد تمرينات توافقية خاصة لمرحلة النهوض قد تسهم في تحسين قيم بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وقد هدف البحث إعداد تمرينات توافقية لمرحلة النهوض لتحسين قيم بعض المتغيرات البايوكينماتيكية وعلاقتها بانجاز الوثب العالي لدى أفراد عينة البحث .

وقد فرض البحث وجود فروق دلالة احصائياً بين الاختبارين (القبلي - البعدي) ولصالح الاختبار البعدي لقيم بعض المتغيرات البايوكينماتيكية لمرحلة النهوض والانجاز لدى أفراد عينة البحث وقد جاءت مجالات البحث المجال البشري: طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة | جامعة ميسان المجال الزمني 2016\12\11 ولغاية 2017\1\31 المجال المكاني كلية التربية الرياضية اجامعة ميسان

واشتمل الفصل الثاني على الدراسات النظرية والدراسات المشابهة .

وأشتمل الفصل الثالث على منهج البحث وإجراءاته الميدانية الذي استخدمته الباحثة وهو المنهج التجريبي، واشتمل أيضاً على إجراءات التجربة الميدانية التي تضمنت العينة ، والأدوات المستخدمة، والاختبارات القبليّة والاختبارات البعديّة فضلاً عن الوسائل الإحصائية، وقد اختارت الباحثة عينة من طلاب المرحلة الرابعة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان/.

وتضمن الفصل الرابع على عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

وتضمن الفصل الخامس أهم الاستنتاجات:

1- ظهر من نتائج البحث ان متغير ارتفاع للكف عند اخر مس لقدم النهوض قد ظهر عليه تحسن في الاختبار البعدي.

2- ظهر من خلال الدراسة النتائج ان متغير اعلى ارتفاع مركز الثقل عند آخر مس القدم النهوض يلعب دور كبير بتحديد قيمة زاوية الانطلاق بشكل ايجابي .

وكانت أهم التوصيات :-

1- ضرورة التأكيد في تطبيق التمرينات التوافقية الملائمة لمرحلة النهوض في تعليم فعالية الوثب العالي للطلاب.

2- إجراء دراسات مشابهة للمراحل الفنية الاخرى في مسابقة الوثب العالي .