

تأثير تمارين التوافق الحركي في تطوير دقة بعض مهارات الكرة الطائرة وعلاقتها بتركيز الانتباه

)
(2010) - (40) (20) (20) (2011)

(6)

-1
-: 1-1

-2

1-2

1-1-2

" (1) "

" (2) "

...

-(4)

(3)

-1 -:-

-2 -:-

-(5)

-1

-2

-3

-4

5- الأداء في ظروف غير طبيعية.

-1-2-2 -:-

"

" (6) "

1- نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي. مبادئ التعلم الحركي، النجف الاشراف: دار الضياء للطباعة والنشر، 2010، ص71.

2- وجيه محجوب. التعلم الحركي، الموصل: دار الفكر للطباعة والنشر، 1989، ص27.

3- ناهدة عبد زيد الدليمي. أساسيات في التعلم الحركي، النجف الاشراف: دار الضياء للطباعة والنشر، 2008، ص40.

4- ناهدة عبد زيد الدليمي. المصدر السابق نفسه، 2008، ص40.

5- هارة. أصول التدريب الرياضي، ط2 (ترجمة) عبد علي نصيف، الموصل: مطبعة جامعة الموصل، 1990، ص296.

6- 1989 30 -:-

()

"

(1)"

(2) "

(3) "

(4)

(5) _:

-: -1

-: -2

-: -3

-: -4

--: 3-1-2

"

(6) "

.48 2002 : _____ -7

.324 1973 : _____ -8

.298 _____ -1

.45 1990 : () () _____ -2

.328 1998 : 1 _____ -3

4-محمد صالح محمد. متابعة الكرة الهجومية المرتدة من الهدف وعلاقتها بنتائج المباريات، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1990، ص26.

"

(1) "

"

(2) "

(3)

-: 1-3-1-2

(4)

(1)

(5)

()

(7) _:

(6)

-:

-

-

-

-

.()

-:

-

1-يوسف البازي، مهدي نجم. المبادئ الأساسية في كرة السلة، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1988، ص41.

2-عبد العزيز النمر و مدحت صالح . كرة السلة – تعلم – تدريب، دار التوزيع والنشر، 1997،ص11.

4- W.Browing: Basket Ball Pitman Publishing, Co,N.Y.4th.ed.1964,P159

-4

.8 1998 :

.29 1997 : 1 _____ . -5

.46 1987 : .() -6

.76 1996 : 1 _____ . -7

- .() - .() -
 - . - .() - ()

-: 2-3-1-2

"
 (1) "
 " (2)"
 (3) .
 (4) -:

-:
 3-3-1-2

(5) "

(7) -: (6) .

		.99	2011	:	_____ .	-1
. 72	1999	:	1	(_____)	_____ .	-2
2001	:	_____ .				-3
					_____ .	76-75
. 87.	1996	:	(_____)	_____ .	_____ .	-4
			.121	2011	_____ .	-5
			. 79 -78	_____ .	_____ .	-6
			. 124	2011	_____ .	-7

() () ()

(t-test)
.(1.2)

(1)			
()	()	()	()
1.83	3.15	172.31	/
3.79	2.82	74.36	/
4.09	0.87	21.23	/

(1)
.(%30)

(2)

(t)					
	+	-	+	-	
0.78	1.63	14.02	1.98	13.56	/
1.36	2.17	11.93	2.09	12.87	/
0.50	1.45	8.12	1.67	7.89	/
0.95	1.48	10.86	1.30	11.29	/

(t) * = (2.02) (0.05) (.38)

(2) (t)

(2.02) (0.05) (.38)

3-3 :-

(1)

:-

(6)

(2)

(Casio) (2)

4-3 :

1-4-3 :-

:-

(1)

()

-1

	()	-:	-
	(5)	-:	-
)	-:	-
	9 (
	()		
		-:	-
		()	
		-:	-
	(5-1)	(5)	
		(25)	
	(2)		-2
		-:	-
	(5)	-:	-
	(4)	-:	-
		(3)	
		-:	-
		(5)	-
		-:	-
	()	()	-
		()	-
		-:	-
		(25)	
		(3)	-3
		-:	-
	(5)	-:	-
<hr/>			
		. 58- 57	-2
.248	1997	: 3	-1
		.153	-2

(50) (3) -: -

:- -

(5) -

:- -

(3) - (2) -

(0) - (4) -

:- -

(15)

:- 2-4-3

*

**

(%80) ()

(3)

(3)

%80			-1
%20			-2
%0		-	-3

(1) -1

()

(/)

(18) (/)

(17)

(18) (19) (/)

(19)

:-

*

-1

-2

-3

-4

-5

(4)

**

1- محمد حسن علاوي. موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين , ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر , 1998, ص530.

(10) (20),(23)

- :-

(4).

(4)

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	95	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

" -:- 5-3

(1) "

(14)

-:- (*) 2011/3/1

) -:- 6-3

-:- (" -:- 1-6-3

(2) "

2011/ 3/1 (14)

2011/3/6

(5).

1 - قاسم حسن المندلوي (وآخرون). الاختبار والقياس والتقويم في التربية الرياضية، بغداد : مطابع التعليم العالي ، 1990 ، ص 107.

(*) فريق العمل المساعد :

طالبة دكتوراه - خالدة عبد زيد الدليمي
 طالب دكتوراه - فراس سهيل إبراهيم
 باحث علمي - سحر ياسين عباس

1 , 1 , 2

.70 1999 ,

" -: 2-6-3

(1) "

*

(5)

-: 3-6-3

(2) "

"

"

(3) "

(5)

(5)

0.90	0.93	%100	/	-1
0.89	0.91	%100	/	-2
0.87	0.89	%80	/	-3
0.89	0.90	%80	/	-4

-: -: 7-3

2011/3/8 -: 1-7-3

-: 2-7-3

*

.322 ,1988 , _____ -2

-: *

- - - -1

- - - -2

- - - -3

- - - -4

- - - -5

.44 2000 : , 1 _____ -1

2007 : _____ -2

.299

" (3) " :-
 (8) -
 (8) -
 (90) -
 (30) -
 (*) -
 :- 3-7-3

2011/4/30

(1) :- :- 8-3
 t-test - t-test -
 :- -4
 1-4
 1-1-4
 (t) (6)

	(t)					
	3.78	1.74	17.82	1.98	13.56	/

.53 ,1988 , : _____ -3
 (1) *

: _____ -1
 .279 276 195 160 152 130 71 37 ,1999,

مجلة جامعة بابل / العلوم الإنسانية / المجلد 19 / العدد 4 : 2011

	4.11	1.96	16.98	2.09	12.87	/
	4.52	1.49	11.65	1.67	7.89	/

(t) * = (2.09) (0.05) .(19)

(6)

(t)

(2.09) (0.05) .(19)

2-1-4 ()

(7) ()

%			%			
9.76	1.74	17.82	14.60	1.98	13.56	/
10.95	1.86	16.98	16.24	2.09	12.87	/
14.02	1.49	10.63	21.17	1.67	7.89	/

(7)

3-1-4

(8) (t)

	(t)					
	4.19	1.22	20.41	1.63	14.02	/
	4.76	1.78	19.84	2.17	11.93	/
	4.62	1.05	12.56	1.45	8.12	/

(t) * = (2.09) (0.05) .(19)

(8)

(t)

(2.09) (0.05) .(19)

() 4-1-4

() (9)

%			%			
5.98	1.22	20.41	11.63	1.63	14.02	/
9.98	1.98	19.84	18.19	2.17	11.93	/
8.36	1.05	12.56	17.86	1.45	8.12	/

(9)

5-1-4

(t) (10)

	(t)					
	5.31	1.22	20.41	1.74	17.82	/
	4.84	1.78	19.84	1.86	16.98	/
	4.62	1.05	12.56	1.49	10.63	/

.(38) (0.05) (2.02)= (t) *

(10)

(t) .(38) (0.05) (2.02)

6-1-4

(11)

0.61	0.56		
0.58	0.52		
0.56	0.48		

.(19) (0.05) (0.43)= ()

(11)

()

(0.56)

(0.48)

(0.52)

(0.61)

(0.58)
(0.43) () (0.56)
(19) (0.05)
4-2
(6)

"

" (1)

"

" (2)

(8)

()

"

" (3)

1- Magill, A. Motor learning and control . baton , mc. (2004) p .273.
.29 2011 -2
: -1
.115 1987

"

(1)

(10)

"

(2)." "

"

(3) "

()

"

(4) "

"

:	.1	_____	-2
		21 , 1997 ,	
.266	1987	:	() _____ . -3
.285	1975	:	() _____ . -4
.175	2000	_____ .()	-1

.2000	:	3	_____	-
.1996	:	1	_____	-
.1988 ,	:		_____	-
:			_____	-
				.1984
				-
				.2002 14
:	()	()	_____	-
				.1990
.1997	:	1	_____	-
. 1999	:	1	() _____	-
				-
				.1998
.1973	:		_____	-
.1997	:		_____	-
.1987	:		() _____	-
				-
				.2000
.1990 ,	:		() _____	-
.1987	:		() _____	-
.2008	:		_____	-
.2011	:		_____	-
.2011	:		_____	-
.2010	:		_____	-
.1998 ,	:	1	_____	-
.1998	:	1	_____	-
:			_____	-
				.1987
:			_____	-
				.1988
:			_____	-
				.2007
.1996	:	()	_____	-
:			_____	-
				. 2001

:
 .1990
 : ,1 , _____ .
 .1997,
 : 3 _____ .
 .1997
 : ,1 , _____ .
 .1999,
 .1989 : _____ .
 .1993 : _____ .
 : _____ .
 .1999,
 .1975 : 1 () _____ .
 .1990 : ()2 _____ .
 .2002 : _____ .
 .1988 : _____ .
 :

- John, Syes:Porting body Sporting Mind, Untud Kingdom Gambridnge unvi Press,1983.
- Magill, A. Motor learning and control . baton , mc. 2004.
- W.Browing: Basket Ball Pitman Publishing, Co,N.Y.4th.ed.1964,

(1)

(5)

.()

.()

)

.(

(6-3)

(6-3)

(6-3)

(6-3)

)

(4)

.(

()	(4)	-
.	(4)	-
.	(4)	-
.	(80)	-
.		-
.		-
.	(40)	-
.		-
.		-
.		-
.	(3)	-
...		-
.	(3)	-
.		-
.		-
.	(3)	-