



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير تمرينات مهارية مقترحة قائمة على تحليل مباريات للمصنفين عالمياً في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبي تنس الطاولة المتقدمين في محافظة نينوى

عمار محمد خليل الهلالي

اطروحة دكتوراه
التربية البدنية وعلوم الرياضة / علم التدريب الرياضي

بإشراف
الاستاذ المساعد الدكتور
نبيل محمد عبد الله الشاروك

ملخص الاطروحة

" تأثير تمرينات مهارية مقترحة قائمة على تحليل مباريات للمصنفين عالمياً في عدد من

المتغيرات البدنية والمهارية للاعبي تنس الطاولة المتقدمين في محافظة نينوى "

المشرف

الباحث

أ.م.د. نبيل محمد عبد الله الشاروك

عمار محمد خليل الهلالي

٢٠٢١م

١٤٤٣هـ

هدف البحث إلى الكشف عما يأتي:

- الفروق الاحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة التجريبية
- الفروق الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة الضابطة.
- الفروق الإحصائية بين الاختبارات البعدية في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

وللتحقق من أهداف البحث افترض الباحث ما يأتي:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية لمجموعة البحث التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة الضابطة ولمصلحة الاختبار البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي في عدد المتغيرات البدنية والمهارية بين مجموعتي البحث ولمصلحة المجموعة التجريبية.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث ، وقد أجري البحث على عينة متيسره ، والتي تمثلت بمنتخب محافظة نينوى بتنس الطاولة فئة (متقدمين)، والبالغ عددهم (٦) لاعبين، وقسموا بالطريقة العشوائية الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) وبواقع (٣) لاعبين للمجموعة التجريبية و(٣) لاعبين للمجموعة الضابطة ، وقد استخدم الباحث

التصميم التجريبي ذو المجموعتين تجريبية وضابطة بقياس قبلي وبعدي للمجموعتين ، كما تم استخدام (الملاحظة العلمية)(تحليل المباريات)، والمقابلة الشخصية، والاختبارات والمقاييس بوصفها وسائل لجمع البيانات، وتم تحقيق التجانس بين مجموعتي البحث في المتغيرات الآتية (العمر، والطول، والوزن، والعمر التدريبي)، فضلاً عن إجراء التكافؤ في المتغيرات البدنية قيد البحث.

وتضمنت إجراءات البحث تصميم منهاج تدريبي قائم على تحليل مباريات للمصنفين الثلاثة الأوائل في التصنيف العالمي لسنة (٢٠١٩) للشهر السابع واختار الباحث المباراة النهائية لكل لاعب كونها تمثل افضل انجاز ، وتم تحليل (٣) مباريات ل (٣) لاعبين مصنفين الثاني والثالث والرابع على العالم أي النخبة في التصنيف العالمي (تم استبعاد المصنف الأول (xu xin) بسبب استخدامه مسكة القلم) ، واعتمد الباحث على تصنيف الاتحاد العالمي لتتنس الطاولة لهذا الشهر وتم اختيار طريقة التدريب التكراري لملاءمتها وطبيعة الاداء في المنهاج وبعد ذلك تم إجراء الاختبارات القبلية البدنية والمهارية ، ثم تنفيذ المنهاج التدريبي وفق التحليل على المجموعة التجريبية، بينما نفذت المجموعة الضابطة المنهاج المعد من قبل مدرب الفريق ، واستغرق تنفيذ المنهاج التدريبي (٩) أسابيع، وللمدة من ٢٥/١٠/٢٠٢٠ ولغاية ٢٤ / ١٢ / ٢٠٢٠ خلال ثلاث دورات متوسطة ، وبواقع (٩) دورات صغرى وبتموج حركة حمل (٢ : ١) في كل دورة متوسطة، وبواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع (الأحد، والثلاثاء والخميس)، وتم تطبيق المنهاج للبحث في (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل)، وبعد ذلك قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية بالخطوات نفسها التي اتبعت في الاختبارات القبلية.

وأستخدم الباحث الوسائل الإحصائية :

(النسبة المئوية، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الاختلاف، واختبار T للعينات المرتبطة، واختبار T للعينات المستقلة، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون)، وحجم التأثير، معامل الالتواء)، واختبار شابيرو ، واختبار ليفين، واختبار ديكوهين لقياس حجم التأثير بين الاختبار القبلي وبعدي، واختبار مربع ايتا لقياس حجم التأثير بين الاختبار البعدي وبعدي وتمت معالجة البيانات بنظام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss).

وتوصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- احدثت التمرينات المهارية القائمة على تحليل المباريات التي نفذتها المجموعة التجريبية تطوراً ارتقى الى مستوى المعنوية في المهارات (الارسال العالي بالدوران الجانبي بوجه اليد-الارسال العالي بالدوران الخلفي وجه اليد-الارسال العالي بالدوران الامامي وجه اليد-الضربة اللولبية الامامية - الضربة اللولبية الخلفية).

- احدثت التمرينات المهارية المعدة من قبل المدرب والتي نفذتها المجموعة الضابطة تطوراً ارتقى الى مستوى المعنوية في جميع المهارات ما عدا مهارة (الضربة اللولبية الامامية) التي لم ترتق الى مستوى المعنوية .

- احدثت التمرينات المهارية القائمة على التحليل المهارية والتي نفذتها المجموعة التجريبية تطوراً ارتقى الى مستوى المعنوية في الصفات (القوة الانفجارية للذراع ، القوة الانفجارية للرجلين، الرشاقة الخاصة، مرونة الجذع، مرونة الكتف، والمطاولة العامة التوافق) وتطوراً لم يرتق الى مستوى المعنوية في صفة (سرعة الاستجابة للذراع)

- ان التمرينات المهارية المقترحة القائمة على تحليل المباريات الذي تم توظيفها بطريقة التدريب التكراري كان له الدور الفعال في تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة من خلال النسب المئوية لكل مهارة في الوحدة التدريبية والتمارين المستمدة من تحليل المباريات

وفي ضوء الاستنتاجات اوصى الباحث بما يأتي :

- ضرورة الاعتماد على تحليل المباريات ذات المستوى العالي من اجل الوقوف على احتياجات لاعبي تنس الطاولة من المهارات والصفات البدنية ودرجتها في الوحدات التدريبية كونها تمثل الاحتياجات الفعلية والحقيقية للاعبين
- امكانية استخدام تحليل المباريات مع الفئات العمرية الاخرى كفئة الشباب والناشئين
- امكانية استخدام تحليل المباريات في الالعاب الفردية والفرقية الاخرى

**University of Mosul
College of Physical Education
and Sport Sciences**



The effect of suggested skill exercises based on the analysis of matches for world-ranked players on a number of physical and skill variables for advanced table tennis players in Nineveh Governorate

Prepared by
Ammar mohammed khaleel alhilali

Ph D. Dissertation
Physical Education and Sport Sciences / Sports Training

Supervised by
Asst.Prof.Dr
Nabil Mohammed Abdullah

Abstract

The effect of suggested skill exercises based on the analysis of matches for world-ranked players on a number of physical and skill variables for advanced table tennis players in Nineveh Governorate

Researcher

Supervisor

Ammar mohammed khaleel alhilali

Dr.. Nabil Mohammed Abdullah

1443 AH

2021 M

The study aimed to expound the following:

- - Statistical differences in a number of physical and skill variables between the pre and post tests of the experimental group
- Statistical differences in a number of physical and skill variables between the pre and post tests of the control group.
- Statistical differences in a number of physical and skill variables for the post-tests between the experimental and control groups.

To verify the research objectives, the researcher assumed the following:

- The existence of statistically significant differences in a number of physical and skill variables in the pre and post tests for the experimental research group and for the benefit of the post test.
- The presence of statistically significant differences in a number of physical and skill variables in the pre and post tests for the control group and for the benefit of the post test.
- The presence of statistically significant differences in the number of physical, skill variables between the two research groups in the post-test, and in favor of the experimental group.

The researcher used the experimental method for its suitability and the nature of the current research, and the research was conducted on an available sample, which was represented by the Nineveh governorate team in table tennis category (advanced), and the number of (6) players, and they were divided randomly into two groups (experimental and control) and by (3) players for the experimental group , And (3) players for the control group, and the researcher used the experimental design with two groups, experimental and control, with pre and post measurement for the two groups, and (match analysis, personal interview, tests and measures) were used as methods for collecting data, and homogeneity was achieved between the two groups of variables research. The following (age, height, weight, and training age), as well as the equivalence of the physical variables under consideration.

The research procedures included designing a training program based on analyzing matches for the top three ranked in the world rankings for the year 2019 - for the seventh month - and the researcher chose the final match for each player as it represents the best achievement, and (3) matches were analyzed for (3) players ranked second, third and fourth in the world. That is, the elite in the global rankings (the first classifier (xu xin) was excluded due to his use of the pen handle), and the researcher relied on the global rankings for the seventh month of the year 2019 and according to the World Table Tennis Federation classification for this month, and the method of repetitive training was chosen for its suitability and the nature of the performance in the program and after that The physical and skill pre-tests were conducted, then the training program based on the analysis was implemented on the experimental group, while the control group implemented the curriculum prepared by the team coach, and the implementation of the training curriculum took (9) weeks, And for the period from (2/12/2019) to (28/12/2020) during three intermediate cycles, with (9) small cycles and with a movement of (2: 1) pregnancy in each intermediate session, and at (3) training units per week (and Sunday and Tuesday, And Thursday), and the program was applied to research in the swimming pool (College of Physical Education and Sports Sciences / University of Mosul), after which the researcher conducted tests for physical variables, skill and dimensional achievement with the same procedures and steps that were followed in the pre-tests.

The researcher used statistical methods:

(Percentage, arithmetic mean, standard deviation, coefficient of variation, T-test for linked samples, T-test for independent samples, simple correlation coefficient Shapiro test, Levin test, and the data were (Pearson), effect size, skew coefficient), processed by the Statistical Package for Social Sciences (Spss) system.

The researcher reached the following conclusions:

- The skill exercises based on the analysis of the matches carried out by the experimental group made a development that rose to the level of morale in the skills (high serve with a side turn in the face of the hand - high serve with a turn in the back side of the hand - high serve with a turn in the front side of the hand - front curl - back curl).
- The skill exercises prepared by the trainer and implemented by the control group made a development that rose to the level of morale in all skills in all skills except for the skill (forward spiral strike), which did not rise to the level of morale.
- The skill exercises based on skill analysis, which were implemented by the experimental group, produced a development that rose to the level of morale in the attributes (explosive power of the arm, explosive power of the legs, special agility, trunk flexibility, shoulder flexibility, and general span of compatibility) and a

development that did not rise to the level of morale in the adjective (arm response speed.

- The proposed skill exercises based on the analysis of matches that were employed in the repetitive training method had an effective role in the superiority of the experimental group over the control group through the percentages of each skill in the training unit and the exercises derived from the analysis of matches

In light of the findings, the researcher recommended:

- The necessity of relying on the analysis of matches in order to identify the needs of table tennis players in terms of skills and physical qualities and their degree in the training units as they represent the actual and real needs of the players
- The possibility of using match analysis with other age groups, such as youth and juniors
- The possibility of using match analysis in individual and other team games.