



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

**التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك والموجهة
الى الدماغ وفق نظرية هيرمان وأثرها في انماط التفكير
وتعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم**

جميل محمود حسن عبد الواحد

اطروحة دكتوراه

التربية البدنية وعلوم الرياضة / التعلم الحركي

بإشراف

الأستاذ الدكتور

ليث محمد داؤود البنا

الأستاذ الدكتور

ضرغام جاسم محمد النعيمي

ملخص الاطروحة

**”التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك والموجهة الى الدماغ
وفق نظرية هيرمان وأثرها في انماط التفكير وتعلم عدد من المهارات
الاساسية بكرة القدم”**

الباحث / جميل محمود حسن عبد الواحد

المشرفان

أ. د. ضرغام جاسم محمد النعيمي أ. د. ليث محمد داؤود البنا

٢٠١٧ م

١٤٣٨ هـ

يهدف البحث الى الكشف عن :

- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والموجهة الى الدماغ وفق نظرية هيرمان في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم(الدرجة ،التمريرة القصيرة ،التمريرة المتوسطة، التمريرة الطويلة ، التهديد القريب ، التهديد البعيد ، الاخمد ،ضرب الكرة بالرأس).
- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك والموجهة الى الدماغ وفق نظرية هيرمان في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم(الدرجة ،التمريرة القصيرة ،التمريرة المتوسطة ، التمريرة الطويلة ، التهديد القريب ، التهديد البعيد ، الاخمد ،ضرب الكرة بالرأس).
- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك على تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم(الدرجة ، التمريرة القصيرة ، التمريرة المتوسطة ، التمريرة الطويلة ، التهديد القريب ، التهديد البعيد ، الاخمد ، ضرب الكرة بالرأس) في الاختبار البعدي البيني.
- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والموجهة الى الدماغ وفق نظرية هيرمان في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم في الاختبار البعدي.
- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك على تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم(الدرجة ، التمريرة القصيرة ، التمريرة المتوسطة ، التمريرة الطويلة ، التهديد القريب ، التهديد البعيد ، الاخمد ، ضرب الكرة بالرأس) في الاختبار البعدي النهائي.

- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت في درجة التوازن الثابت والمتحرك في الاختبار البعدي.
- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك في درجة التوازن الثابت والمتحرك في الاختبار البعدي.
- اثر التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك في درجة التوازن الثابت والمتحرك في الاختبار البعدي .
- العلاقة الارتباطية بين انماط التفكير وعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن الثابت.
- العلاقة الارتباطية بين انماط التفكير وعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن المتحرك.
- العلاقة الارتباطية بين انماط التفكير والتوازن الثابت والتوازن المتحرك في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن الثابت.
- العلاقة الارتباطية بين انماط التفكير والتوازن الثابت والتوازن المتحرك في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن المتحرك.
- انماط التفكير لدى افراد عينة البحث.

وللتحقق من أهداف البحث افترض الباحث الفرضيات الآتية :

- التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والموجهة الى الدماغ وفق نظرية هيرمان لها تأثير فعال في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم (الدرجة، التمريرة القصيرة، التمريرة المتوسطة، التمريرة الطويلة، التهديد القريب، التهديد البعيد، الاخمد، ضرب الكرة بالرأس).
- التمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك والموجهة الى الدماغ وفق نظرية هيرمان لها تأثير ايجابي في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم (الدرجة، التمريرة القصيرة، التمريرة المتوسطة، التمريرة الطويلة، التهديد القريب، التهديد البعيد، الاخمد، ضرب الكرة بالرأس).
- هناك اختلاف في حجم التأثير بين التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم (الدرجة، التمريرة القصيرة، التمريرة المتوسطة، التمريرة الطويلة، التهديد القريب، التهديد البعيد، الاخمد، ضرب الكرة بالرأس).
- التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والموجهة الى الدماغ وفق نظرية هيرمان لها تأثير فعال في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم في الاختبار البعدي.
- التمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك والموجهة الى الدماغ وفق نظرية هيرمان لها تأثير فعال في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم في الاختبار البعدي.

- هناك اختلاف في حجم التأثير بين التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم (الدرجة، التمريرة القصيرة ، التمريرة المتوسطة ، التمريرة الطويلة ، التهديف القريب ، التهديف البعيد ، الاخمد ، ضرب الكرة بالرأس) في الاختبار البعدي.

- التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت لها تأثير فعّال في تطوير التوازن الثابت والتوازن المتحرك في الاختبار البعدي.

- التمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك لها تأثير فعّال في تطوير التوازن الثابت والتوازن المتحرك في الاختبار البعدي.

- هناك اختلاف في حجم التأثير بين التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك في تطوير التوازن الثابت والمتحرك في الاختبار البعدي.

- هناك علاقة ارتباطية بين انماط التفكير وعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن الثابت.

- هناك علاقة ارتباطية بين انماط التفكير وعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن المتحرك.

- هناك علاقة ارتباطية بين انماط التفكير والتوازن الثابت والتوازن المتحرك في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن الثابت.

- هناك علاقة ارتباطية بين انماط التفكير والتوازن الثابت والتوازن المتحرك في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة تمرينات التوازن المتحرك.

- هناك اختلاف في انماط التفكير لدى افراد عينة الدراسة.

واستخدم الباحث المنهج شبه التجريبي ذو السلسلة الزمنية المتكافئة لملاءمته طبيعة مشكلة البحث ، وتم تنفيذ التجربة على عينة من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية قسم التربية الرياضية في جامعة زاخو بمحافظة دهوك للعام الدراسي ٢٠١٥ / ٢٠١٦ وعدددهم (٧٨) طالباً وطالبة .

ولغرض تحقيق اهداف البحث تم اختيار عينة البحث بطريقة المسح الشامل والبالغ عددهم (٥٠) طالباً وبنسبة (٦٤,١٠ %) من مجتمع البحث الاصلي موزعين بالتساوي على الشعبتين (B) التي نفذت التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت وتمثل المجموعة التجريبية الاولى، والشعبة (C) التي نفذت التمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك وتمثل المجموعة التجريبية الثانية لتعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم.

وتم تحقيق التكافؤ بين مجموعتي البحث في متغيرات (العمر الزمني والطول والكتلة والذكاء والتصور العقلي الرياضي والإدراك (الحس - حركي) ، وعدد من القدرات البدنية

والحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم) وتم استخدام (تحليل المحتوى والمقابلة الشخصية والاستبيان والاختبار والقياس) وسائل لجمع البيانات والمعلومات ، وتم استخدام المقياس العالمي (أنماط التفكير لهيرمان للسيادة الدماغية) ليكون الاداة الرئيسة في تصنيف افراد عينة البحث وحسب الاقسام الاربعة للدماغ (A , B ,C ,D) ، وتم تنفيذ الدروس التعليمية للتمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والتوازن المتحرك ولمجموعتي البحث في ملعب كرة القدم في جامعة زاخو بمحافظة دهوك ولمدة (٢١) اسبوع وبواقع درسين تعليميين أسبوعيا لكل مجموعة ، زمن الدرس التعليمي الواحد كان (٩٠) دقيقة وللفترة من ٢٠١٥/١١/٢٢ ولغاية ٢٠١٦/٥/٢١ ، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: (النسبة المئوية، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الصدق الذاتي ، معامل الفا كرونباخ ، معامل الارتباط البسيط والمتعدد ، معامل الالتواء ، معامل التفلطح ، اختبار (ت) للعينات المرتبطة والمتساوية بالعدد ، اختبار (ت) للعينات غير المرتبطة ، معادلة مربع ايتا) ، معادلة (d كوهين)، معادلة (بلاك Black) للكسب المعدل، معامل التحديد).

وتوصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية :

- تؤثر تمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والموجهة الى الدماغ بشكل فعال في تعلم المهارات الاساسية (الدرجة ، التمريرة ، التهديف ، الاخمد ، وضرب الكرة بالراس).
- تؤثر تمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك والموجهة الى الدماغ بشكل فعال في تعلم المهارات الاساسية (الدرجة ، التمريرة ، التهديف ، الاخمد ، وضرب الكرة بالراس).
- التمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك ذات تأثير اكبر من التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم.
- هناك اختلاف في مستوى التأثير بين التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والتمرينات الخاصة بالتوازن المتحرك وبحسب نوع المهارة ولمصلحة تمرينات التوازن المتحرك.
- هناك علاقة ارتباط موجبة بين تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم بالتمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك ونمطي التفكير (A-B) وحسب نظرية هيرمان.
- لا توجد علاقة ارتباط بين تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم بالتمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك ونمطي التفكير (C-D) وحسب نظرية هيرمان .
- نمط التفكير السائد لدى عينة البحث هو نمط القسم الايسر العلوي (A) ويليه نمط القسم الايسر السفلي (B).
- صنفت اللقطة الدماغية انماط التفكير لعينة البحث على النحو الاتي : (الموضوعي ، التنفيذي ، المشاعري ، والابداعي) على التوالي.

واوصى الباحث بمجموعة من التوصيات أهمها ما يأتي :

- التأكيد على تمرينات التوازن الثابت والمتحرك والموجّهة الى الدماغ في الوحدات التعليمية عند تعليم المهارات الاساسية بكرة القدم.
- التركيز على التوازن المتحرك بصفته قدرة حركية مُركبة مصاحبة للأداء المهاري عند تعليم المهارات الاساسية بكرة القدم.
- انتقاء التمرينات الخاصة بالتوازن الثابت والمتحرك وبما يخدم الاداء المهاري وبحسب نوع المهارة.
- الاهتمام بدراسة العلاقات المتبادلة بين انماط التفكير لنظرية هيرمان والاداء المهاري بكرة القدم.

**University of Mosul
College OF Physical Education
And Sport Sciences**



***The special exercises of fixed and moving
balance that Oriented to the brain according to
Herman's theory and its impact on Thought
patterns and learning Number of basic skills in
football***

Jameel Mohmood Hassan Abd-Alwahed

***Degree of
Ph.D of motor learning
Physical education and sport sciences***

Supervisor by

Prof. Dr.

Dr. Durgham J. M. Al Nuaimi

Prof. Dr

Dr. Laith M. D. Al-Banna

ABSTRACT

" The special exercises of fixed and moving balance that Oriented to the brain according to Herman's theory and its impact on Thought patterns and learning Number of basic skills in football "

Researcher / Jameel M. H. Abdul Wahid

Supervisor by

Prof. Dr.

Prof. Dr

Dr. Durgham J. M. Al Nuaimi

Dr. Laith M. D. Al-Banna

2017 A.D

1438 A.H

The research aims to revealing of:

- The impact of special exercises fixed balance and Oriented to the brain and on according to Herman's theory of learning Number of basic skills in football (rolling, the pass short, medium pass, long pass, the short scoring, run scoring, suppressions and hit a ball to the head).
- The impact of special exercises moving balance and Oriented to the brain and on according to Herman's theory of learning Number of basic skills in football (rolling, the pass short, medium pass, long pass, scoring near, run scoring, suppressions and hit a ball to the head).
- The impact of special exercises balance, fixed and moving to learn Number of basic skills in football (rolling, the pass short, medium pass, long pass, scoring near, run scoring, suppressions and hit a ball to the head) in the post-test interface.
- The impact of special exercises of fixed balance that Oriented to the brain and according to Herman's theory to learn Number of the basic skills in football in the post-test.
- The impact of special exercises of moving balance Oriented to the brain and according to Herman's theory to learn Number of basic skills in football in the post-test.
- The impact of special exercises of fixed balance in the degree of fixed and moving balance in the post test.

B

- The impact of special exercises of moving balance in the degree of fixed and moving balance in the post test.
- The impact of special exercises fixed and moving balance in the degree of fixed and moving balance in the post test.
- The correlation between the thought patterns and Number of basic skills of football in the tribal tests and a posteriori the group exercises fixed balance.
- The correlation between the thought patterns and Number of basic skills of football in the tribal tests and a posteriori the group exercises moving balance.
- The correlation between the thought patterns and fixed balance and moving balance in the tribal tests and a posteriori the group exercises fixed balance.
- The correlation between the thought patterns and fixed balance and moving balance in the tribal tests and a posteriori the group exercises moving balance.
- The thought patterns for the research sample.

Verification of research objectives Suppose researcher the following assumptions:

- Special exercises of fixed balance that Oriented to the brain and according to Herman's theory have an effective impact on learning Number of basic skills of football (rolling, the pass short, medium pass, long pass, scoring near, run scoring, suppressions and hit a ball to the head).
- Special exercises of moving balance that Oriented to the brain and on according to Herman's theory have an effective impact in learning Number of basic skills in football (rolling, the pass short, medium pass, long pass, scoring near, run scoring, suppressions and hit a ball to the head).
- There is a difference in effect size between exercises special fixed and moving balance in learning Number of basic skills in football (rolling, the pass short, medium pass, long pass, scoring near, run scoring, suppressions and hit a ball to the head).

- Special exercises of fixed balance that Oriented to the brain and according to Herman's theory have an effective impact on learning Number of basic skills of football in the post-test.
- Special exercises of moving balance that Oriented to the brain and on according to Herman's theory have an effective impact on learning Number of basic skills in football in the post-test.
- There is a difference in effect size between special exercises fixed and moving balance in learning Number of basic skills in football (rolling, the pass short, medium pass, long pass, scoring near, run scoring, suppressions and hit a ball to the head) in the post-test.
- Special exercises balance fixed it effectively impact on the development of fixed-kinetic balance and equilibrium in the post-test.
- Special exercises of moving balance it effectively impact on the development of fixed-kinetic balance and equilibrium in the post-test.
- There is a difference in effect size between special exercises fixed and moving balance in the development of fixed and moving balance in the post test.
- There is a correlation between the thought patterns and Number of basic skills of football in the tribal tests and a posteriori in the group fixed- balance exercises.
- There is a correlation between the thought patterns and Number of basic skills of football in the tribal tests and a posteriori in the group moving balance exercises.
- There is a correlation between the thought patterns and fixed- balance and moving balance in the tribal tests and a posteriori in the group fixed-balance exercises.
- There is a correlation between the thought patterns and fixed- balance and moving balance in the tribal tests and a posteriori in the group moving balance exercises.
- There is a difference in the thought patterns for the study sample.

The researcher used semi-experimental syllabus is a time-series of equal suitability to the research problem, The experiment was carried

out on a sample of students represented the second stage in the College of Education Department of Physical Education at the University of Zakho in Dahuk province for the academic year 2015/2016 and the number (78) students, For the purpose of achieving the goals of research were selected sample in a way comprehensive survey totaling (50) students, and by (64.10%) of the original of the research community, distributors evenly over the two divisions (B), which carried out the exercises special fixed balance that represent the first Group trial, and the Division (C) carried out exercises special moving balance represent the second experimental group to learn Number of basic skills in football, This was achieved parity between the two groups search in variables (chronological age, height, mass, intelligence, mental perception and cognition Sports (sense - kinesthetic), Number of physical and motor abilities and basic skills in football), Were used (content and personal interview analysis and the questionnaire and test and measurement) to the means of collecting data and information, were used global scale (think Herman sovereignty of brain patterns), to be a main tool in classification of the research sample, according to the four sections of the brain (A, B, C, D), It was the implementation of educational lessons for exercises special fixed- and moving balance of groups of the research in the soccer stadium in Zakho University in Dahuk province for a period of (21) a week and by two lessons elite educational week for each group, tutorial per time (90 minutes) and for the period from 22 /11 /2015 to 21/5/2016, the researcher used the following statistical methods : (Percentage, arithmetic mean, standard deviation, self-sincerity coefficient, Alfakronbach coefficient, simple correlation coefficient (Pearson) and multi ,sprains coefficient, splaying coefficient, t-test of samples associated with the equal number, t-test samples not associated with, the equation (ETA square), equation (Cohen d) and equation (Black) gain rate, the coefficient of determination).

The researcher reached to the following conclusions:

- Special exercises of fixed balance that Oriented to the brain Effectively learn basic skills (rolling, pass, scoring, Put down the ball, and Hit the ball in the head).

E

- Special exercises of moving balance that Oriented to the brain Effectively learn basic skills (rolling, pass, scoring, Put down the ball, and Hit the ball in the head).
- Special exercises of moving balance Larger impact than the special exercises of fixed balance in learn Number of basic skills in football.
- There is a difference in the level of impact between the special exercises of fixed balance and special exercises of moving balance according to the type of skill and for the benefit of exercises moving balance.
- There is a positive correlation between Learning the basic skills in football with special exercise fixed and moving balance and The thought patterns (A-B) according to Herman's theory.
- There is no correlation between Learning the basic skills in football with special exercise fixed and moving balance and The thought patterns (C-D) according to Herman's theory.
- Pattern prevailing thinking among a sample search is the upper left-pattern (A) followed by the left-bottom pattern (B).
- the thought patterns for the sample Classified snapshot brain as follows : (objective, executive, emotions and creative) respectively.

And researcher recommended a set of recommendations including the following:

- Confirm that special exercise fixed and moving balance that orientated to the brain in educational units When teaching the basic skills of football.
- Focus on the moving balance as Physical compound ability Associated with the performance of the skill When teaching the basic skills of football.
- Selection the special Exercise of Fixed and moving balance and to serve the performance skills according to skill type.
- Interest in the study the interrelationships between the thought patterns according to Herman's theory and Performance skills in football.