



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة

فاعلية بعض القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية
في بعض مهارات كرة القدم للاعبي بأعمار ١٠-١٢ سنة

ستيفان ججو مارزينا كرش

رسالة ماجستير

التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

أ. م . د محمود شكر صالح الحياني

ملخص الرسالة

فاعلية بعض القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية في بعض مهارات كرة القدم للاعبين
بأعمار ١٠-١٢ سنة

الباحث

المشرف

ستيفان ججو مارزينا كرش

أ. م. د. محمود شكر صالح الحيايني

ان لاعب كرة القدم بعمر ١٠-١٢ سنة لكي يكون أداؤه للمهارات الاساسية المركبة بصورة جيدة وبدرجة من الاتقان يجب ان تتوفر لديه عدد من المقومات التي تساعده في اتقانه للأداء المهاري في المباراة إذ لا تخلوا مباراة بدون اداء اللاعب للمهارات الاساسية والمركبة في ذات الوقت، ومن هذه المقومات (القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية) لذلك فإن معرفة مدى علاقة هذه المقومات في الاداء المهاري ونسب مساهمة كل منها بالأداء المهاري، يساعد المدربين على التركيز على المهم منها في الوحدات التدريبية، وهو الامر الذي سيوفر الجهد الذي يبذله المدربون للوصول باللاعبين الى المستويات العليا.

ومن هذا المنطلق هدفت الدراسة الى:

- ١- التعرف على علاقة بعض القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية مع بعض مهارات كرة القدم للاعبين بأعمار ١٠-١٢ سنة.
- ٢- التعرف على نسبة مساهمة بعض القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية في بعض مهارات كرة القدم للاعبين بأعمار ١٠-١٢ سنة.
- ٣- التعرف على مدى كفاءة القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية في التنبؤ ببعض مهارات كرة القدم للاعبين بأعمار ١٠-١٢ سنة.

واحتوى الإطار النظري على متغيرات القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية والمهارات الاساسية والمركبة في كرة القدم وكذلك على الخصائص العمرية للأعمار (١٠-١٢) سنة وعدد من البحوث المشابهة.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية، فيما تكونت العينة من (٦٩) لاعباً بأعمار (١٠ - ١٢) سنة يمثلون لاعبي المدارس الابتدائية للنازحين بكرة القدم من محافظة نينوى في قضاء عينكاوا.

أما وسائل جمع المعلومات فقد تكونت من (المراجع والبحوث العلمية- الشبكة المعلوماتية العالمية (الانترنت)- الاستبيانات- المقابلة- والقياس والاختبارات).

فيما مثل كل من الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط، ومعامل الالتواء، والمنوال، وأعلى قيمة، وأوسط قيمة، ومعامل الانحدار المتعدد بطريقة كل الانحدارات، ومعامل الانحدار بطريقة الانحدار المتدرج، الوسائل الإحصائية المستخدمة للتوصل الى النتائج. اما الباب الرابع فقد احتوى على عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، فيما تضمن الباب الخامس الاستنتاجات والتوصيات ، وكانت أهم الاستنتاجات :

- أظهرت عناصر اللياقة البدنية ارتباطات معنوية مع المهارات الاساسية والمركبة المعتمدة بشكل أكبر من متغيرات القياسات الجسمية والوظيفية مع المهارات الاساسية المعتمدة.
- جميع متغيرات القياسات الجسمية والوظيفية لم ترتقي في مستوى فاعليتها الى الدرجة التي يمكن الاعتماد عليها في التنبؤ بمستوى لاعبي كرة القدم باستثناء كتلة الجسم في مهارة التهديف.
- اظهرت عناصر اللياقة البدنية فاعلية اكبر من متغيرات القياسات الجسمية والوظيفية في كرة قدم للاعبي المدارس الابتدائية.
- هناك فاعلية عالية لعناصر اللياقة البدنية في المهارات الاساسية الفردية والمركبة وخاصة عناصر القوة الانفجارية للرجلين والقوة المميزة بالسرعة للرجلين ومطاولة السرعة والرشاقة.
- تم التوصل الى معادلات تنبؤية عامة وخاصة من خلال عناصر اللياقة البدنية في المهارات الاساسية والمركبة للاعبي كرة القدم وهي كالتالي:
 - معادلة التنبؤ بالدرجة
 - معادلة التنبؤ بالمناولة

ولقد أوصى الباحث بعدد من التوصيات مفادها الأخذ بنظر الاعتبار نسب المساهمة التي أظهرتها الدراسة في كل من متغيرات القياسات الجسمية والوظيفية واللياقة البدنية في بعض المهارات الاساسية والمركبة للاعبي كرة القدم.

University of Mosel

physical education and sport sciences



**The effectiveness of some of the
Anthropometric measurement and functional
and fitness in some for footballs skills for
players between the ages of 10–12 years**

Stevan Jajo Marzena karash

A Master Thesis

physical education and sport sciences

Supervised By

Dr. Mahmoud Shuker Saleh Al-Hayani

Abstract

The effectiveness of some of the Anthropometric measurement and functional and fitness in some for footballs skills for players between the ages of 10-12 years

By

Stevan Jajo Marzena
Karash

supervised by

Dr. Mahmoud Shuker Saleh Al-Hayani

The football player to be the performance of basic skills composite well and with a degree of workmanship must be that he has a number of features that help it perfected to perform the skill in the game is available as not abandoned the match without the performance of the player and basic and compound for skills at the same time and these ingredients (Anthropometric measurement and functional and fitness) and therefore know the extent of the relationship of these ingredients in the skill performance and contribution percentages each performance skills helps instructors to focus on the important ones in the training modules, which will save effort by coaches to get players to higher levels.

And from this point of the study aimed to:

1. To identify the relationship of some of the Anthropometric measurement and functional and fitness with some for footballs skills for players between the ages of 10-12 years.
2. To identify the proportion of the contribution of some of the Anthropometric measurement and functional and fitness in some for footballs skills for players between the ages of 10-12 years.
3. Develop equations to predict for some footballs skills for players between the ages of 10-12 years through some of the Anthropometric measurement and functional and fitness.

And contained a theoretical framework on the Anthropometric measurement and functional variables, physical fitness and basic and the compound skills in the football as well as the characteristics of age (10-12 years) and a number of similar research.

The researcher used the descriptive manner relational ties, while the sample consisted of 69 players aged (10-12 years) representing the players primary schools for the displaced football from Nineveh province, in the district of Aankawa.

b

The means of gathering information consisted of (scientific references and researches- global information network (Internet) - assessments- interviews- measurement and testing.

As such all of the arithmetic mean, standard deviation, and coefficient of simple correlation, the coefficient of sprains, vein, and the highest value, Aoti value multiple regression coefficient manner all regressions, and regression coefficient regression gradual manner, statistical methods used to arrive at the results.

Part four was contained to display the results analyzed and discussed, while part five include conclusions and recommendations, and the most important conclusions:

- Fitness elements showed significant links with the basic skills and the compound and approved more than Anthropometric measurement and functional variables with basic skills certified.
- Fitness Elements showed greater efficiency of Anthropometric measurement and functional variables in soccer players primary schools.
- All Anthropometric measurement and functional variables did not live up to the level of effectiveness to the extent that can be relied upon to predict the level of football with the exception of body weight in the skill of scoring.
- There is a high efficiency of the components of fitness in the basic skills of individual and composite elements, especially the explosive power of two legs, strength distinctive with speed and agility.
- It was reached predictive equations of general and particularly through the fitness elements in the basic and compound for footballers skills.it is as follows:
 - Predictive equation by dribbling.
 - Predictive equation by handling.

The researcher recommended a number of recommendations that, taking into account the contribution ratios that found in the study in both the Anthropometric measurement and functional variables and fitness in some basic and compound for footballers skills.